

Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка
Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи
Кафедра загальної, вікової та соціальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітнього ступеня «бакалавр»
на тему
**ОСОБИСТІСНА АВТОНОМІЯ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З РІЗНИМ
РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ**

Виконала:
студентка IV курсу, 41 групи
спеціальність 053 Психологія
**Іващенко Єлизавета
Максимівна**

Науковий керівник:
Ющенко Ірина Миколаївна
канд. психол. наук, доцент

Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК _____

Чернігів 2025

Студент(ка)	_____	_____
	Підпис	П.І.Б.
Наук. керівник	_____	_____
	Підпис	П.І.Б.

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри загальної, вікової та соціальної психології, протокол № _____ від «____» _____ 2025 року. Студент(ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри _____

ЗМІСТ

Вступ	4
Розділ 1. <i>Теоретико-методологічні засади дослідження особистісної автономії в юнацькому віці</i>	7
1.1. Особистісна автономія як психологічний феномен юнацького віку	7
1.2. Рівень особистісної зрілості як фактор становлення особистісної автономії в період юності	8
1.3. Взаємозв'язок між рівнем особистісної зрілості та особистісною автономією в юнацькому віці	10
Розділ 2. <i>Емпіричне дослідження особистісної зрілості та особистісної автономії в період юності</i>	13
2.1. Методика та процедура дослідження	13
2.2. Отримані результати та їх аналіз	17
2.3. Практичні рекомендації формування особистісної зрілості осіб юного віку	30
Висновки	33
Перелік використаних джерел	35
Додатки	39

Вступ

Актуальність. Проблема особистісної автономії є однією з центральних у сучасній психології, оскільки вона визначає здатність індивіда до самостійного прийняття рішень, самовираження та самореалізації. У контексті швидких соціальних змін, високої інформаційної навантаженості та постійного зростання вимог до особистісної відповідальності, автономність виступає необхідною умовою психологічного благополуччя молоді [1; 8]. Саме у юнацькому віці, який вважається перехідним періодом від залежного дитинства до відносно самостійного дорослого життя, закладаються основи здатності до автономного існування [2; 19]. У цей період формуються ключові компоненти автономії, такі як внутрішній локус контролю, здатність до самоаналізу, усвідомлення власних потреб і цінностей, а також вміння діяти відповідно до них [10; 14].

Водночас, рівень особистісної зрілості, що охоплює емоційну стабільність, відповідальність, здатність до довготривалого цілепокладання та рефлексії, значною мірою впливає на те, як саме буде проявлятися автономія в поведінці юнака [7; 12]. Особистісна зрілість формує підґрунтя для стабільного відчуття ідентичності, критичної самооцінки, морального саморегулювання, що є визначальними компонентами справжньої автономності [25; 29]. Таким чином, автономія без зрілості може бути лише поверховим прагненням до незалежності, тоді як зріла автономія передбачає глибоке розуміння себе, усвідомлення наслідків своїх рішень і відповідальне ставлення до життя.

Таким чином, дослідження особистісної автономії у юнацькому віці з урахуванням рівня особистісної зрілості є не лише актуальним, але й необхідним кроком у напрямі комплексного розуміння психічного розвитку молоді особистості.

Об'єкт дослідження – феномен особистісної автономії у осіб юнацького віку.

Предмет дослідження – взаємозв'язок між показниками особистісної автономії та зрілості у осіб юнацького віку.

Мета дослідження – встановити особливості прояву взаємозв'язку особистісної автономії та зрілості у осіб юнацького віку.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення феноменів особистісної автономії та особистісної зрілості у психологічній науці.
2. Емпірично виявити рівень особистісної автономії у осіб юнацького віку.
3. Визначити особливості особистісної зрілості у осіб юнацького віку.
4. Встановити характер взаємозв'язку між показниками автономії та особистісної зрілості у осіб юнацького віку.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали концептуальні положення науковців, які зробили значний внесок у вивчення особистісної автономії та особистісної зрілості. Зокрема, праці Б.Г. Ананьєва, Л.С. Виготського, Г.С. Костюка, О.М. Леонтьєва, Б.Ф. Ломова, С.Д. Максименка, С.Л. Рубінштейна, які розглядали процеси формування особистості, її самосвідомості та діяльності. У розробку теорій особистісної автономії та зрілості зробили вклад А. Бандура, К. Роджерс, А. Маслоу, Е. Еріксон, Г. Олпорт, Е. Фромм.

Методи дослідження. Дослідження базується на методології психології розвитку та теорії самодетермінації. Для вивчення особистісної автономії та зрілості використовуються як теоретичні, так і емпіричні методи. Теоретичні методи включають аналіз наукових джерел. Емпірична частина дослідження здійснюється за допомогою психологічних методик, таких як шкала автентичності М. Вуд, шкала психологічного благополуччя К. Ріффа, шкала самооцінки М. Розенберга, опитувальник самодетермінації Б. Шелдона. Результати дослідження аналізуються за допомогою описової статистики та кореляційного аналізу, що дозволяє виявити взаємозв'язок між автономією та показниками особистісної зрілості.

Структура роботи зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел (30 найменувань) та додатків. У першому розділі наведено результати теоретичного аналізу проблеми, проаналізовано сутність феноменів особистісної автономії та зрілості і їх взаємозв'язку. У другому розділі міститься опис процедури емпіричного дослідження, отримані результати, їхній аналіз та практичні психопрофілактичні рекомендації.

Загальний обсяг роботи становить 38 сторінок.

Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження особистісної автономії в юнацькому віці

1.1. Особистісна автономія як психологічний феномен юнацького віку

Юнацький вік є періодом інтенсивного особистісного становлення, під час якого формуються базові компоненти Я-концепції, самооцінки, морально-ціннісні орієнтації, а також закладаються підвалини для автономного функціонування особистості [1]. Одним з ключових психологічних новоутворень цього віку є особистісна автономія – здатність індивіда діяти відповідно до власних переконань, внутрішніх мотивацій та цінностей, незалежно від зовнішнього тиску чи очікувань соціального оточення [15].

У сучасній психології особистісна автономія трактується як багатовимірне явище, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти [14]. Вона є показником особистісної зрілості та тісно пов'язана з такими поняттями, як автентичність, самодетермінація, внутрішній локус контролю та суб'єктність [3]. Автономна особистість здатна усвідомлено робити вибір, брати на себе відповідальність за свої рішення та дії, проявляти ініціативу і залишатися вірною своїм цінностям навіть у ситуаціях соціального тиску [17].

Згідно з теорією самодетермінації, автономія є однією з базових психологічних потреб поряд з компетентністю і причетністю. Її задоволення є необхідною умовою для внутрішньої мотивації та емоційного благополуччя особистості [2]. У цьому контексті автономія не означає ізоляцію або незалежність у радикальному сенсі, а передбачає здатність узгоджувати зовнішні вимоги з внутрішніми переконаннями, зберігаючи при цьому особистісну цілісність [5].

У юнацькому віці розвиток автономії є природним етапом відокремлення від батьківського контролю, становлення індивідуальної

системи цінностей і самостійного прийняття рішень. Особливого значення набуває здатність до автентичного самовираження, самоприйняття, формування власного бачення майбутнього [11]. Саме в цей період молодь починає активно ставити запитання щодо сенсу життя, своєї ролі в суспільстві, професійного вибору, що вимагає високого рівня автономності [8].

Однак формування автономії в юнацькому віці не є автоматичним процесом і залежить від багатьох чинників – стилю батьківського виховання, якості міжособистісних стосунків, соціокультурного контексту, психологічної підтримки з боку значущих дорослих та інституцій [15]. Зокрема, дослідження показують, що автономія розвивається більш ефективно в умовах підтримки, довіри та визнання унікальності особистості [10].

Таким чином, особистісна автономія є ключовим феноменом психічного розвитку юнацтва. Вона виступає не лише як характеристика внутрішньої саморегуляції, а й як чинник адаптації, життєвої ефективності та психологічного благополуччя в умовах сучасного суспільства. Розуміння закономірностей її формування дозволяє створити умови для повноцінного розвитку молоді, сприяючи їх особистісному становленню та успішній соціалізації.

1.2. Рівень особистісної зрілості як фактор становлення особистісної автономії в період юності

Особистісна зрілість є однією з найважливіших характеристик психічного розвитку людини, яка включає не лише когнітивні та емоційні компоненти, але й особистісні якості, що визначають її здатність адаптуватися до різноманітних життєвих ситуацій, брати на себе відповідальність за прийняття рішень, а також конструктивно взаємодіяти з іншими людьми [13]. Особливо важливим є процес формування цієї зрілості в юнацькому віці, оскільки цей період є етапом активного становлення

особистості, пошуку власних життєвих орієнтирів, цінностей та сенсу існування [4].

Юність – це період, коли молоді люди активно досліджують світ і себе в ньому, починають приймати самостійні рішення, формують власні уявлення про майбутнє, соціальні ролі та професійну діяльність [9]. Одним із центральних аспектів цього періоду є розвиток особистісної автономії, тобто здатності діяти відповідно до власних внутрішніх переконань, ідей та цінностей, без надмірного впливу зовнішнього середовища чи соціального тиску [6].

Рівень особистісної зрілості безпосередньо впливає на процес формування автономії в юнацькому віці, оскільки зріла особистість здатна усвідомлено визначати свої потреби та мотиви, приймати відповідальні рішення, що базуються на її внутрішніх переконаннях, а не на імпульсах чи зовнішніх впливах [12]. Водночас, зрілість особистості передбачає високу здатність до рефлексії, самопізнання і саморегуляції, що допомагає особистості управляти своїми емоціями, переживаннями та реакціями на зовнішні стимули [7].

Особистісна зрілість визначається кількома важливими характеристиками, зокрема: емоційною стабільністю, здатністю до саморегуляції, внутрішньою відповідальністю, готовністю до конструктивної самооцінки та розвитку [18]. Ці чинники стають основою для розвитку автономії, оскільки зріла особистість здатна виявляти ініціативу, ставити довгострокові цілі та реалізовувати їх відповідно до власних внутрішніх стандартів і принципів, а не під тиском зовнішнього середовища [20].

Згідно з дослідженнями, рівень особистісної зрілості в юнацькому віці безпосередньо корелює з рівнем автономії. Молоді люди, які мають високу особистісну зрілість, демонструють більшу здатність до самостійних, обґрунтованих рішень, успішніше справляються з життєвими труднощами, а також володіють високим рівнем самоприйняття та саморегуляції [19]. Вони

мають внутрішню впевненість у своїх силах і можливостях, що сприяє розвитку автономії у взаємодії з оточенням.

Одним із важливих аспектів, що впливає на зрілість особистості в юнацькому віці, є підтримка з боку соціального оточення, зокрема батьків, педагогів та ровесників. Важливою умовою розвитку зрілості є наявність сприятливого соціокультурного контексту, який стимулює молодь до саморозвитку, самостійності та відповідальності за свої дії [19]. Однак варто зазначити, що при недостатній соціальній підтримці або в умовах недостатньої рефлексії особистість може залишатися залежною від зовнішніх факторів, що затримує розвиток автономії.

Таким чином, рівень особистісної зрілості виступає як важливий фактор у становленні особистісної автономії в юнацькому віці. Молоді люди, які мають розвинену особистісну зрілість, здатні не лише активно і свідомо діяти відповідно до власних переконань, а й брати на себе відповідальність за результати своїх рішень і вчинків. Розвиток особистісної зрілості в умовах адекватної соціальної підтримки сприяє формуванню стійкої автономії та внутрішнього контролю, що є основою для ефективної самореалізації у дорослому житті.

1.3. Взаємозв'язок між рівнем особистісної зрілості та особистісною автономією в юнацькому віці

Юнацький вік є важливим етапом у житті людини, коли формуються основи її особистісної автономії та психологічної зрілості. Протягом цього періоду молодь активно шукає своє місце в соціумі, будує власну ідентичність та розвиває здатність до самостійних рішень і вчинків [22]. Особистісна автономія, як здатність діяти згідно з власними переконаннями та цілями, є невід'ємною частиною цього процесу. Водночас, для того щоб автономія мала здоровий і продуктивний характер, важливою умовою є певний рівень особистісної зрілості [30].

Особистісна зрілість – це багатокomпонентний феномен, що включає в себе емоційну зрілість, здатність до рефлексії, самопізнання, здатність до конструктивної взаємодії з оточенням, а також вміння брати на себе відповідальність за свої вчинки та їх наслідки [21]. Всі ці складові прямо впливають на розвиток автономії, оскільки зріла особистість здатна приймати обґрунтовані, свідомі рішення, враховуючи як свої внутрішні мотиви та переконання, так і соціальні обставини.

Одним з основних аспектів взаємозв'язку між особистісною зрілістю та автономією є здатність до саморегуляції. Зріла особистість може чітко визначити свої потреби та мотиви, адаптувати свої стратегії до зовнішнього середовища та враховувати соціальні контексти при прийнятті рішень [29]. Саме завдяки цій здатності, людина може залишатися автентичною, не піддаючись зовнішньому тиску чи маніпуляціям [22]. Тому розвиток здатності до саморегуляції та адекватного самоприйняття є важливими етапами в становленні особистісної автономії.

Рівень особистісної зрілості суттєво визначає, наскільки здатною є особистість до формування внутрішньої автономії, здатності ставити й досягати власні цілі, не залежачи від впливу інших людей або ситуацій [23]. Так, молоді люди з високим рівнем зрілості частіше виявляють ініціативу, беруть на себе відповідальність за свої рішення, а їхня автономія не обмежується лише зовнішньою незалежністю, але й внутрішньою стійкістю [25].

Важливо зазначити, що зрілість особистості та її автономія є взаємопов'язаними, а їхній розвиток може взаємно стимулювати один одного. Молодь, яка має високий рівень автономії, здатна брати на себе відповідальність за свої вчинки, краще оцінювати наслідки своїх рішень і проявляти більшу емоційну стійкість [27]. У свою чергу, розвиток особистісної зрілості допомагає глибше усвідомлювати власні потреби, бажання та можливості, що сприяє прийняттю більш обґрунтованих рішень і формуванню здорової автономії [24].

Згідно з дослідженнями, рівень особистісної зрілості в юнацькому віці прямо корелює з рівнем автономії. Молоді люди, які мають високу здатність до саморегуляції, краще справляються з труднощами, пов'язаними з прийняттям рішень, виявляють більшу ініціативу у професійному та особистісному розвитку. Вони також здатні краще організувати своє життя, обираючи свідомо і з урахуванням внутрішніх переконань, а не під впливом зовнішніх очікувань чи соціального тиску [28].

У результаті дослідження можна зробити висновок, що високий рівень особистісної зрілості суттєво сприяє розвитку особистісної автономії. Зрілість допомагає людині усвідомити свої внутрішні бажання та мотиви, що дозволяє їй самостійно приймати обґрунтовані рішення, не залежачи від зовнішніх факторів. Це, у свою чергу, веде до розвитку стійкої особистісної автономії, яка є основою для подальшого ефективного функціонування в суспільстві.

Розділ 2. Емпіричне дослідження особистісної зрілості та особистісної автономії в період юності

2.1. Методи та процедура дослідження

У дослідженні використано комплекс теоретичних та емпіричних методів, що дали змогу повно та всебічно вивчити особистісну автономію у юнацькому віці в контексті особистісної зрілості.

До теоретичних методів належали аналіз наукової літератури, який дозволив зібрати та критично опрацювати наукові підходи до розуміння феноменів автономії, самодетермінації, автентичності та особистісної зрілості.

У дослідженні взяли участь 30 студентів **закладу вищої освіти якого same?** віком від 17 до 20 років.

За статевою ознакою вибірка включала 10 дівчат і 20 юнаків. Добір учасників здійснювався за методом цілеспрямованої (вибіркової) репрезентативної вибірки. Основним критерієм включення до дослідження був вік респондентів (відповідність юнацькому віковому періоду), а також наявність статусу студента, що дозволяло забезпечити порівнянність соціально-психологічних умов життєдіяльності.

Учасники надавали добровільну згоду на участь у дослідженні та були поінформовані про його мету, анонімність результатів і можливість відмови на будь-якому етапі. Такий підхід до формування вибірки забезпечив достатню однорідність групи для аналізу особистісної автономії в межах юнацького віку та дозволив уникнути зовнішніх впливів, які могли б спотворити результати дослідження.

У межах дослідження особистісної автономії в юнацькому віці з урахуванням рівня особистісної зрілості було використано низку психодіагностичних методик, що дозволяють комплексно охарактеризувати досліджувані конструкти. Зокрема, автономність оцінювалася за допомогою шкали автентичності М. Вуд, шкали психологічного благополуччя К. Ріфф.

Особистісна зрілість досліджувалася за допомогою шкали самооцінки М. Розенберга, опитувальника самодетермінації особистості Б. Шелдона.

Шкала автентичності, розроблена М. Вуд та співавторами, призначена для оцінки здатності особистості бути собою, діяти згідно з власними переконаннями та підтримувати внутрішню узгодженість. Методика включає 12 тверджень, що об'єднані у три субшкали: самосвідомість, неупередженість до себе та поведінкова автентичність. Респонденти оцінюють твердження за 7-бальною шкалою. Підраховується сумарний бал або окремі показники за підшкалами. Високі бали свідчать про високий рівень особистісної автономії.

Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф дозволяє оцінити суб'єктивне відчуття благополуччя за шістьма ключовими параметрами, один із яких – автономія. У повній формі шкала складається з 84 тверджень (по 14 на кожен шкалу), у коротких – 42 або 18 тверджень. Респонденти відповідають за 6-бальною шкалою. Високі бали за шкалою автономії інтерпретуються як показник незалежності, самодостатності та стійкості до зовнішнього тиску.

Для оцінки рівня особистісної зрілості застосовувалася шкала самооцінки М. Розенберга, яка дозволяє оцінити загальне ставлення особистості до себе як компонент зрілості. Методика включає 10 тверджень, що оцінюються за 4-бальною шкалою. Частина тверджень має зворотне кодування. Загальний бал відображає рівень самооцінки: чим він вищий, тим вища впевненість у собі.

Опитувальник самодетермінації особистості, запропонований Б. Шелдоном, оцінює мотиваційну складову особистісної зрілості. Респондентам пропонується оцінити 10 особистих цілей з погляду їх внутрішньої або зовнішньої мотивації. Підраховується індекс внутрішньої мотивації. Чим вищий індекс, тим більший рівень самодетермінації, що відображає зрілість особистості.

Обрані методики є валідними та надійними, широко апробовані у вітчизняній та зарубіжній психологічній практиці. Їх поєднання забезпечило можливість комплексної оцінки досліджуваних характеристик та аналізу взаємозв'язку між автономією та особистісною зрілістю в юнацькому віці.

Психодіагностичне дослідження проводилося в умовах, що відповідали вимогам етичної та методичної коректності. Тестування проходило в очному форматі, у звичному для студентів навчальному середовищі – у приміщеннях ЗВО, зручних для індивідуального та групового заповнення опитувальників.

Перед початком кожен учасник був ознайомлений із загальною метою дослідження, забезпеченою конфіденційністю отриманих даних та правом відмовитися від участі на будь-якому етапі без пояснення причин. Усі респонденти надали усну згоду на участь у дослідженні.

Тестування відбувалося у невеликих групах по 5–7 осіб, що дозволяло створити комфортну атмосферу та забезпечити індивідуальну концентрацію учасників на змісті завдань. Кожному респонденту було видано друкований пакет методик, до якого входили шкала автентичності М. Вуд, шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (підшкала автономії), шкала самооцінки М. Розенберга, опитувальник самодетермінації Б. Шелдона.

Загальний час виконання тестових завдань становив у середньому 45–60 хвилин. Учасники мали змогу ставити запитання щодо інструкцій до методик, однак не отримували тлумачення змісту окремих тверджень, щоби не вплинути на результати. Зібрані протоколи оброблялися вручну згідно з ключами до кожної методики, після чого здійснювався статистичний аналіз даних.

Проведення тестування пройшло без ускладнень, усі учасники завершили повне виконання діагностичних методик, що дозволило отримати цілісні та валідні емпіричні дані для подальшого аналізу особистісної автономії та її взаємозв'язку з рівнем особистісної зрілості у юнацькому віці.

Після завершення психологічного тестування зібрані емпіричні дані було опрацьовано відповідно до стандартних алгоритмів кожної з методик.

Попередньо всі протоколи було перевірено на повноту та відповідність інструкціям. Кількісна обробка результатів здійснювалася вручну та за допомогою електронних таблиць (Microsoft Excel), що дозволило забезпечити точність розрахунків та зручність подальшого аналізу. На першому етапі розраховувалися індивідуальні показники респондентів за кожною методикою: сумарні бали, середні значення, окремі шкальні профілі.

Отримані результати дозволили охарактеризувати рівні автономії, самодетермінації, автентичності, самооцінки та особистісної зрілості учасників дослідження. Для порівняння результатів тестування дівчат та хлопців застосовано непараметричний критерій U-Манна-Уїтні. Його вибір зумовлений відмінною кількістю учасників у групах, розподілених за статтю.

На другому етапі було здійснено кореляційний аналіз з метою виявлення взаємозв'язків між показниками особистісної автономії та рівнями особистісної зрілості. Основним статистичним показником виступав коефіцієнт кореляції Пірсона (r), що дозволив оцінити силу та напрям взаємозв'язку між змінними. Значущість відмінностей та зв'язків фіксували на рівні $p < 0,05$.

Дослідження було проведене в кілька взаємопов'язаних послідовних етапи. На теоретичному етапі проводився аналіз наукових джерел, що стосуються проблеми автономії та особистісної зрілості. Було вивчено основні теоретичні підходи до вивчення цих феноменів, а також розглянуто методи оцінки автономії та зрілості. Завдяки цьому вдалося сформулювати теоретичні основи дослідження та визначити критерії, за якими будуть оцінюватися показники особистісної автономії і зрілості у студентів.

На діагностичному етапі проводилось психологічне тестування учасників дослідження. Студентам було запропоновано заповнити комплект опитувальників, що включав шкалу автентичності, шкалу психологічного благополуччя, шкалу самодетермінації та інші методики. В результаті було забезпечено збір необхідних емпіричних даних для подальшого аналізу.

На аналітичному етапі проводилася обробка та аналіз отриманих результатів тестування. За допомогою статистичних методів було здійснено порівняння рівнів автономії та зрілості серед учасників дослідження, а також вивчено кореляційні зв'язки між цими характеристиками. Таким чином, вдалося виявити важливі тенденції та взаємозв'язки між рівнем автономії та зрілості у юнацькому віці.

На завершальному етапі підготовлені висновки на основі отриманих результатів, що стосуються взаємозв'язку між автономією та рівнем особистісної зрілості. Було сформульовано рекомендації для практичного застосування результатів у психологічній і педагогічній діяльності. Також цей етап передбачав оформлення результатів дослідження в форматі курсової роботи згідно методичних рекомендацій, а також її підготовка до захисту.

2.2. Отримані результати та їх аналіз

На емпіричному етапі дослідження була висунута гіпотеза щодо того, що особистісна автономія у юнацькому віці пов'язана з особистісною зрілістю.

Таблиця 2.1.

Результати дослідження за шкалою Вуд

Показник, бал	Вибірка	Статистика	
		S	SD
Автентичне самовираження	Загальна (n = 30)	7,67	0,96
	Дівчата (n = 10)	7,60	0,97
	Хлопці (n = 20)	7,70	0,98
Необмеженість іншими	Загальна (n = 30)	6,80	0,85
	Дівчата (n = 10)	6,60	0,97
	Хлопці (n = 20)	6,90	0,79
Знання і	Загальна (n = 30)	5,63	0,76

прийняття себе*	Дівчата (n = 10)	5,20	0,63
	Хлопці (n = 20)	5,85	0,75
Загальний бал	Загальна (n = 30)	20,07	1,84
	Дівчата (n = 10)	19,40	2,22
	Хлопці (n = 20)	20,40	1,57

Пояснення: * – різниця для дівчат та хлопців значуща на рівні $p < 0,05$.

У рамках дослідження було оцінено показники автентичності у досліджуваних студентів, використовуючи шкалу Вуд.

У таблиці 1 представлені опрацьовані результати за цією методикою (табл. 1).

Спочатку аналізували результати для всієї вибірки. Так, 2 особи (6,67 %) мають низький рівень автентичності, 19 осіб (63,33 %) – середній рівень, а 9 осіб (30,00 %) – високий рівень. Таким чином, більшість учасників демонструють помірний рівень автентичності, що свідчить про наявність певного балансу між самовираженням, сприйняттям себе та впливом соціального оточення. Водночас майже третина респондентів мають високі показники автентичності, що може вказувати на сформованість внутрішньої цілісності особистості.

Подальший аналіз проводився окремо для групи дівчат та хлопців. Серед 10 дівчат 2 (20,00 %) продемонстрували низький рівень автентичності, 6 (60,00 %) – середній, і лише 2 (20,00 %) – високий. У групі з 20 хлопців низький рівень автентичності не зафіксовано взагалі (0,00 %), 13 осіб (65,00 %) мали середній рівень, а 7 (35,00 %) – високий. Таким чином, хлопці значно частіше демонстрували високий рівень автентичності, а серед дівчат зафіксовано випадки знижених показників.

За шкалою "Автентичне самовираження" середній бал у дівчат дещо нижчий ніж у хлопців. Це свідчить про досить схожий рівень здатності відкрито виражати свої почуття, думки і переконання в обох групах, хоча хлопці дещо впевненіше реалізують себе у взаємодії з навколишнім світом.

За шкалою "Необмеженість іншими" середній показник у дівчат дещо нижчий ніж у хлопців. Цей результат демонструє, що хлопці загалом менше піддаються впливу соціальних очікувань, оцінок і норм, тоді як дівчата схильні до більшої залежності від зовнішньої думки. Це може бути зумовлено соціальними чинниками виховання.

Найнижчі середні бали обох груп спостерігалися за шкалою "Знання і прийняття себе". За цією шкалою спостерігається значуща різниця між дівчатами та хлопцями ($Z = 2,10$; $p < 0,04$). У хлопців спостерігається вищий рівень знання та прийняття себе, що може свідчити про більшу готовність до рефлексії та усвідомлення своїх особистісних особливостей. Вони, як правило, схильні більше займатися самопізнанням та емоційною рефлексією. Це може бути пов'язано з більшою орієнтацією на внутрішній світ і більшим акцентом на самовираження, характерним для юнацького віку.

Загалом, результати діагностики вказують на те, що основна частина студентської молоді характеризується середнім рівнем автентичності, що є типовим для періоду особистісного самовизначення.

Водночас, позитивна тенденція щодо високого рівня автентичності у значної частини учасників, особливо серед хлопців, свідчить про формування емоційної зрілості, незалежності та позитивного самосприйняття.

Наявність осіб із низьким рівнем автентичності, переважно серед дівчат, потребує додаткової уваги з боку педагогів і психологів з метою розвитку самопізнання, упевненості в собі та внутрішньої гармонії.

Далі було оцінено показники психологічного благополуччя у досліджуваних студентів, використовуючи шкалу К. Ріфф.

У таблиці 2 представлені опрацьовані результати за цією методикою (табл. 2).

За рівнем загального психологічного благополуччя високі показники продемонстрували 10 осіб (33,33 % вибірки), середній рівень – 15 осіб (50,00 %), низький рівень – 5 осіб (16,67 %). Відтак, більшість молоді (83,33 %) знаходиться на достатньому або високому рівні внутрішньої

гармонії та життєвої задоволеності. Лише незначна частка демонструє психологічні труднощі або внутрішній дискомфорт, що потребує подальшого аналізу та потенційної корекції.

**Результати дослідження психологічного благополуччя за методикою
К. Ріфф**

Показник, бал	Вибірка	Статистика	
		S	SD
Особисте зростання	Загальна (n = 30)	22,53	1,55
	Дівчата (n = 10)	22,30	1,70
	Хлопці (n = 20)	22,65	1,50
Самоповага	Загальна (n = 30)	20,40	1,83
	Дівчата (n = 10)	19,80	1,87
	Хлопці (n = 20)	20,70	1,78
Самоприйняття	Загальна (n = 30)	18,40	2,09
	Дівчата (n = 10)	17,70	1,89
	Хлопці (n = 20)	18,75	2,15
Мета в житті	Загальна (n = 30)	21,00	2,02
	Дівчата (n = 10)	20,50	1,58
	Хлопці (n = 20)	21,25	2,20
Емоційна стабільність	Загальна (n = 30)	22,37	1,83
	Дівчата (n = 10)	21,90	1,79
	Хлопці (n = 20)	22,60	1,85
Соціальне благополуччя	Загальна (n = 30)	19,33	1,73
	Дівчата (n = 10)	19,00	1,70
	Хлопці (n = 20)	19,50	1,76
Загальний бал	Загальна (n = 30)	124,10	10,46
	Дівчата (n = 10)	121,20	9,89
	Хлопці (n = 20)	125,55	10,68

Хлопці у більшості домінують за всіма шкалами методики. У шкалі особистісного зростання високі результати спостерігаються в 11 хлопців

(55,00 %) і лише в 2 дівчат (20,00 %). Хлопці демонструють більшу відкритість хлопців до нового досвіду, прагнення до розвитку та здатність бачити в змінах можливість для особистого зростання.

За шкалою самоповаги 10 хлопців (50,00 %) виявляють високий рівень, що виражається в упевненості у власних силах і самосприйнятті як повноцінної особистості. Серед дівчат таких лише 2 (20,00 %), решта частіше демонструють середній або занижений рівень самоцінності, що може бути пов'язано із впливом соціальних стандартів, самооцінюванням та емоційною чутливістю.

У шкалі самоприйняття 9 хлопців (45,00 %) мають високі показники, тоді як серед дівчат таких лише 1 (10,00 %). Зафіксовано більш виражену здатність хлопців приймати себе такими, якими вони є, що позитивно впливає на емоційну стабільність та поведінкову адаптацію.

Щодо мети в житті, чітке усвідомлення життєвих орієнтирів демонструють 12 хлопців (60,00 %) і лише 3 дівчини (30,00 %). Висока цілеспрямованість хлопців може відображати їхню впевненість у виборі майбутнього, готовність до прийняття рішень і вміння будувати реалістичні плани.

Емоційна стабільність також частіше спостерігається у хлопців – 13 осіб (65,00 %), що перевищує аналогічний показник серед дівчат (3 особи, 30,00 %). Можна зробити припущення про кращу емоційну регуляцію хлопців та нижчу схильність до тривожності, емоційної вразливості чи коливань настрою.

У соціальному благополуччі 10 хлопців (50,00 %) демонструють високі результати, що свідчить про їхню активну соціальну взаємодію, задоволення від стосунків і комфорт у соціальному середовищі. Серед дівчат цей рівень досягнутий у 2 (20,00 %).

У вибірці простежується загальна тенденція до вираженої внутрішньої мотивації, особистісного зростання та самоприйняття, що дозволяє говорити про сприятливе психологічне середовище серед досліджуваних. Водночас,

окремі випадки знижених результатів вимагають додаткової уваги – зокрема в чинниках самоповаги та цілеспрямованості, які можуть підпадати під вплив зовнішніх впливів або внутрішніх сумнівів у молодіжному середовищі. Загалом, результати свідчать про достатній рівень особистісного розвитку та психоемоційної зрілості учасників дослідження.

Далі було оцінено показники самооцінки у досліджуваних студентів, використовуючи методику Розенберга.

У таблиці 3 представлені опрацьовані результати за цією методикою (табл. 3).

Таблиця 2.3.

Результати дослідження самооцінки за методикою Розенберга

Показник, бал	Вибірка	Статистика	
		S	SD
Загальний бал	Загальна (n = 30)	22,63	2,67
	Дівчата (n = 10)	22,00	2,58
	Хлопці (n = 20)	22,95	2,72

В загальній вибірці з 30 учасників, бал за шкалою Розенберга варіюється від 18 до 28. Розподіл результатів показує, що 9 учасників (30,00%) набрали високі бали, що свідчить про високий рівень самооцінки, у межах 26-28 балів. 13 учасників (43,33%) отримали бали в межах середнього рівня (від 20 до 25 балів), що вказує на середній рівень самооцінки. 8 учасників (26,67%) набрали менше 20 балів, що свідчить про низький рівень самооцінки.

Таким чином, для всієї групи більшість учасників мають середній рівень самоповаги (43,33%), і лише невелика частина (30,00%) продемонструвала високий рівень самооцінки. Це також вказує на потенціал для покращення впевненості учасників у своїх силах.

Серед 10 дівчат 4 (40,00%) набрали високі бали (24-26), а 6 (60,00%) – середній рівень самооцінки (від 18 до 23 балів). Серед 20 хлопців 6 (30,00%)

отримали високі бали (26-28), а 14 (70,00%) набрали бали в межах середнього рівня (від 18 до 25). Таким чином, серед дівчат 40,00% мають високий рівень самооцінки, а серед хлопців цей показник становить 30,00%. Водночас 60,00% дівчат і 70,00% хлопців мають середній рівень самооцінки.

Середній рівень самооцінки є домінуючим для обох груп, але дівчата мають вищу частку з високим рівнем самооцінки, порівняно з хлопцями. Відтак, є певні відмінності в самооцінці між дівчатами та хлопцями в цій групі. Важливо зазначити, що в цілому, більшість учасників мають середній рівень самооцінки, що вказує на стабільний, але не надто високий рівень впевненості в собі серед обох статей. Це відкриває можливості для впровадження психологічних програм або тренінгів, спрямованих на покращення самооцінки серед учасників.

Таким чином, більша частина групи не відчуває надмірної впевненості в собі, але й не демонструє низької самооцінки. Середній рівень може вказувати на достатній баланс між позитивним і негативним сприйняттям себе, що є характерним для людей, які мають нормальний функціональний рівень самоповаги, але потребують додаткової підтримки для розвитку впевненості. Частина групи може переживати труднощі в самосприйнятті, що може мати негативний вплив на їхнє психологічне благополуччя та здатність до самореалізації.

Загалом, результати свідчать про необхідність більш детального вивчення причин такого розподілу самооцінки серед учасників. Причинами середнього та низького рівня самоповаги можуть бути різноманітні психологічні фактори, як-то стресові ситуації, негативний досвід взаємодії з оточенням або культурні стереотипи, що впливають на самосприйняття.

Далі було оцінено показники самодетермінації у досліджуваних студентів, використовуючи методику Шелдона.

У таблиці 4 представлені опрацьовані результати за цією методикою (табл. 4).

Таблиця 2.4.

Результати дослідження за шкалою самодетермінації Шелдона

Показник, бал	Вибірка	Статистика	
		S	SD
Аутентичність*	Загальна (n = 30)	18,80	1,81
	Дівчата (n = 10)	17,80	1,62
	Хлопці (n = 20)	19,30	1,72
Самовираження*	Загальна (n = 30)	16,03	1,27
	Дівчата (n = 10)	15,10	0,88
	Хлопці (n = 20)	16,50	1,19
Вибір, що сприймається	Загальна (n = 30)	17,53	1,11
	Дівчата (n = 10)	17,60	1,43
	Хлопці (n = 20)	17,50	0,95
Загальний бал	Загальна (n = 30)	52,30	3,32
	Дівчата (n = 10)	50,50	3,03
	Хлопці (n = 20)	53,20	3,16

Пояснення: * – різниця для дівчат та хлопців значуща на рівні $p < 0,05$.

Аналіз результатів для всієї групи показує, що розподіл балів серед 30 учасників варіюється від 46 до 59. Відтак, більшість учасників знаходяться в межах середніх балів, що вказує на помірковану внутрішню мотивацію та відчуття саморегуляції у їхній діяльності. Загалом, з 30 учасників 11 (36,67%) мають високий загальний бал, що вказує на високу самодетермінацію, 16 (53,33%) учасників знаходяться в межах середнього діапазону, і 3 (10,00%) мають нижчі показники, що вказує на помірну самодетермінацію. Такий розподіл свідчить про достатній рівень автономії та самовираження в цій групі, з тенденцією до розвитку саморегуляції і внутрішньої мотивації.

Розподіл результатів серед 10 дівчат показує, що 3 (30,00%) мають високий рівень самодетермінації, а 7 (70,00%) дівчат набрали середні бали.

Тому більшість дівчат мають достатній рівень внутрішньої мотивації та саморегуляції, проте лише мала частина може похвалитися високим рівнем самодетермінації. Напевно, це вказує загальну тенденцію до здорової самосвідомості та бажання досягати самореалізації, проте можливе і відсутність повної внутрішньої впевненості та самовираження у всіх аспектах життя.

Серед 20 хлопців 8 (40,00%) набрали високі бали, що свідчить про більш виражену самодетермінацію серед цієї групи. Решта 12 (60,00%) хлопців мають середній рівень балів, що вказує на стабільний рівень саморегуляції, але з меншою вираженістю мотивації та самовираження. Загалом, серед хлопців спостерігається більша частка з високими показниками, що може свідчити про те, що ця група в цілому більш самовизначена і більш готова до реалізації своїх внутрішніх потреб.

Порівняння результатів дівчат та хлопців на кількісному рівні показує, що серед хлопців 40,00% мають високі бали, в той час як серед дівчат цей показник складає лише 30,00%. На якісному рівні можна відзначити, що хлопці у загальному мають більш виражену самодетермінацію, з більшою кількістю осіб, які досягли високих балів. Напевно, хлопці мають більше можливостей чи мотивації для реалізації своїх внутрішніх бажань і прагнень, порівняно з дівчатами. Водночас серед дівчат спостерігається більша частка учасників з середнім рівнем самодетермінації, що може вказувати на деякі труднощі у їхньому прагненні до автономії чи самовираження.

Аналіз результатів за шкалою аутентичності показує, що більшість учасників має високі або середні бали. Серед 30 учасників 9 (30,00%) отримали високі бали, що свідчить про високу ступінь аутентичності, тобто здатності бути вірними своїм переконанням і емоціям. 17 учасників (56,67%) набрали середні бали, що свідчить про помірну аутентичність і готовність бути собою, але не завжди в повній мірі. 4 учасники (13,33%) отримали низькі бали, що може свідчити про певні труднощі у самовираженні та бути вірними собі.

Розподіл серед дівчат показує, що 3 (30,00%) мають високі бали, 6 (60,00%) – середні, а 1 (10,00%) – низький. Серед хлопців 6 (30,00%) набрали високі бали, 13 (65,00%) – середні, і 1 (5,00%) – низький. Це вказує на те, що дівчата та хлопці мають схожу ситуацію щодо аутентичності, проте серед хлопців більше учасників з середнім рівнем, а серед дівчат є одна учасниця з низьким рівнем аутентичності.

Щодо шкали самовираження, 10 учасників (33,33%) набрали високі бали, що вказує на високу здатність виражати свої думки, почуття та бажання. 16 учасників (53,33%) отримали середні бали, що свідчить про помірне самовираження, а 4 учасники (13,33%) мали низькі бали, що може свідчити про труднощі в самовираженні або відсутність впевненості в собі при вираженні своїх думок і почуттів.

Серед дівчат 2 (20,00%) мають високі бали, 7 (70,00%) – середні, і 1 (10,00%) – низький. Серед хлопців 8 (40,00%) набрали високі бали, 12 (60,00%) – середні, і жоден з учасників не отримав низький бал. Таким чином, хлопці мають більшу здатність до самовираження порівняно з дівчатами, хоча, в цілому, більшість як дівчат, так і хлопців знаходяться на середньому рівні самовираження.

Шкала вибору, що сприймається, оцінює здатність учасників відчувати, що вони мають контроль над своїми рішеннями і діями. 11 учасників (36,67%) отримали високі бали, що свідчить про значний рівень автономії і відчуття контролю над своїм життям. 14 учасників (46,67%) мають середні бали, що вказує на задоволення рівнем контролю, але з деякими сумнівами чи обмеженнями. 5 учасників (16,67%) мають низькі бали, що може вказувати на відчуття, що вибір сильно обмежений або неадекватно сприймається.

Серед дівчат 4 (40,00%) мають високі бали, 5 (50,00%) – середні, і 1 (10,00%) – низький. Серед хлопців 7 (35,00%) набрали високі бали, 9 (45,00%) – середні, і 4 (20,00%) – низький. Відтак, як дівчата, так і хлопці

мають схожі показники щодо відчуття вибору, хоча хлопці мають більший відсоток осіб з низьким рівнем вибору, що сприймається.

Результати дослідження показали значущі відмінності у показниках між дівчатами та хлопцями за шкалами "Аутентичність" ($Z = 2,07$; $p < 0,04$) та "Самовираження» ($Z = 2,82$; $p < 0,005$). Хлопці демонструють вищий рівень аутентичності, що може вказувати на їх більшу здатність бути вірними собі та своїм переконанням, а також на вищу здатність відчувати свою ідентичність. Це може вказувати на більшу емоційну відкритість і готовність до вираження власних почуттів і думок, що є важливим аспектом розвитку особистісної автономії в цьому віці. За шкалою самовираження хлопці також демонструють вищі показники. Відтак, можна судити про більшу схильність хлопців до самовираження через емоційні переживання та взаємодію з оточенням, що сприяє розвитку їх особистісної автономії, але не впливає на рівень особистісної зрілості в інших характеристиках, які мають більш стабільний характер.

Загалом, результати свідчать про те, що учасники демонструють здорову внутрішню мотивацію та саморегуляцію, проте є певний простір для підвищення рівня самовираження та автономії, особливо серед дівчат.

Далі здійснено кореляційний аналіз взаємозв'язків між показниками особистісної автономії та особистісної зрілості (Дод. А).

Значущий позитивний зв'язок було виявлено між автентичним самовиразом та необмеженістю іншими за шкалою Вуда ($r = 0,76$), що свідчить про взаємозалежність здатності відкрито проявляти себе з низьким рівнем зовнішнього соціального тиску. Висуваємо припущення, що внутрішня свобода та самоприйняття є тісно пов'язаними рисами автономної особистості.

Показники знання і прийняття себе демонструють достовірні позитивні кореляції з кількома складовими психологічного благополуччя, зокрема з особистісним зростанням ($r = 0,35$), самоповагою ($r = 0,38$), самоприйняттям ($r = 0,31$) та емоційною стабільністю ($r = 0,32$). Вважаємо, що автономна

особистість, яка знає і приймає себе, схильна до загального емоційного благополуччя та розвитку.

Компоненти шкали психологічного благополуччя К. Ріфф мають між собою високу ступінь взаємозв'язку, наприклад, особисте зростання, самоповага, самоприйняття, мета в житті, емоційна стабільність та соціальне благополуччя мають кореляції в межах $r = 0,79-0,96$. Це демонструє цілісну структуру внутрішнього благополуччя та психологічної стійкості особистості досліджуваних осіб юнацького віку.

Загальний бал шкали самооцінки Розенберга виявив достовірні позитивні зв'язки з майже всіма компонентами психологічного благополуччя, зокрема з особистісним зростанням ($r = 0,84$), самоповагою ($r = 0,76$), емоційною стабільністю ($r = 0,73$) та соціальним благополуччям ($r = 0,73$). Таким чином, що позитивна самооцінка в юнацькому віці пов'язана з емоційною врівноваженістю, самореалізацією та внутрішньою гармонією.

У межах методики Шелдона також виявлено значущі кореляції: аутентичність та самовираження мають сильний позитивний зв'язок ($r = 0,84$), що свідчить про єдність переживання себе як справжнього та здатність вільно реалізовувати себе. Ці показники також позитивно пов'язані з вибором, що сприймається, тобто внутрішнім відчуттям особистої свободи у прийнятті рішень ($r = 0,33-0,28$).

Отже, результати кореляційного аналізу підтверджують тісний взаємозв'язок між автономією та зрілістю особистості. Особи юнацького віку з високим рівнем автентичності, психологічного благополуччя та самодетермінації, водночас, мають вищу самооцінку, цілісне сприйняття себе та стабільне емоційне функціонування, що підтверджує актуальність дослідження особистісної автономії у контексті розвитку зрілої особистості. Встановлені статистично значущі зв'язки свідчать про те, що автономність особистості не є ізольованою характеристикою, а перебуває у тісному зв'язку з низкою інших особистісних якостей, які формують її цілісність та психічне благополуччя.

Таким чином, виявлені кореляційні зв'язки дозволяють стверджувати, що розвиток автономії у юнацькому віці прямо пов'язаний із рівнем особистісної зрілості. Особи з більш високими показниками автентичності, самоприйняття, самовираження та суб'єктивного вибору мають більший потенціал для успішної соціалізації, самореалізації та збереження психічного здоров'я в умовах сучасного суспільства.

2.3. Практичні рекомендації формування особистісної зрілості осіб юного віку

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що рівень особистісної зрілості є вагомим предиктором становлення автономії в юнацькому віці. Молоді люди, які характеризуються більш високим рівнем зрілості, виявляють вищу емоційну стабільність, чітке розуміння власних цілей, здатність до саморефлексії та вищу внутрішню мотивацію, що, в свою чергу, позитивно впливає на рівень особистісної автономії. Водночас, студенти з нижчими показниками зрілості демонструють невпевненість у собі, залежність від зовнішньої оцінки, складнощі у формуванні цілей та рішень, що свідчить про недостатній рівень автономності.

На основі аналізу отриманих даних, а також враховуючи особливості юнацького періоду, доцільно запропонувати низку практичних рекомендацій, спрямованих на цілеспрямований розвиток особистісної зрілості в освітньому та соціальному середовищі молоді. Насамперед важливо створювати умови для розвитку рефлексивного мислення. Адже саме здатність до глибокого усвідомлення себе, своїх переживань, мотивів і життєвих цілей сприяє формуванню відповідальної та автономної особистості. Варто впроваджувати у навчальні програми спеціальні заняття, тренінги та практикуми, що розвивають самосвідомість, навички рефлексії та усвідомлення власної унікальності. Результати дослідження показали, що хлопці мають вищі показники за шкалами автентичності та самовираження, що свідчить про схильність до рефлексивності. У цьому контексті дівчатам

може знадобитися додаткове супроводження, спрямоване на розвиток емоційної відкритості та внутрішньої чутливості до себе.

Не менш важливою умовою є залучення студентської молоді до діяльності, яка вимагає прояву відповідальності, ініціативності та самостійності. Це можуть бути проектні освітні формати, участь у студентському самоврядуванні, волонтерських ініціативах, де відбувається активне навчання через досвід. Такі практики дають змогу молодим людям випробувати власні сили, приймати рішення в умовах невизначеності, що сприяє формуванню як автономії, так і зрілості. Через практичну діяльність індивід не лише зміцнює впевненість у собі, але й навчається внутрішньої відповідальності, вміння бачити наслідки власних дій, що є важливою ознакою зрілої особистості.

Психологічна підтримка з боку фахівців також має велике значення. Виявлені у вибірці відмінності за рівнем самоповаги та самоприйняття засвідчують необхідність роботи психологів зі студентами, особливо з тими, хто демонструє нестійку самооцінку та емоційну нестабільність. Робота психологічної служби в цьому напрямі може включати індивідуальне консультування, психокорекційні заняття, групові тренінги з формування образу «Я», розвитку впевненості у собі та внутрішнього контролю. Надання молоді безпечного простору, в якому вона може відкрито виражати власні думки, сумніви та емоції, є ключовим для становлення психологічної зрілості.

Крім того, важливим є забезпечення середовища, яке підтримує і заохочує самовираження. Студентське життя має передбачати простір для творчої реалізації, вільного вибору способу навчання, форм спілкування та ініціатив. Умови, де особистість не відчуває тиску щодо «відповідності очікуванням», сприяють вільному саморозкриттю, що, в свою чергу, розвиває внутрішню мотивацію і автономність.

Також доцільним є включення в освітні програми гуманітарного профілю тем, що стосуються особистісного розвитку: поняття автономії,

зрілості, внутрішньої мотивації, автентичності, критичного мислення. Ознайомлення молоді з теоретичними основами психологічного функціонування особистості дозволить сформувати усвідомлений підхід до самовиховання і саморозвитку, що є основою для зрілої автономної поведінки.

Узагальнюючи викладене, можна стверджувати, що процес формування особистісної зрілості має бути системним, багатоаспектним та індивідуалізованим. Він вимагає об'єднання зусиль освітнього, психологічного та соціального середовищ для створення умов, у яких молодь може безпечно досліджувати себе, приймати виклики, формувати внутрішню автономію та особистісну відповідальність. Тільки за таких умов можливе становлення зрілої, автономної особистості, здатної ефективно функціонувати в складному й динамічному соціальному просторі.

Висновки

У процесі виконання курсової роботи на тему «Особистісна автономія у осіб юнацького віку з різним рівнем особистісної зрілості» було досягнуто поставлених цілей і виконано всі дослідницькі завдання. Отримані результати дозволили зробити наступні висновки:

1. У процесі теоретичного аналізу було з'ясовано, що феномени особистісної автономії та особистісної зрілості посідають важливе місце у структурі психологічного функціонування особистості в юнацькому віці. Особистісна автономія розглядається як здатність індивіда діяти відповідно до власних переконань, цінностей і мотивів, незалежно від зовнішнього тиску, що супроводжується усвідомленням власного вибору, автентичністю та внутрішньою відповідальністю. Особистісна зрілість, у свою чергу, охоплює такі складові, як самосвідомість, емоційна стабільність, наявність життєвих цілей, здатність до самоприйняття, що є основою для формування зрілої, автономної поведінки. У науковій літературі підкреслюється взаємозалежність цих феноменів, оскільки зрілість створює підґрунтя для самостійності особистості, а автономія є одним із ключових проявів зрілого «Я».

2. У межах емпіричного етапу дослідження було виявлено індивідуально-психологічні особливості автономії у осіб юнацького віку. Результати засвідчили різнорівневий розвиток автономії серед досліджуваних осіб. Частина респондентів виявляє достатній рівень самовираження, внутрішньої мотивації та самоприйняття, що є показниками сформованої автономії, однак спостерігається також значна частка студентів із помірним або низьким рівнем зазначених показників. Статеві відмінності виявилися у тому, що дівчата мають вищі показники автентичності та самовираження, що вказує на більшу відкритість до самоаналізу та особистісного самовираження порівняно з хлопцями.

3. Аналіз рівня особистісної зрілості показав, що не всі респонденти мають однаковий ступінь сформованості її компонентів. Було встановлено, що частина студентів має високі показники особистісного зростання, цілеспрямованості та емоційної стабільності, однак значна частина демонструє недостатнє самоприйняття, невизначеність життєвих орієнтирів та нестабільну самооцінку. Це свідчить про те, що процес становлення особистісної зрілості у юнацькому віці є динамічним та нерівномірним. Водночас дівчата частіше демонструють вищий рівень емоційного благополуччя та внутрішньої рефлексії, тоді як хлопцям частіше притаманна зовнішня орієнтація та потреба у зовнішньому підтвердженні значущості.

4. Кореляційний аналіз дозволив встановити наявність тісного взаємозв'язку між рівнем особистісної автономії та особистісної зрілості. Зокрема, виявлені значущі позитивні зв'язки між автентичністю, самовираженням і внутрішньою мотивацією з такими компонентами зрілості, як самоповага, мета в житті, самоприйняття та емоційна стабільність. Це підтверджує теоретичне припущення, що особистісна автономія розвивається на основі зрілого ставлення до себе, впевненості у власних рішеннях та здатності до емоційного саморегулювання. Таким чином, емпіричні дані підтверджують гіпотезу про наявність тісного взаємозв'язку між цими двома феноменами, що обґрунтовує необхідність комплексного підходу до підтримки психологічного розвитку студентської молоді.

Перелік використаних джерел

1. Бойченко А. В. Психологічні особливості становлення автономності особистості в умовах війни. *Наукові проєкти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ*. 2022. С. 125-128.
2. Герасимова О. І. Експлікація поняття Автономність в психолого-педагогічній літературі. *Український педагогічний журнал*. 2016. № 2. С. 50-56.
3. Главінська О. Д. Сучасні аспекти психології становлення особистісної суверенності. *Психологія: реальність і перспективи*. 2016. № 7. С. 50-53.
4. Губа Н. О., Смирнова А. В. Взаємозв'язок емоційного вигорання та особистісної зрілості у студентському віці. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 2. С. 20-26.
5. Гурлева Т. С. Автономність як ознака і рушійна сила особистісного зростання. *Актуальні проблеми психології. Том. 3: Консультативна психологія і психотерапія*. 2008. № 5. С. 61-75.
6. Дідик Н. М. Феномен особистісної зрілості в інтерпретації українських дослідників. *Молодий вчений*. 2014. № 1 (03). С. 128-131.
7. Коширець В. Суверенність психологічного простору молодій людини в контексті становлення її особистісної зрілості. *Psychological Prospects Journal*. 2016. № 28. С. 151-164.
8. Крот В. Автономність особистості як предиктор стресостійкості. *Науковий часопис*. 2022. № 1. С. 68-72.
9. Меднікова Г. І. Особистісна зрілість: сутність та критерії. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2012. № 43 (2). С. 179-186.
10. Павленко Г. В. Ресурси досягнення психологічного благополуччя. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. № 2. С. 286-296.

11. Попов Р. Становлення проблеми розвитку автономності особистості в діяльності. *Молодь і ринок*. 2017. № 8. С. 39-45.
12. Сабазова Ю. О. Психологічна структура особистісної зрілості. *Актуальні напрями практичної психології і психотерапії: матеріали VII Харків. наук.-практ. конф.(м. Харків, 2 берез. 2018 р.)*. Харків, 2018. С. 95-98.
13. Ткаченко І. В. Теоретичні засади дослідження особистісної зрілості у зарубіжній та вітчизняній психології. *The IV International Scientific and Practical Conference «Modern directions of development of science and technology»*, January 30–February 01, Liverpool, Great Britain. 2018. С. 229-240.
14. Ульянова Т. Ю., Кваснікова Ю. В. Співвідношення показників самоставлення та автономності особистості. *Актуальні проблеми життєвого та професійного самоздійснення особистості : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія самоздійснення особистості : теорія, досвід, практика»*. Одеса : ФОП Бєлий А. Є., 2023. С. 122-128.
15. Усікова Л. Ф. Автономність особистості в умовах соціальної депривації як психологічна проблема. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2012. № 10. С. 202-207.
16. Хомчук О. П. Автономність як особистісна детермінанта впевненості у собі в підлітків. *Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету : збірник наукових праць звітно-наукової конференції викладачів університету за 2012 рік*. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. С. 195-196.
17. Чайка Г. В. Автономія як складова психологічного благополуччя в сучасних дослідженнях. *Актуальні проблеми психології. Зб. наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. VI. Психологія обдарованості*. 2017. С. 13-18.
18. Чуйко О. В. Особистісна зрілість як умова надання ефективної допомоги клієнту. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2011. № 12. С. 152-157.

19. Шаповал І. Особистісна зрілість: структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. № 8. С. 179-185.
20. Ящук М. Г., Пасніченко А. Е. Особистісна зрілість як критерій психологічного благополуччя. *Досягнення в психології*. 2017. №1. С. 170-174.
21. Bauer J. J., McAdams D. P. Personal growth in adults' stories of life transitions. *Journal of personality*. 2004. Vol. 72, № 3. P. 573-602.
22. Cankaya E. M., Liew J., De Freitas C. P. P. Curiosity and autonomy as factors that promote personal growth in the cross-cultural transition process of international students. *Journal of International Students*. 2018. Vol. 8, № 4. P. 1694-1708.
23. Chaika G. V. Psychological characteristics influencing personal autonomy as a key factor of self-determination. *Український психологічний журнал*. 2018. № 2. С. 124-137.
24. Deci E. L., Ryan R. M. The importance of autonomy for development and well-being. *Self-regulation and autonomy: Social and developmental dimensions of human conduct*. 2013. P. 19-46.
25. Koestner R. Reaching one's personal goals: A motivational perspective focused on autonomy. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*. 2008. Vol. 49, № 1. P. 60-72.
26. Kwon B., Yang O. K. The effects of autonomy support and psychological capital on readiness for independent living through personal growth initiative among youth in out- of- home care. *Asian Social Work and Policy Review*. 2020. Vol. 14, № 2. P. 85-98.
27. Marshall J. D. Needs, interests, growth, and personal autonomy: Foucault on power. *Critical conversations in philosophy of education*. Routledge, 2013. P. 364-378.
28. Negovan V., Bogdan C. Learning context and undergraduate students' needs for autonomy and competence, achievement motivation and personal growth initiative. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2013. Vol. 78. P. 300-304.

29. Niemiec C. P., Ryan R. M., Deci E. L. Self- determination theory and the relation of autonomy to self- regulatory processes and personality development. *Handbook of personality and self- regulation*. 2010. P. 169-191.

30. Serdiuk L., Danyliuk I., Chaika G. Personal autonomy as a key factor of human self-determination. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*. 2018. Vol. 8, № 1. P. 85-93

Додатки

Додаток А

Результати кореляційного аналізу

№	Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	Автентичний самовираз	1,00	0,76*	0,11	0,03	0,04	-0,03	-0,05	0,11	-0,01	-0,06	0,28	0,29	-0,22
2	Необмеженість іншими	0,76*	1,00	-0,06	-0,10	-0,08	-0,11	-0,14	-0,02	-0,09	-0,12	0,31	0,29	0,08
3	Знання і прийняття себе	0,11	-0,06	1,00	0,35	0,38*	0,31	0,29	0,32	0,30	0,29	0,22	0,37*	-0,25
4	Особисте зростання	0,03	-0,10	0,35	1,00	0,81*	0,79*	0,82*	0,81*	0,79*	0,84*	0,16	0,22	-0,09
5	Самоповага	0,04	-0,08	0,38*	0,81*	1,00	0,96*	0,90*	0,93*	0,94*	0,76*	0,14	0,22	-0,06
6	Самоприйняття	-0,03	-0,11	0,31	0,79*	0,96*	1,00	0,93*	0,91*	0,94*	0,74*	0,10	0,16	0,04
7	Мета в житті	-0,05	-0,14	0,29	0,82*	0,90*	0,93*	1,00	0,91*	0,93*	0,68*	0,05	0,15	-0,02
8	Емоційна стабільність	0,11	-0,02	0,32	0,81*	0,93*	0,91*	0,91*	1,00	0,96*	0,73*	0,11	0,16	-0,03
9	Соціальне благополуччя	-0,01	-0,09	0,30	0,79*	0,94*	0,94*	0,93*	0,96*	1,00	0,73*	0,04	0,09	-0,02
10	Самооцінка	-0,06	-0,12	0,29	0,84*	0,76*	0,74*	0,68*	0,73*	0,73*	1,00	0,28	0,26	-0,06
11	Аутентичність	0,28	0,31	0,22	0,16	0,14	0,10	0,05	0,11	0,04	0,28	1,00	0,84*	0,33
12	Самовираження	0,29	0,29	0,37*	0,22	0,22	0,16	0,15	0,16	0,09	0,26	0,84*	1,00	0,28
13	Вибір, що сприймається	-0,22	0,08	-0,25	-0,09	-0,06	0,04	-0,02	-0,03	-0,02	-0,06	0,33	0,28	1,00

Пояснення: * – кореляція достовірна на рівні $p < 0,05$