

<https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-21>

УДК 159.923:342.1

Людмила МІХЄЄВА

кандидат педагогічних наук, доцент,
Хмельницький національний університет
<https://orcid.org/0000-0003-0369-1129>

e-mail: ludamixeeva@ukr.net

Яніна ІВКО

здобувачка вищої освіти,
Хмельницький національний університет
e-mail: yaninaivko2020@gmail.com

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

Стаття присвячена результатам теоретичного та емпіричного дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-повідінкової терапії. Охарактеризовано структурні компоненти національної самосвідомості студентської молоді. Визначено особливості розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії. Визначено ключові компоненти національної самосвідомості студентської молоді та їхню динаміку у процесі психолого-педагогічного впливу.

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

Liudmyla MIKHEIEVA, Yanina IVKO

Khmelnytskyi National University

RESULTS OF THE STUDY OF THE PECULIARITIES OF THE DEVELOPMENT OF NATIONAL SELF-AWARENESS OF STUDENT YOUTH BY MEANS OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY

Student youth represent a strategically important social segment that forms the intellectual, economic, and cultural potential of a state. Crises accelerate the process of forming and transforming values among students, making the development of national self-awareness and identity particularly relevant.

National self-awareness is a multifaceted phenomenon encompassing an individual's understanding of their belonging to a nation, awareness of its history, culture, language, and traditions, and active participation in civic life. Research distinguishes between national identity and national self-awareness, where the former is based on cultural and civic-political traditions, shared interests, and national development perspectives, while the latter involves a more profound self-perception and reflection on national belonging.

Education plays a crucial role in shaping national self-awareness. The study used the Delphi method to assess key aspects of national self-awareness development among students.

Findings indicate that ethnic identity, critical thinking, value orientations, and empathy were the most significant characteristics contributing to national self-awareness.

Preliminary findings suggest that CBT techniques effectively enhance students' national self-awareness by fostering self-reflection, cognitive restructuring, and emotional regulation. These insights underscore the importance of integrating psychological interventions into educational programs to strengthen national identity and cultural cohesion among student youth.

Key words: consciousness, national consciousness, national self-consciousness, student youth, means of cognitive-behavioral therapy.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

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

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

Аналіз досліджень та публікацій

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

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

Формулювання цілей статті

Мета статті полягає у висвітленні результатів емпіричного дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії.

Виклад основного матеріалу

Аналіз наукової літератури свідчить, що в психології та педагогіці від моменту їх становлення як окремих дисциплін зберігається стійкий інтерес до вивчення особливостей формування національної самосвідомості студентської молоді.

Національна самосвідомість є багатогранним феноменом, що охоплює уявлення людини про свою приналежність до нації, усвідомлення її історії, культури, мови, традицій, а також активну участь у громадському житті. Визначення національної самосвідомості Г. Костюк виводить як внутрішній процес розуміння індивіда своєї ролі у нації, яке демонструє його ставлення до історичних, політичних і соціокультурних аспектів національного буття [6]. Цей процес формується під впливом як внутрішніх психологічних особливостей особистості, так і зовнішніх соціальних чинників.

Вивчення психолого-педагогічної літератури дозволяє виокремити два поняття: «національна ідентичність» і «національна самосвідомість». Ці поняття є взаємопов'язаними поняттями, проте мають відмінні характеристики. На думку Л. Лойко, національна ідентичність ґрунтується на культурних і громадянсько-політичних традиціях, спільних інтересах, перспективах політичного розвитку, політичних інститутах, правах та обов'язках, а також на економічному та соціальному просторі, що об'єднують громадян.

Цілісність національної ідентичності сприяє збереженню консенсусу із фундаментальних питань розвитку держави. Національна ідентичність – це не вроджена риса народу, а результат суспільного виховання у поєднанні з етнічною ідентичністю, вона може перетворитися на рушійну силу суспільно-політичних перетворень [7].

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

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

Якщо національна ідентичність вважає факт належності до певної національної групи, то самосвідомість охоплює більш глибокий процес рефлексії, формування особистісного ставлення до своєї національності. Це складний і динамічний процес, що залежить від соціального середовища, виховання, історичних подій та особистого досвіду.

Самосвідомість особистості є основою для формування національної самосвідомості. Без наявності самосвідомості неможливо розвинути глибоке усвідомлення своєї приналежності до нації та розуміння важливості захисту її інтересів.

Дослідження національної самосвідомості дозволяє зрозуміти механізми її формування та розвитку, що є місцем для виховання свідомих громадян, здатних зберегти культурну спадщину та сприяти суспільному розвитку.

Формування національної самосвідомості обумовлене комплексом психологічних і соціальних чинників. Як зазначає Т. Говорун, важливу роль у цьому процесі відіграють механізми соціалізації, які визначають, як індивід засвоює цінності, норми та ідеали нації [3].

Особливу увагу в формуванні національної самосвідомості студентської молоді приділяють ролі освіти та виховання. Як зазначає О. Кікінежді, освітні заклади повинні не лише передавати знання про націю, а й формувати патріотичну свідомість, сприяти розвитку активної громадянської позиції [3].

Дослідники національної самосвідомості мають різні погляди на структуру самосвідомості загалом. В. Жмир стверджує, що національна свідомість формується на основі традиційного мистецтва, вірувань, моралі, релігії, а згодом і політико-державного самовизначення, яке обґрунтовується на теорії нації і національної держави [4].

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

– забезпечення відчуття приналежності, сприяння соціалізації, формування переконань і цінностей, мотивація до соціальної активності;

- збереження національно-культурних традицій свого роду і народу, усвідомлення суспільної значущості власної діяльності та загального сенсу життя;
- характеризування усвідомлення національних ознак і відмінностей менталітету, толерантність у ставленні до інших народів, відмінних культур;
- стимуляція самопізнання, рефлексія власного «Я», виявлення точки відліку та духовного джерела самотворення;
- формування духовних основ і мудрості життя (почуття громадянського обов'язку, особиста відповідальність перед попередніми та майбутніми поколіннями);
- розвиток самореалізації, як найбільший прояв власного творчо-розумового та морально-духовного потенціалу;
- збереження культурно-генетичного коду, збагачення та розвиток потенціалу нації, сприяння науково-технологічному й економічному прогресу, прагнення до високих соціальних стандартів.

Як зазначає Л. Сохань, у цьому віці молодь починає активно рефлексувати над своїми цінностями, що створює сприятливі умови для закріплення національних ідеалів [11]. Студенти, які мають доступ до якісної освіти та можливості брати участь у соціокультурних заходах, демонструють вищий рівень сформованості національної самосвідомості.

Словацький науковець Й. Вирост, в свою чергу, стверджує, що національна самосвідомість є специфічною психічною формою, в якій синтезуються знання, думки й уявлення про національну спільноту та власну особистість, формуючи ставлення індивіда до своєї національної особистості [2].

Як складну систему визначає національну свідомість і В. Соколова. На її думку, поява, становлення і розвиток нації в духовній сфері демонструє центральні положення та характерологічні розбіжності кожної окремої нації. Проявами національної самосвідомості виступають такі феномени як національний характер та ідея, а також національна ідентичність [10].

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

Для визначення основних особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді використовувався метод Делфі. Експертами дослідження виступили 42 здобувачі освіти IV курсу

спеціальності 223 Медсестринство, що дозволило врахувати особливості їхніх особистісних і соціокультурних уявлень. Процес проведення дослідження складався з кількох послідовних етапів.

Після першого етапу збору даних було здійснено аналіз отриманих результатів та розраховано середні арифметичні бали кожної особливості, що дозволило оцінити рівень погодженості оцінок. Було з'ясовано, що найвищі середні бали отримали такі особливості, як етнічна ідентичність, критичне мислення, ціннісні орієнтації, а також емпатія. Натомість такі особливості, як соціальна підтримка, мотивація до саморозвитку, стресостійкість і рівень національної толерантності, отримали нижчі оцінки, що свідчило про їхню менш виражену значущість у контексті національної самосвідомості.

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

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

Для дослідження особливостей розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами когнітивно-поведінкової терапії використовувались такі методики: «Вимірювання етнічної ідентичності» Дж. Фінні (адаптація В. Павленко); «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойко; методика «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

За результатами методики «Визначення рівня емпатійних здібностей» В. Бойко виявлено, що: 33% досліджуваних мають високий рівень емпатійних здібностей, що свідчить про активну здатність до співпереживання та глибокого розуміння емоційних станів інших людей; 45% студентів мають середній рівень емпатійних здібностей. Це свідчить про їхню здатність до помірного емоційного залучення, що сприяє раціональному підходу до аналізу соціальних і культурних аспектів національної ідентичності; у 13% респондентів виявлено низький рівень емпатійних здібностей, а в 9% – дуже низький рівень, що свідчить про труднощі у сприйнятті емоцій інших людей, а це

потенційно впливає на їхню здатність усвідомлювати спільні національні цінності та проблеми.

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

Для визначення рівня стилів мислення студентів застосовувалась методика «Визначення стилю мислення» А. Харрісона та Р. Бремсона. За результатами дослідження виявлено, що: 1) у 38% здобувачів освіти переважає прагматичний стиль мислення, що свідчить про орієнтацію на конкретні дії, ефективне вирішення завдань і досягнення практичних результатів; 2) у 24% досліджуваних виявлено аналітичний стиль мислення, що характеризується ретельним аналізом інформації, систематичністю у вирішенні завдань та обґрунтованістю прийняття рішень; 3) у 18% респондентів спостерігається ідеалістичний стиль мислення (такі студенти можуть бути натхненниками рухів, які мають на меті відродження національної культури або боротьбу за суспільну рівність); 4) лише 11% здобувачів освіти мають реалістичний стиль мислення, який характеризується прагненням до об'єктивного сприйняття дійсності та прийняття раціональних рішень; 5) найменш поширеним є синтетичний стиль, який виявлено у 9% опитаних.

Для визначення рівня усвідомлення, емоційної залученості та поведінкових аспектів, пов'язаних з етнічною приналежністю особистості, використовувалась «Методика вираженості етнічної ідентичності» Д. Фінні. Аналіз результатів дослідження за даною методикою засвідчив, що: у 57% здобувачів освіти виявлено високий рівень вираженості етнічної ідентичності, що свідчить про глибоке усвідомлення своєї етнічної приналежності та сильний емоційний зв'язок із національною культурою, традиціями та цінностями; для 29% респондентів характерний середній рівень вираженості етнічної ідентичності (цей рівень є базою для подальшого розвитку національної самосвідомості, хоча він вимагає додаткових зусиль для посилення емоційного зв'язку із культурними цінностями); у 14% студентів зафіксовано низький рівень вираженості етнічної ідентичності, що свідчить про відсутність вираженої емоційної прив'язаності до етнічної культури або глибокого інтелектуального усвідомлення її значущості.

На основі отриманих результатів була створена тренінгова програма, спрямована на розвиток національної самосвідомості студентської молоді за допомогою засобів когнітивно-поведінкової терапії. Її ефективність полягає у здатності органічно поєднувати

когнітивний та емоційний аспекти особистісного розвитку, що має ключове значення для формування національної ідентичності.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

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

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

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні взаємозв'язків між рівнем національної самосвідомості студентської молоді та ефективністю когнітивно-поведінкової терапії у процесі формування громадянської ідентичності. Це сприятиме підвищенню якості освітньо-виховної роботи у закладах вищої освіти та розвитку здатності студентів усвідомлено діяти в умовах сучасних соціокультурних викликів.

Література

1. Бех І.Д., Журба К.О. Концепція з формування у підлітків національно-культурної ідентичності у загальноосвітніх

навчальних закладах. *Гірська школа Українських Карпат*. 2017. №16. С. 24-33.

2. Вирост Й.С. Національна самосвідомість : проблеми визначення й аналізу. *Філософська та соціологічна думка*. 2009. № 7. С. 11-19.

3. Говорун Т.В., Кікінежди О.М. Психологія національної самосвідомості. Київ : Либідь, 2007. 216 с.

4. Жмир В.Ф. На шляху до себе: історія становлення української національної самосвідомості. *Філософська і соціологічна думка*. 1991. № 4. С. 136-152.

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

6. Костюк Г.С. Психологія особистості. Київ : *Радянська школа*, 1989. 319 с.

7. Лойко Л.І. Національна ідентичність: проблеми дефініцій та політико-правового аналізу. *Український науковий журнал. Освіта регіону*. 2011. Режим доступу: <http://social-science.com.ua/article/424> (дата звернення: 15.10.2024)

8. Піонтковська Д.В. Програма розвитку національної ідентичності студентської молоді. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2015. Вип. 1. С. 163-172.

9. Піонтковська Д.В. Розвиток національних цінностей особистості як умова становлення національної ідентичності студентської молоді. *Психологія : реальність і перспективи : зб. наук. праць Рівненського державного гуманітарного університету*. Рівне : РДГУ, 2016. Вип. 7. С. 210-214.

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

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

References

1. Bekh I.D., Zhurba K.A. Concept on the formation of national and cultural identity in adolescents in secondary schools. *Mountain School of the Ukrainian Carpathians*. 2017. №16. S. 24-33.

2. Justification of J.S. National self-consciousness: problems of definition and analysis. Philosophical and sociological thought. 2009. № 7. S. 11-19.
3. Govorun T.V., Kikinezhdi A.N. Psychology of national identity. Kyiv: Lybid, 2007. 216 p.
4. Zhmir V.F. On the way to yourself: the history of the formation of Ukrainian national identity. Philosophical and sociological thought. 1991. № 4. P. 136-152.
5. Ivko Ya. A. Development of national self-awareness of student youth by means of cognitive-behavioral therapy. Formation of the personality of a modern specialist as a subject of self-creation in the educational space: Materials of the XIV All-Ukrainian Scientific and Practical Conference. Khmelnytsky, 2024. P. 119-122.
6. Kostyuk G.S. Personality psychology. Kyiv: Soviet School, 1989. 319 p.
7. Loiko L.I. National identity: problems of definitions and political and legal analysis. Ukrainian Scientific Journal. Education of the region. 2011. Access mode: <http://social-science.com.ua/article/424> (date of application: 15.10.2024)
8. Piontkovskaya D.V. Program for the development of national identity of student youth. Scientific notes of the National University "Ostroh Academy." Series "Psychology." Ostroh: Publishing House of the National University "Ostroh Academy," 2015. Vol. 1. S. 163-172.
9. Piontkovskaya D.V. Development of national values of the individual as a condition for the formation of the national identity of student youth. Psychology: reality and prospects: Sat. scientific works of Rivne State Humanitarian University. Rivne: RSUH, 2016. Vol. 7. P. 210-214.
10. Sokolova V.F. Psychological Features of Development of National Self-Consciousness of Student Youth by Means of Ukrainian Literature: Dis. Cand. Psychol. science. Kyiv, 2005. 196 p.
11. Sokhan L.V. Natsionalna samosvidomist molodi: aspekty formuvannia. Kyiv : Naukova dumka, 2015. 240 s.