

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Іванцюс Адомас

Актуальність дослідження співактуалізації студентів у сучасній психологічній літературі зумовлена низкою глобальних та освітніх трансформацій. *По-перше*, студентська молодь сьогодні функціонує в умовах хронічної нестабільності, економічних викликів та інформаційного перевантаження, що вимагає не просто адаптації, а й активного розвитку резильєнтності (психологічної стійкості) та ефективних механізмів саморегуляції для подолання стресу і кризових явищ. *По-друге*, сучасна освітня парадигма перейшла від пріоритету виключно знань до всебічного особистісного зростання. У цьому контексті співактуалізація є ключовим механізмом, що забезпечує формування самостійності, креативності, емпатії та усвідомлення життєвих цілей, що критично важливо для успішної професійної самореалізації. *По-третє*, феномен співактуалізації прямо відповідає на виклики соціалізації в умовах зростання онлайн-взаємодії, акцентуючи на необхідності соціальної підтримки, розвитку емоційного інтелекту та навичок співпраці. Зрештою, існує нагальна потреба у комплексних стратегіях, які враховують не лише універсальні психологічні закономірності, а й культурні відмінності та суперечливий вплив цифрового середовища на процеси саморозвитку молоді.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні, емпіричному вивченні та розробці практичних рекомендацій щодо оптимізації процесу співактуалізації студентів як ключового чинника їхнього особистісного та професійного зростання в умовах сучасного освітнього середовища. Для забезпечення багатоаспектності та достовірності результатів дослідження, буде застосовано комплекс взаємодоповнюючих методів, що поділяються на теоретичні, емпіричні та методи обробки даних.

Напрацювання науковців (J. Birch, C. French, Y. Pueblo, J. Sebo, J. Stea, J. Turecki) репрезентують сучасний зріз гуманітарної та міждисциплінарної думки, охоплюючи ключові аспекти етики, психології, критичного мислення, любові та

суспільної відповідальності. У книзі Джонатана Бірча порушено питання меж чутливості у людей, тварин і штучного інтелекту, що має фундаментальне значення для етики та нейронауки. Кріс Френч досліджує когнітивні механізми вірувань у паранормальне, сприяючи розвитку критичного мислення. Праці Юнга Пуебло та Джилліан Турекі зосереджені на емоційному інтелекті та особистісному зростанні, пропонуючи практичні інструменти для побудови глибших стосунків. Джонатан Стіа викриває ризики псевдонауки у сфері психічного здоров'я, а Джефф Себо закликає до переосмислення морального кола, включаючи нові форми життя та розуму. Разом ці джерела формують цілісну платформу для осмислення сучасних викликів, що стоять перед особистістю та суспільством [1–6].

На початковому етапі використовуються аналіз, синтез, порівняння та узагальнення для ґрунтовного опрацювання наукових джерел, що дозволить сформулювати цілісне уявлення про сутність, структуру та функції співактуалізації, а також зіставити різні наукові підходи до її вивчення (наприклад, гуманістичний, екзистенційний та позитивно-психологічний). Систематизація буде застосована для структурування ключових чинників, що сприяють або, навпаки, перешкоджають реалізації цього процесу (роль викладача, технологій, культурних відмінностей). Для збору первинних даних планується використання [2, 4]:

1. Опитування та анкетування: будуть застосовані для масового збору інформації про рівень самооцінки, емоційного інтелекту, мотивації, соціальної підтримки та показників академічної успішності студентів.

2. Психодіагностичне тестування: включатиме використання стандартизованих методик для об'єктивної діагностики рівня самоактуалізації, резильєнтності (стійкості до стресу) та загального емоційного благополуччя.

3. Метод групових дискусій: дозволить якісно вивчити особливості міжособистісної взаємодії, виявити культурні відмінності у розумінні самореалізації та обговорити типові виклики в процесі співактуалізації (напр., групові конфлікти).

Зібрані дані будуть оброблені за допомогою методів математичної статистики. Буде проведено кореляційний аналіз для встановлення статистично значущих взаємозв'язків між рівнем співактуалізації та показниками успішності чи психологічного благополуччя. Також будуть використані методи порівняння середніх значень у різних групах. Фінальний етап включатиме якісну інтерпретацію отриманих результатів, опис типових кейсів та формування практичних рекомендацій для освітніх установ [3, 4].

Співактуалізація розглядається сучасною психологічною літературою як динамічний соціально-психологічний процес, що включає активну взаємодію та соціальну підтримку між студентами. Вона є ключовим чинником їхнього всебічного розвитку, оскільки позитивно корелює з академічною успішністю, емоційним благополуччям та формуванням життєвої стійкості (резильєнтності). Успішна співактуалізація вимагає створення сприятливого академічного середовища (роль викладачів та академічної свободи) та інтеграції сучасних технологій (онлайн-платформ). Водночас, необхідно враховувати культурні відмінності та психологічні виклики (стрес, травми), застосовуючи комплексний підхід, що поєднує гуманістичні, екзистенційні та позитивно-психологічні техніки. Таким чином, співактуалізація є фундаментальною передумовою для самореалізації та майбутньої професійної успішності студентів.

Список використаних джерел

1. Birch J. The Edge of Sentience: Risk and Precaution in Humans, Other Animals, and AI. Oxford: Oxford University Press, 2024. 384 p.
2. French C. The Science of Weird Shit: Why Our Minds Conjure the Paranormal. Cambridge, MA: The MIT Press, 2024. 416 p.
3. Pueblo Y. How to Love Better: The Path to Deeper Connection Through Growth, Kindness, and Compassion. New York: HarperOne, 2025. 288 p.
4. Sebo J. The Moral Circle: Who Matters, What Matters, and Why. New York: W. W. Norton & Company, 2025. 192 p.
5. Stea J. N. Mind the Science: Saving Your Mental Health from the Wellness Industry. Oxford: Oxford University Press, 2024. 264 p.
6. Turecki J. It Begins With You: The 9 Hard Truths About Love That Will Change Your Life. New York: HarperCollins, 2025. 320 p.