

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ОПТИМІЗМУ В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ КОНСТРУКТИВНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Резюме

У статті висвітлені результати теоретико-емпіричного дослідження психологічного змісту оптимізму в контексті формування конструктивної життєвої позиції особистості. Конструктивна життєва позиція особистості визначається сформованістю поглядів, суджень, системи оцінок, знань і переконань по відношенню до себе та світу в цілому, усвідомленням власної цінності та цінності оточуючих, мотивацією до побудови та вдосконалення власної життєвої позиції, обґрунтованістю прийнятого рішення щодо визначеної життєвої позиції та шляхів його досягнення, залежить від успішності взаємодії з іншими. Оптимізм як важлива психологічна характеристика, відповідно до моделі поведінкової саморегуляції допомагає людині зробити зусилля, спрямовані на подолання труднощів у досягненні поставлених цілей. Мета статті – висвітлення результатів теоретико-емпіричного дослідження й обґрунтування психологічного змісту оптимізму та його вагомості у контексті конструктивної життєвої позиції. Поданий аналіз емпіричного дослідження, гіпотезою якого стала установка про те, що рівень оптимізму впливає на вибір життєвої позиції студентської молоді. Для проведення емпіричного дослідження були обрані методики Е.Берна «Життєва позиція особистості» та опитувальник визначення диспозиційного оптимізму (LOT) Ч.Карвера, М.Шейер в адаптації Д.А.Цірінга, К.Ю.Євніної. Дані, отримані у ході дослідження, дають можливість підтвердити гіпотезу про те, що рівень оптимізму може бути необхідною складовою у формуванні саме конструктивної життєвої позиції особистості студента. Обґрунтовано необхідність розробки психолого-педагогічних засобів розвитку конструктивної життєвої позиції та створення необхідних умов їх впровадження як у шкільну освіту так і у систему закладів вищої.

Ключові слова: життєва позиція особистості; оптимізм; песимізм, студентська молодь, розвиток особистості.

Вступ. Розвиток і соціалізація кожної молодої людини відбувається за рахунок поступового набуття нею певних цінностей, установок, поглядів і переконань, патернів певної поведінки, що в цілому складає життєву позицію особистості. Саме за рахунок обраної життєвої позиції людина пізнає себе, вибудовує певне ставлення до оточуючих, обирає професію, здійснює найважливіші життєві рішення, конструюючи власний життєвий шлях.

Однак, не кожна життєва позиція дає людині позитивне світосприйняття, гармонійний розвиток, щасливе й радісне життя. Відомий дослідник видів життєвої позиції Е. Берна (Берн, 2009) визначив чотири її види (конструктивну, оборонну, депресивну та безплідну) й дав детальну характеристику особистостей, відповідно до кожного виду. З огляду на це, а також аналізуючи праці провідних учених-практиків (Bolger, Davis, & Rafaeli, 2003; Dreier, 2011; Nystrom, 2008; Pritchett, 2007; Помиткіна, 2014; Прядко, 2004 та ін.) доходимо висновку: щоб мати всебічно розвинену гармонійну особистість треба з дитинства допомагати формувати їй конструктивну життєву позицію.

Конструктивна життєва позиція визначається сформованістю поглядів, суджень, системи оцінок, знань і переконань по відношенню до себе та світу в цілому, усвідомленням власної цінності та цінності оточуючих, мотивацією до побудови та вдосконалення власної життєвої позиції, обґрунтованістю прийнятого рішення щодо визначеної життєвої позиції та шляхів його досягнення, залежить від успішності взаємодії з іншими (Помиткіна, 2014). Отже, перш за все в основі побудови конструктивної життєвої позиції лежить позитивне ставлення до себе та інших. Тому вважаємо, що у людини, яка має оптимістичне мислення, погляди й переконання буде більше шансів зайняти конструктивну життєву позицію як по відношенню до себе так і у соціумі взагалі. Оптимізм необхідно прививати зростаючій особистості у процесі соціалізації й особистісного розвитку.

Метою статті є висвітлення результатів теоретико-емпіричного дослідження та обґрунтування психологічного змісту оптимізму та його вагомості в контексті конструктивної життєвої позиції.

В останні роки підвищилася увага до осмислення проблем оптимізму в сучасному житті. Особливо приваблюють праці американських учених Едварда Нустрема «Психологія позитивного мислення» (Nystrom, 2008) та Прайса Притчетта «Важкий оптимізм» (Pritchett, 2007), у яких найбільш повно відображено сучасний погляд на проблему оптимізму і песимізму, обґрунтовуються її пояснення з новітніми науковими відкриттями у сфері психофізіології, кібернетики, біології, генетики та ін.

Як відомо, оптимізм (від лат. *optimus* – «найкращий») – погляд на життя з позитивної точки зору, впевненість у кращому майбутньому. Оптимізм – це «світосприймання, перейняте бадьорістю, життєрадісністю, твердою вірою в краще майбутнє, в успіх». На протигагу, песимізм (від лат. *pessimus* – найгірший) – заперечувальний, негативний погляд на життя. Оптиміст стверджує: світ чудовий, з будь-якої ситуації є вихід, все вийде добре, всі люди загалом гарні (Тофтул, 2014).

У філософії, оптимізм асоціюється з Готфрідом Лейбніцом, який вважав, що ми живемо в «найкращому зі всіх можливих світів». Філософ В.О. Кудін визначав роль позитивного впливу педагога на долю студента. Вчений стверджував, що оптимістам, як правило, властива людяність. Оптимізму навчити можна, але з дитинства. Бути оптимістом можна і треба! І якщо педагогу ця риса не властива – він просто не має права заходити в аудиторію. Адже передати знання, навчати можна лише через позитивну енергію, яку лектор транслює студентам. Експерименти з використанням технологічних засобів не дають того ефекту, який дає живе слово лектора (Кудін, 2015).

Однак необхідно зважувати, що оптимізм без обдуманих і рішучих дій може призвести навіть до катастрофи. Це справедливо і для людей, і для бізнесу, і для народів. Лише оптимізм, який враховує причини, зважає на напрями діяльності і різні потенційні результати, – рухається вперед, дійсно веде до величі. Кажуть, що бути оптимістом – значить вірити не тільки в «гарне», а й у «краще» (Головченко, 2012). Оптиміст не задовольняється досягнутим, бажаючи чогось кращого, досконалого. Оптиміст – це переважно той, хто вважає, що наш світ бездоганий, з огляду на його походження від досконалого Бога-Творця, і що ми, люди, що живуть в ньому, також єдині і неповторні.

Позиція віри в те, що цей світ кращий (або, принаймні, найбільш підходящий для нашої еволюції), підтримувалася багатьма філософами протягом усієї історії. Наприклад, таким великим філософом, як Платон. Філософи Олександрійської Школи, а серед них Плотін, також були оптимістами. Для мислителів філософських шкіл бути оптимістом означало знайти сенс життя; знати, що жити – це зростати, розвиватися, підкорятися циклам, які ведуть до мети; знати, що життя не випадкове: воно не йде абияк, і в кінці шляху те, що ми вважаємо «хорошим», обов'язково восторжествує над «поганим» (Головченко, 2012).

Але оскільки не всі філософи уявляли собі життя з позицій еволюції, виникла абсолютно логічна реакція – песимізм. Мислителям-песимістам неважливо, що буде відбуватися завтра, їх не цікавить, що в майбутньому добро перемаже зло. Для них значущим є «сьогодні»: оскільки сьогодні є страждання, біль, помилки, – немає підстави бути оптимістом. Вчені стверджують, що песимізм – це вроджена риса. Однак, якщо давним-давно людині вона була корисною, то в сучасному світі з нею «далеко не зайдеш». Практики натомість вважають, що кожен із нас може позбутися песимізму і налаштуватися на оптимізм, який має безліч переваг для життя і здоров'я.

Сучасний світ дуже відрізняється від того, в якому жили, наприклад, первісні люди. Не йдеться про те, що сьогодні для людей не існує жодних загроз, і зараз буває страшно і з'являється думка «Куди котиться цей світ?», але ці загрози виглядають абсолютно по-іншому, вони ховаються за різними масками, і песимізм аж ніяк не той інструмент, який допоможе впоратись з ними.

На думку вчених-практиків (Кудін, 2015; Помиткін, 2015 та ін.), кожному з нас потрібно практикувати оптимізм. Завдяки цьому буде збільшуватися кількість позитивних думок про себе та світ, який нас оточує. Проведені соціально-психологічні дослідження підкреслюють, що оптимістами не стають одразу у свідомому віці. Його необхідно розвивати з дитинства, пропонуючи позитивні казки, де добро перемагає зло, позитивні мультфільми, герої яких стають улюбленими, позитивне оточення з гуманістичними поглядами на оточуючий нас світ. З огляду на вищесказане, нами було проведено емпіричне дослідження, гіпотезою якого стала установка про те, що рівень оптимізму впливає на вибір життєвої позиції особистості студента.

Методи та методики дослідження. Емпіричне дослідження проводилося на вибірці 126 осіб, яку склали студенти Національного авіаційного університету. Для проведення емпіричного дослідження були обрані: методика Е. Берна «Життєва позиція особистості» (ЖПО) та опитувальник визначення диспозиційного оптимізму (LOT) Ч. Карвера, М. Шейер в адаптації Д.А. Цірінга, К.Ю. Євніної.

За допомогою методики ЖПО ми визначали, який вид життєвої позиції переважає у оптимістів та песимістів, а саме: конструктивна, оборонна, депресивна чи безплідна. Відповідно до умов інтерпретації даних, визначених автором, вибір конструктивної життєвої позиції вказує на те, що людина переконана в цінності своєї особистості, позитивно ставиться до себе та будує гармонійні відносини з іншими людьми, орієнтована на постійне самовдосконалення та покращення світу в цілому; депресивна життєва позиція домінує у людини, коли їй весь час здається, що вона гірша за інших, має занижену самооцінку, не вірить у себе та у щасливе майбутнє, весь час чекає невдач та розчарування, а відтак більше перебуває на самоті, уникає взаємин з оточуючими; оборонна життєва

позиція характерна для людини, яка вважає, що всі люди, світ, все навколо – вороже, негативно налаштоване, отож вона повинна повсякчас захищатися, а ще краще – нападати, не помічаючи, що принижує інших; безплідна життєва позиція вказує на те, що людина почуває себе знехтуваною та приниженою; вона переконана, що життя марне, сповнене розчарувань, ніхто не може їй допомогти. Вона відкидає людей і світ та відчуває себе знедоленою, спустошеною, пригніченою, перебуває в стані очікування. Людина, яка не усвідомлює цінності власної особистості, цінності свого оточення, може бути навіть соціально небезпечною.

Тест диспозиційного оптимізму, або тест життєвої орієнтації (англ. Life Orientation Test, скор. LOT) являє собою опитувальник, призначений для вимірювання такої особистісної риси, як оптимізм. Опитувальник запропонований у 1985 році Чарльзом Карвером і Майклом Шейер, валідизований на російськомовній вибірці в 2003 році К. Муздибаєвим, а в 2013 році – Д.А. Цірінгом і К.Ю. Евніною. Оптимізм, у розумінні авторів, є узагальненим очікуванням людиною того, що в майбутньому будуть швидше відбуватися хороші події, а не погані; песимізм передбачає вираженість більш негативних очікувань щодо майбутнього. Оптимісти і песимісти використовують різні стратегії подолання труднощів, або копінг-стратегії. Згідно з даними М. Шейер і колег (Scheier et al., 1994), оптимізм є предиктором використання таких копінг-стратегій, як активне подолання труднощів, планування, позитивні інтерпретації та особистісне зростання, а також пошук емоційної і соціальної допомоги (Scheier, Carver et al., 1994). Теоретичною основою опитувальника є модель поведінкової саморегуляції, яка описана у працях Карвера і Шейер, присвячених оптимізму. Відповідно до моделі поведінкової саморегуляції, люди роблять зусилля, спрямовані на подолання труднощів для досягнення поставлених цілей, лише до тих пір, поки їх очікування майбутніх успіхів досить сприятливі. Коли ж у людей виникають серйозні сумніви в досягненні успішного результату, вони схильні залишати спроби досягти своїх цілей. Передбачається, що ці різні очікування також супроводжуються різними емоційними переживаннями. Відчуття наближення до бажаних цілей пов'язано з переважанням позитивного афекту, і, навпаки, при виникненні суттєвих проблем на шляху до досягнення цілей виникає негативний афект. Таким чином, диспозиційний оптимізм є відносно стійкою особистісною характеристикою.

Результати. У результаті проведеного емпіричного дослідження були узагальнені отримані діагностичні дані, які подані на діаграмі (рис.1).

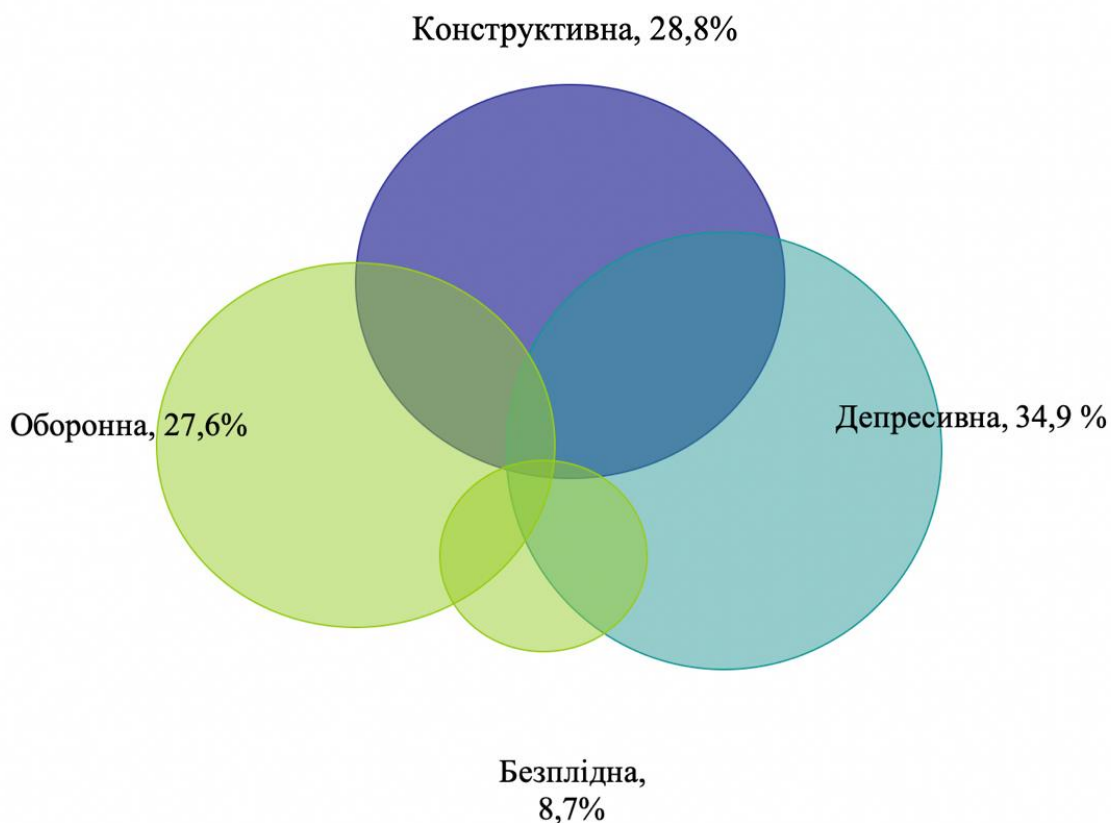


Рис.1. Діаграма розподілу видів життєвої позиції у студентів.

Для наглядного зображення було обрано діаграму Венна, оскільки визначені види життєвої позиції не є сталим утворенням особистості, та як вказують вчені, людина не може постійно

перебувати на екзистенційному рівні в межах одного виду життєвої позиції. Проживаючи життя, ми весь час перебуваємо у різних ролях (вчителя, учня, батька, сина, дитини, друга, навіть покупця тощо) і наша особистість начебто «дрейфує» по видах життєвих позицій. Тому, щоб перебувати на сталому рівні з конструктивною життєвою позицією, необхідно постійно підвищувати власний рівень свідомості.

Отже, як видно з рис. 1, 28,8 % студентів мають конструктивну життєву позицію, вони у взаємодії з іншими проявляють добру волю, переважно відповідально ставляться до навчання, налаштовані на позитивні емоції, бачать своє місце у майбутньому професійному середовищі та у соціумі взагалі. Оборонна життєва позиція властива 27,6 % студентів: вони стримані у спілкуванні, вміють контролювати свої емоції, вдало використовують їх для досягнення мети. У спілкуванні з оточенням роблять акценти на поліпшенні інших, а не самих себе. Студентів з депресивною життєвою позицією 34,9%: це молодь, яка понад усе прагне отримати якомога більше від оточення, при цьому рідко проявляючи добру волю і далеко не завжди даючи щось натомість. Такі студенти, як правило, не вміють мислити оптимістично, оскільки весь час сподіваються, що «хтось» чи «щось» вирішить за них їх проблеми. Респондентів з безплідною життєвою позицією виявилося 8,7%. Це особи, які не знають чого прагнуть у житті, що може бути пов'язане з невизначеністю у правильності обрання спеціальності, у можливих розчаруваннях щодо невідповідності дійсності навчання власним очікуванням та уявленням про навчання у ВУЗі тощо. Якраз ця невизначеність знижує показник конструктивної життєвої позиції і заважає бачити позитивне майбутнє.

Надалі ми прагнули визначити, який рівень оптимізму притаманний респондентам, які знаходяться на певній життєвій позиції. Чи підтверджується наша гіпотеза про те, що рівень оптимізму впливає на вибір життєвої позиції? Отримані дані були оброблені та узагальнені нами й засвідчили наступне (див. табл.1).

Таблиця 1

Виразеність рівня оптимізму у студентів з різною життєвою позицією

Види життєвої позиції	Рівень оптимізму, %		
	Високий	Середній	Низький
Конструктивна ЖП	63,2	36,8	0
Оборонна ЖП	14,4	37,3	48,3
Депресивна ЖП	1,7	46,7	51,6
Безплідна ЖП	0	43,5	56,5

Найвищий рівень оптимізму (63,2% – високий і 36,8 – середній) притаманний респондентам, які займають конструктивну життєву позицію. Це студенти, які можуть адекватно спрямовувати власні інтереси у провідних сферах життєдіяльності – у праці, спілкуванні та пізнанні, відповідально ставитися до прийняття важливих рішень.

Це студентська молодь, яка стоїть в авангарді усіх починань як на особистісному рівні, постійно вкладаючи у власний розвиток, так і на соціальному – участь у житті студентського колективу, самоврядування, проектній та волонтерській діяльності. Скажемо без перебільшення, що вони рухають прогрес уперед, на них тримається розвиток суспільства.

Найнижчий рівень оптимізму (56,5%) переважно у респондентів з безплідною життєвою позицією, що свідчить про їх песимістичний настрій, а бездіяльність і пасивність як у особистісному житті та і в соціальному – визначають нехтування будь-якою активністю, вони «пливуть за течією», покладаючись у всьому на інших. Такі люди переважно ліниві і зазвичай стверджують: «від долі нікуди не дінешся», щоб виправдати власну безвідповідальність. Низький рівень оптимізму переважає також у респондентів, які знаходяться на оборонній (48,3 – низький і 37,3 – середній) та депресивній (51,6 – високий і 46,7 середній) ЖПО, отже їх також можна назвати переважно особами з песимістичними поглядами як на життя так і на весь світ у цілому. У таких студентів виникають серйозні сумніви в досягненні успішного результату, вони схильні залишати спроби досягти своїх цілей, а страхи очікування невдачі можуть супроводжуватися негативними емоційними переживаннями.

Таким чином, оптимізм можемо вважати важливою психологічною детермінантою у такому складному й багатомірному конструкті (спрямованість, ідеали, цінності, переконання, установки тощо) як життєва позиція особистості. Отже підтримка й розвиток оптимізму в людині є психолого-педагогічною проблемою в загальному розвитку особистості.

Дискусія. Дані, отримані у ході проведення теоретико-емпіричного дослідження дають можливість підтвердити нашу гіпотезу про те, що рівень оптимізму може бути необхідною складовою у формуванні саме конструктивної життєвої позиції особистості. Як засвідчили отримані емпіричні дані, студентська молодь потребує психолого-педагогічної допомоги з розвитку

конструктивної життєвої позиції, яка, перш за все – дасть змогу розширити їх власні можливості повірити у себе, у свої здібності, самостійно приймати доленосні рішення у житті, будувати власний життєвий шлях, по-друге – стати корисними для власного найближчого оточення та для соціуму взагалі, відчутти смак особистих позитивних перемог.

Феномен оптимізму який ми описали, стосується явища більш загального характеру – явища про людину гармонійно розвинену з високим рівнем свідомості. Зрештою, з огляду на проведені дослідження, отримані теоретичні й емпіричні результати дослідження можуть бути релевантними щодо необхідності розвитку оптимізму усім і всюди. Оскільки у наш складний час кризи економіки і політики більшість людей працездатного віку висловлюють думку про те, що оптимізм вводить людей в оману, неіснуючі перебільшення дійсності, що в результаті може призводити до невірної трактування обставин, вчинків, способів прояву поведінки, і – до прийняття хибних рішень. Тому питання необхідності розвитку оптимізму особистості залишаємо відкритим і будемо висвітлювати подальші результати майбутніх досліджень.

Висновки. Проведене дослідження психологічного змісту оптимізму у контексті формування життєвої позиції особистості засвідчило таке. Сучасна студентська молодь перебуває здебільшого не на конструктивній життєвій позиції. Конструктивна життєва позиція особистості визначається як сформованість у неї позитивного світогляду, системи знань, вироблення переконань, соціальних і професійних навичок, розвиток особистісних взаємостосунків, залучення до трудової та громадсько-політичної діяльності. Наявність у студентів неконструктивних видів життєвої позиції (оборонної, депресивної, безплідної) вказує на недостатню сформованість їх світоглядних позицій, неадекватного сприйняття себе та значущого оточення. Як наслідок – нездатність формувати конструктивні стосунки у навколишньому світі, брак впевненості у собі щодо здатності до побудови власного життєвого шляху. Дослідження засвідчило також наявність низького рівня оптимізму у таких студентів.

Оптимізм як важлива психологічна характеристика, відповідно до моделі поведінкової саморегуляції, допомагає людині зробити зусилля, спрямовані на подолання труднощів у досягненні поставлених цілей. Коли ж у людей виникають серйозні сумніви в досягненні успішного результату, вони схильні залишати спроби досягти своїх цілей, а страхи очікування можуть супроводжуватися негативними емоційними переживаннями. Відчуття наближення до бажаних цілей пов'язане з переважанням позитивного афекту, і, навпаки, при виникненні суттєвих проблем на шляху до досягнення цілей виникає негативний афект. Тому оптимізм можемо вважати важливою психологічною детермінантою у такому складному й багатомірному конструкті (спрямованість, ідеали, цінності, переконання, установки тощо) як життєва позиція особистості. Отже підтримка й розвиток оптимізму в людині є психолого-педагогічною проблемою в загальному розвитку особистості.

Однак оптимістами не стають одразу в свідомому віці. Його необхідно розвивати з дитинства, пропонуючи позитивні казки, де добро перемагає зло, позитивні мультфільми, герої яких стають улюбленими, позитивне оточення з гуманістичними поглядами на оточуючий нас світ. Тому необхідно розробляти психолого-педагогічні засоби розвитку конструктивної життєвої позиції та створювати необхідні умови їх впровадження як у шкільну освіту так і у систему вищих закладів освіти.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

Берн, Э. (2009). Трансакционный анализ в психотерапии. Москва: Эксмо. (Психологический бестселлер).

Головченко, О.В. (2012). Оптимізм і песимізм в етичних концепціях М.Я.Грота, А.Швейцера, Н. Аббаньяно. *Філософія: конспект лекцій*: збірник праць. Київ: Науковий вісник.

Кудин, В. А. (2015). Энергия оптимизма (Социально-экономические истоки педагогики оптимизма). Киев: Золотые ворота.

Помиткін, Е. О. (2015). *Духовний потенціал особистості: психологічна діагностика, актуалізація та розвиток*. Київ: Внутрішній світ.

Помиткіна, Л. В. (2014). Стратегічні рішення студентської молоді: визначення власної життєвої позиції. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія*, 5(1), 106-112.

Прядко, С. А. (2004). Життєва позиція особистості в аспекті сучасного соціально-філософського осмислення. *Мультіверсум. Філософський альманах*, 40, 56–63. Київ: Центр духовної культури.

Тофтул, М. Г. (2014). *Сучасний словник з етики*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.

Bolger, N., Davis, A. & Rafaeli, E. (2003). Diary method: Capturing life as it is lived. *Annual Review of Psychology*, 54, 579-616.

- Dreier, O. (2011). Personality and the conduct of everyday life. *Nordic Psychology 2011, Vol. 63(2)*.
- Nystrom, E. (2008). *The Psychology of Positive Thinking*. New York : Xlibris Corp.
- Pomytkina, L., Moskalyova, L., Podkopaieva, Y., Gurov, S., Poplota, S. & Zlahodukh V. (2019). Empirical studies of socio-psychological conditions of formation of ideas about the spiritual ideal in primary school children, *International Journal of Children's Spirituality*, 24:4, 371-388, <https://doi.org/10.1080/1366436X.2019.1672626>
- Pritchett P. (2007). *Hard optimism*. New York: McGraw-Hill.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.

REFERENCES

- Bern, E. (2009). *Transaktsyonniy analiz v psykhoterapii* [Transactional Analysis in Psychotherapy]. Moscow: Eksmo. (Psykholohycheskyi bestseller).
- Golovchenko, O. V. (2012). Optymizm i pesymizm v etychnykh kontseptsiiakh M.Ia.Hrota, A.Shveitsera, N. Abbaniano [Optimism and pessimism in the ethical concepts of M. Grot, A. Schweitzer, N. Abbanyano]. *Zbirnyk prats «Filosofii: konspekt leksii»: Zbirnyk prats*. Kyiv: Naukoviy visnik.
- Kudyn, V. A. (2015). *Enerhiya optymizmu (Sotsyalno-ekonomycheskye ystoky pedahohyky optymizmu)* [Energy of optimism (Socio-economic origins of optimism pedagogy)]. Kyiv: Zolotie vorota.
- Pomytkin, E. O. (2015). *Dukhovnyi potentsial osobystosti: psykholohichna diahnozyka, aktualizatsiia ta rozvytok: posibnyk* [Spiritual potential of the individual: psychological diagnostics, actualization and development]. Kyiv: Vnutrishnii svit.
- Pomytkina, L. V. (2014). *Stratehichni rishennia studentskoi molodi: vyznachennia vlasnoi zhyttievoi pozytsii* [Strategic decisions of student youth: defining their own life position]. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Serii: Pedahohika. Psykholohiia*, 5(1), 106-112.
- Priadko, S. A. (2004). *Zhyttieva pozytsiia osobystosti v aspekti suchasnoho sotsialno-filosofskoho osmyslennia* [The life position of the individual in the aspect of contemporary socio-philosophical thinking]. *Multyversum. Filosofskyi almanakh*. K.: Tsentr dukhovnoi kultury, № 40. 56–63.
- Bolger, N., Davis, A. & Rafaeli, E. (2003). Diary method: Capturing life as it is lived. *Annual Review of Psychology*, 54, 579-616.
- Dreier, O. (2011). Personality and the conduct of everyday life. *Nordic Psychology 2011, Vol. 63(2)*.
- Toftul, M. H. (2014). *Suchasnyi slovnyk z etyky* [Modern Dictionary of Ethics]. Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU im. I. Franka.
- Nystrom, E. (2008). *The Psychology of Positive Thinking*. New York: Xlibris Corp.
- Pritchett, P. (2007). *Hard optimism*. New York: McGraw-Hill.
- Pomytkina, L., Moskalyova, L., Podkopaieva, Y., Gurov, S., Poplota, S. & Zlahodukh, V. (2019). Empirical studies of socio-psychological conditions of formation of ideas about the spiritual ideal in primary school children, *International Journal of Children's Spirituality*, 24:4, 371-388, <https://doi.org/10.1080/1366436X.2019.1672626>
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.

N.A.Nazarenko

PSYCHOLOGICAL CONTENT OF OPTIMISM IN THE CONTEXT OF FORMATION OF THE CONSTRUCTIVE LIFE POSITION OF THE PERSONALITY

Resume

The article highlights the results of theoretical and empirical study of the psychological content of optimism in the context of the formation of a constructive life position of the personality. Constructive life position of the personality is determined by the formation of views, judgments, a system of appraisals, knowledge and beliefs in relation to oneself and the world at large, awareness of own value and values of others, motivation to build and improve own life position, validity of the decision made on the determination of a life position and ways of its achievement depends on the success of interaction with others. Optimism as an important psychological characteristic, according to the model of behavioral self-regulation, helps a person to make efforts aimed at overcoming difficulties in achieving the set goals. The purpose of the article was to highlight the results of theoretical and empirical research and justify the psychological content of optimism and its meaning in the context of the constructive life position. An analysis of empirical research was presented, the hypothesis of which became setting that the level of optimism influences the choice of life position of student youth. For the empirical study, the techniques of E. Berne's "Life position of the

personality" and the questionnaire for determining the dispositional optimism (LOT) of C. Carver, M. Scheyer in the adaptation of D.A. Tsering, K. Yevnina were selected. The data obtained in the course of the study make it possible to confirm our hypothesis that the level of optimism can be a necessary component in formation of the constructive life position of the student's personality. The conclusions substantiate the need to develop psychological and pedagogical means of developing a constructive life position and to create the necessary conditions for their implementation both in school education and in the system of higher educational institutions.

Keywords: *life position of personality; optimism; pessimism, student youth, personality development.*