МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури

Кафедра педагогіки та освітнього менеджменту

Допущено до захисту
Завідувач кафедри
_____

«___» _____ 2026 року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
ступінь вищої освіти «магістр»

ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Виконала: здобувачка ІІ курсу,
21м-з-уз групи
Освітня програма «Педагогіка та управління закладом освіти»
спеціальність А1 Освітні науки
Пинтя Ганна Геннадіївна
Керівник:
доктор педагогічних наук, професор
Бялик Оксана Василівна

Умань – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП ……...…….……..... **6**

РОЗДІЛ 1. ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА ……..... **9**

1.1. Теоретичні основи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти …….....…… 9

1.2. Особливості формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти 29

РОЗДІЛ 2. ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ **40**

2.1. Сучасний стан формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти 40

2.2. Ефективні шляхи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти .....……..... 47

ВИСНОВКИ ….……..... 60

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ……... 63

ДОДАТКИ …….... 70

Анотація. В умовах невизначеності, швидкої зміни професійного середовища, інформаційного перевантаження та необхідності постійного саморозвитку особливого значення набуває здатність людини ефективно діяти в різноманітних життєвих ситуаціях, приймати відповідальні рішення, встановлювати конструктивні взаємини з іншими та адаптуватися до нових обставин.

Мета дослідження – обґрунтування шляхів удосконалення процесу формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Об'єкт дослідження – процес формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Предмет дослідження – шляхи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз психолого-педагогічної літератури для визначення науково-педагогічного аспекту проблеми дослідження; емпіричні: спостереження, опитування (анкетування, інтерв'ювання), метод експертних оцінок, самооцінка для проведення дослідження та визначення ефективних шляхів формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти; статистичні: методи опрацювання результатів дослідження та ін.

У роботі розкрито теоретичні основи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти, визначено особливості формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО, з'ясовано сучасний стан формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО та розроблено ефективні шляхи формування цього особистісного утворення.

Результати дослідження. Встановлено, що студенти мають переважно середній (55,8 %) та низький рівні (25,8 %) сформованості означеного феномену за певних досліджуваних ознак, на жаль, тільки 22,4 % досліджуваних мають високий рівень сформованості життєвої компетентності.

Ключові слова: життєва компетентність, здобувачі освіти, заклади вищої освіти.

Abstract. In conditions of uncertainty, rapid changes in the professional environment, information overload, and the need for continuous self-development, an individual's ability to act effectively in various life situations, make responsible decisions, establish constructive relationships with others, and adapt to new circumstances is becoming increasingly important.

The aim of the study is to substantiate ways to improve the process of developing the life competence of higher education students.

The object of the study is the process of developing the life competence of higher education students.

The subject of the study is the ways of developing the life competence of higher education students.

Research methods: theoretical methods, including the analysis of psychological and pedagogical literature, were used to identify the scientific and pedagogical aspects of the research problem; empirical methods included observation, surveys (questionnaires and interviews), the expert evaluation method, and self-assessment, which were employed to conduct the study and identify effective ways of developing the life competence of higher education students; statistical methods were used to process the research results, among others.

The study explores the theoretical foundations of the development of life competence among higher education students, identifies the specific features of this process, examines the current state of life competence development among higher education students, and proposes effective ways to foster this personal quality.

Research results. The study established that students predominantly demonstrated medium (55,8%) and low (25,8%) levels of development of the phenomenon under investigation, as assessed against specific indicators. Unfortunately, only 22,4% of the participants demonstrated a high level of life competence development.

Keywords: life competence, students, higher education institutions.

ВСТУП

Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується динамічними соціально-економічними та культурними змінами, що висувають нові вимоги до особистості майбутнього фахівця та його здатності ефективно діяти в різноманітних життєвих ситуаціях. В умовах нестабільності, швидкої зміни професійного середовища, зростання інформаційних потоків, необхідності постійного навчання й адаптації особливого значення набуває здатність людини самостійно приймати рішення, розв'язувати проблеми, будувати взаємини з іншими, відповідально організовувати власне життя та здійснювати особистісний і професійний розвиток.

Особливої актуальності проблема формування життєвої компетентності набуває у період навчання здобувачів закладів вищої освіти. Саме студентський вік є сенситивним етапом становлення особистості, професійного самовизначення, розвитку самостійності, відповідальності та здатності до усвідомленого життєвого вибору. У цей період здобувач вищої освіти не лише набуває професійних знань і вмінь, а й формує власну систему цінностей, визначає життєві цілі, навчається взаємодіяти із соціальним середовищем та адаптуватися до нових умов.

Концептуальні засади формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти знайшли своє підтвердження у Законах України «Про освіту», «Про вищу освіту», Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді, Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа», Програмі «Нова українська школа» у поступі до цінностей» та ін.

Теоретичні засади формування життєвої компетентності представлені науковими працями Л. Зубкової, І. Єрмакова, Л. Сохань; міждисциплінарний підхід життєвої компетентності представлено дослідниками І. Степаненко,

М. Степаненко, В. Федорик та ін.; через призму життєтворчості – Г. Подлєсна, З. Куделько, І. Логвінов, В. Кавецький та ін.

У педагогічному дискурсі різні аспекти проблеми формування життєвої компетентності обґрунтовані через життєве проєктування та STEM-діяльність студентської молоді у наукових дослідженнях В. Любченко, А. Андрєєва, О. Андрєєвої та ін.

Актуальність проблеми, недостатня теоретична та практична її розробка й зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи **«Формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти».**

Об'єкт дослідження – процес формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Предмет дослідження – шляхи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні шляхів удосконалення процесу формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Відповідно до мети дослідження було визначено такі **завдання**:

1. На підставі вивчення наукової психолого-педагогічної літератури здійснити теоретичний аналіз досліджуваної проблеми.

2. Визначити особливості формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО.

3. З'ясувати сучасний стан формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО.

4. Розробити ефективні шляхи формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО.

У кваліфікаційній роботі використано комплекс **методів дослідження:** *теоретичні* – аналіз психолого-педагогічної літератури для визначення науково-педагогічного аспекту проблеми дослідження; *емпіричні*: спостереження, опитування (анкетування, інтерв'ювання), метод експертних оцінок, самооцінка для проведення дослідження та визначення ефективних

шляхів формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти; *статистичні:* методи опрацювання результатів дослідження та ін.

Експериментальна база дослідження. Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури Уманського національного університету.

Теоретичне значення дослідження полягає у визначенні ключових понять дослідження, таких як: «життєдіяльність», «життєва стратегія», «життєздатність» та виявленні особливостей формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Практична значущість. Результати дослідження можуть бути використані в позааудиторній діяльності ЗВО, для підготовки науково-методичного забезпечення при викладанні навчальних дисциплін «Педагогіка», «Теорія та методика виховання» та ін.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження представлені на XVI Всеукраїнській науково-практичній онлайн-конференції «Актуальні проблеми підготовки сучасного педагога: теорія, історія, практика» (27 жовтня 2025 р., м. Умань).

Структура роботи. Робота складається із анотації, вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (59 найменувань) та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 71 сторінку, з них 62 сторінки основного тексту.

РОЗДІЛ 1
ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

1.1. Теоретичні основи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти

Важливим завданням сучасного освітнього процесу є створення такого середовища, у якому здобувач вищої освіти матиме можливість не лише засвоювати теоретичні знання, а й застосовувати їх у практичних ситуаціях, розвивати навички самопізнання та саморегуляції, комунікації, командної роботи, планування, відповідального вибору й розв’язання життєвих проблем.

Особливого значення в цьому контексті набуває розвиток життєвої компетентності здобувачів вищої освіти, що передбачає формування здатності ефективно взаємодіяти з навколишнім середовищем, адаптуватися до змін, усвідомлювати власні потреби й можливості та будувати конструктивні стратегії поведінки. Водночас освітній процес має сприяти формуванню особистої відповідальності за результати власної діяльності, розвитку критичного мислення, емоційної стійкості та здатності до рефлексії.

У цьому аспекті важливою складовою професійної підготовки майбутніх фахівців є створення умов для набуття досвіду самостійного прийняття рішень, подолання труднощів і пошуку ефективних способів розв’язання проблемних ситуацій. Такий підхід забезпечує не лише професійне становлення особистості, а й формування її готовності до активної участі в суспільному житті, безперервного саморозвитку та реалізації власного потенціалу.

Важливими є погляди науковців на проблему розвитку особистості здобувача в сучасних реаліях. Так Л. Зубкова переконує, що успішна самореалізація особистості можлива лише за умов наявності в неї особистої

системи цінностей і знань, що повинна бути адекватною до умов сучасності, здатності успішно розв'язувати власні життєві проблеми, брати активну участь у розв'язанні суспільних проблем, тобто за наявності сформованої життєвої компетентності. Саме високий рівень життєвої компетентності особистості виступає запорукою не тільки успішного життя людини, але й гармонійного розвитку суспільства [20].

Вважаємо, що феномен «життєва компетентність» є складним і багатоаспектним явищем у системі життєдіяльності людини, її соціалізації, освіті, навчанні, вихованні. Визначення суті досліджуваного феномену, насамперед, передбачає уточнення змісту таких споріднених понять, як «компетентність», «компетенція» та «життєдіяльність», «життєва стратегія», «життєздатність».

Сучасний етап розвитку української освітянської сфери проголошує компетентнісний підхід як найважливіше концептуальне положення щодо оновлення змісту освіти. Такий підхід ґрунтується на поєднанні особистісно орієнтованого та діяльнісного підходів до організації освітнього процесу, так як передбачає врахування індивідуальних особливостей учня та його активну участь в освітній діяльності. Сутність компетентнісного підходу полягає у визначенні здатності особистості розв'язувати завдання різного рівня складності, застосовуючи набуті знання, уміння та практичний досвід.

Тому у контексті компетентнісного підходу освіта розглядається як процес набуття учнями досвіду розв'язання значущих для них життєвих проблем на основі використання культурних і суспільних надбань, а також осмислення власного досвіду [19].

Вітчизняний педагог О. Пометун конкретизує компетентність, як «об'єктивну категорію, що фіксує суспільно визнаний комплексзнань, умінь, навичок, стосунків певного рівня, що можуть бути використані в широкій сфері діяльності людини» [40, с. 16]. Як зазначає Н. Бібік, компетентність людини – загальна життєздатність, що базується на знаннях, досвіді, ціннісних орієнтаціях, здібностях тощо [5]. Тому, життєву компетенцію

науковиця пропонує розглядати як чинник та результат розвитку життєдіяльності особистості.

У низці досліджень закцентовано увагу на відповідності компетентності встановленим нормам і вимогам діяльності (О. Дубасенюк, Л. Петровська та ін.), і визначено як рівень умінь особистості, що відображає ступінь відповідності певній компетенції та дозволяє діяти конструктивно в сучасних соціальних умовах.

Деякі науковці (О. Савченко та ін.) підкреслюють роль досвіду у формуванні компетентностей, визначаючи її як «складне цілісне психічне утворення, що формується через засвоєння індивідуального досвіду, визначає характер подальшого використання досвіду для розвязання проблемних ситуацій, і рівень його сформованості як динамічної системи» [44, с. 121].

Для нашого дослідження важливою є позиція І. Родригіної, яка зауважує, що головною особливістю компетентності, як педагогічного явища є «не специфічні предметні вміння та навички, навіть не абстрактні загальнопредметні мисленнєві дії чи операції, а конкретні життєві, необхідні людині будь-якої професії, віку, сімейного стану» [43, с. 32–33].

Ми поділяємо думку більшості дослідників, які подають компетентність компетентність, як інтегральну характеристику особистості фахівця, яка охоплює не лише рівень засвоєння знань, умінь і навичок у певній сфері, а й особистісні якості людини, її спроможність успішно взаємодіяти з іншими та ефективно функціонувати в суспільстві.

Загалом життя людини включає у себе різні види діяльності, а життя сучасної людини, як правило, розділяється на загальну життєдіяльність, тобто звичайне, повсякденне життя та специфічні види діяльності, до яких відносять різні види професійної або особистісної діяльності.

Як переконує Л. Зубкова, життєдіяльність людини – це спосіб її існування, нормальна повсякденна діяльність і відпочинок, яка перебуває в постійному контакті із середовищем проживання. Вважається, що за своєю

суттю життєдіяльність – це процес взаємодії факторів внутрішнього середовища організму із зовнішнім, навколишнім середовищем [21].

З точки зору соціології простір життєдіяльності людини « є заснованою на матеріальному виробництві та здійснюваною в системі суспільних відносин сукупністю процесів свідомого, цілеспрямованого, перетворюючого впливу на світ і на саму людину для забезпечення її існування, функціонування, розвитку» [10].

Звернемося до визначення феномену «життєва компетентність». Аналіз наукової літератури свідчить про відсутність єдиного підходу до трактування цього поняття, що зумовлено його міждисциплінарним характером та складністю самого феномену. Життєва компетентність розглядається у площині педагогіки, психології, соціології та філософії як важлива характеристика особистості, що забезпечує її здатність ефективно діяти в різноманітних життєвих ситуаціях.

У широкому розумінні життєва компетентність визначається як інтегрована здатність особистості застосовувати набуті знання, уміння, навички, досвід, цінності та особистісні якості для успішного вирішення життєвих завдань, подолання труднощів, адаптації до змін, здійснення відповідального вибору та реалізації власного життєвого потенціалу.

Важливе місце у становленні наукових уявлень про життєву компетентність посідають праці Л. Сохань, І. Єрмакова, Г. Несен та інших українських дослідників, які розглядають дану категорію у тісному взаємозв’язку з поняттями життєтворчості, життєвого проєктування, самореалізації та життєвого вибору. Такий підхід дає підстави розглядати життєву компетентність не лише як сукупність певних умінь, а як здатність особистості свідомо й відповідально організовувати власне життя.

Так, Л. Сохань розглядає життєву компетентність як складне особистісне утворення, яке не можна звести лише до сукупності знань, умінь, навичок чи окремих особистісних якостей, яка пов’язана передусім зі

здатністю особистості ефективно вирішувати проблеми у різних сферах життєдіяльності життєдіяльності та виконувати життєві й соціальні ролі [48].

Поділяють думку науковиці І. Єрмаков, Л. Несен, які поняття «життєва компетентність» трактують, як знання, уміння, життєвий досвід і життєтворчі здатності особистості, необхідні для розв'язання життєвих завдань та успішної життєдіяльності як власного життєвого проєкту [14].

В межах компетентнісного підходу життєва компетентність передбачає здатність людини мобілізувати внутрішні та зовнішні ресурси для розв'язання актуальних життєвих проблем. При цьому важливим є не тільки володіння певними знаннями чи навичками, а й уміння застосовувати їх відповідно до конкретної ситуації, оцінювати можливі наслідки власних рішень, здійснювати рефлексію та коригувати власну поведінку.

Для здобувачів закладів вищої освіти життєва компетентність набуває особливого значення, оскільки період навчання у закладі вищої освіти пов'язаний із переходом до більшої самостійності, професійним самовизначенням, формуванням системи цінностей, плануванням майбутнього та набуттям досвіду відповідального прийняття рішень. Відтак життєва компетентність студента охоплює здатність до самопізнання, саморегуляції, комунікації, планування власної діяльності, конструктивної взаємодії з іншими людьми, розв'язання проблем, адаптації до нових умов та професійної самореалізації.

На думку Л. Зубкової, життєву компетентність здобувача закладу вищої освіти доцільно розглядати як інтегровану характеристику особистості, що виявляється у здатності усвідомлювати власні потреби й можливості, визначати життєві цілі, приймати обґрунтовані та відповідальні рішення, ефективно взаємодіяти з соціальним середовищем, конструктивно долати труднощі, адаптуватися до змін і використовувати власний досвід для подальшого особистісного та професійного розвитку [19].

Науковці вважають, що життєва компетентність особистості тісно пов'язана із визначенням її життєвої стратегії, формуванням життєвої

позиції, цінностей та життєвих цілей, а життєва стратегія є способом свідомого планування і конструювання особистістю власного життя шляхом поступового конструювання майбутнього [20].

Низка науковців, які у своїх дослідженнях зосереджують увагу на життєвій стратегії особистості, визначають її через активність як необхідну складову усіх сфер життєдіяльності людини, де активність виступає у якості здібності особистості знаходити баланс між власними бажаннями, життєвою необхідністю та суспільними очікуванням. Вважається, що на формування життєвої стратегії особистості впливають її життєві орієнтири, цілі та завдання. Обмеженість життєвих прагнень і обмежений світогляд знижують потребу в усвідомленому плануванні власного життя, що може уповільнювати розвиток життєвої компетентності. Непослідовність і нестійкість життєвої позиції також ускладнюють визначення та реалізацію життєвої стратегії. Як зазначають науковці (К. Баханов, В. Нищета), прагнення людини планувати й будувати власне життя пов’язане з бажанням наповнювати його змістовними подіями, діяти свідомо та активно. Натомість уникнення життєвих труднощів і небажання долати проблеми обмежують можливості особистісного розвитку та формування життєвої компетентності [3].

За переконанням І. Єрмакова та Д. Пузікова, життєва позиція є основою формування життєвої стратегії, яка, своєю чергою, відіграє важливу роль у розвитку життєвої компетентності особистості [15, с. 121].

Отже, життєва стратегія, у найбільш загальному розумінні, полягає у конструюванні особистістю власного життя шляхом постановки і досягнення цілей, на основі прогнозування та у відповідності до власних цінностей та потреб й може зазнавати корекції впродовж життя.

Ще однією важливою складовою поняття «життєва компетентність», є життєздатність, яка, на нашу думку, проявляється у творчій діяльності з перетворення самого себе, організації трудової і професійної діяльності. Життєдіяльність з педагогічної точки зору розглядається як життєвий

принцип та як властивість особистості, заснована на активному ставленні до власного існування відповідальності до моральних способів поведінки.

Так, В. Бордюк вважає, що життєтворчість «загальносистемна, інтегративна властивість, властива людині як системі, що саморозвивається і характеризує потенційну можливість зберігати свою цілісність, утримуючи життя у постійному сполученні з вимогами соціального буття і людського призначення» [8].

Вважається, що важливим чинником становлення життєздатної особистості та формування її здатності протистояти негативним впливам є залучення молоді до виконання соціальних ролей і обов'язків відповідно до актуальних суспільних вимог. Наприклад, А. Корнєва, вивчаючи життєстійкість особистості як психолого-педагогічний феномен, трактує її як як «багатовимірний психологічний ресурс особистості, який забезпечує адаптацію до стресових ситуацій, що допомагає людині долати труднощі, адаптуватися до змін, зберігати психологічну рівновагу та продовжувати особистісний розвиток» [26, с. 32]. Авторка підкреслює, що життєстійкість носить комплексний характер, що охоплює когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові аспекти та виділяє такі компонентами життєстійкості, як:

- залученість – відчуття власної включеності в життя та значущості того, що відбувається;
- контроль – переконання людини у можливості впливати на перебіг подій та власне життя;
- готовність до ризику – здатність сприймати складні й невизначені ситуації не лише як загрозу, а й як можливість для розвитку [26, с. 33].

Дослідниці О. Чиханцова та Л. Сердюк підтримують позицію А. Корнєвої й наголошують на тісному взаємозв'язку життєвої компетентності та життєстійкості. Життєстійкість розглядається як здатність особистості витримувати гострий або хронічний стрес, зберігаючи внутрішню збалансованість та ефективність діяльності. У наукових

дослідженнях також показано взаємозв'язок життєстійкості із самоорганізацією, життєвими цілями та психологічним благополуччям [60].

Зауважимо, що такі складники, як знання, уміння та життєвий досвід визначаються більшістю науковців, як складові життєвої компетентності. Так, І. Ящук вважає, що життєва компетентність – це сукупність знань, умінь, життєвого досвіду, який необхідний для вирішення життєвих завдань [62]. Л. Лисогор додає також і життєтворчі здатності особистості, які є необхідними для життя як індивідуального життєвого проєкту [30].

Важливою вважаємо і позицію О. Демчук, яка акцентує увагу на тісному зв'язку життєвої компетентності із індивідуальним стилем життєдіяльності та сукупністю ціннісних орієнтацій особистості. Однією із системоутворювальних складових життєвої компетентності є усвідомлення особистістю відповідальності за власне життя, прийняті рішення, вчинки та їхні наслідки для себе й інших людей [13].

Інше трактування проблеми пропонує Л. Сохань, яка розглядає життєву компетентність як складну систему, що не обмежується сукупністю знань, умінь і особистісних якостей. Дослідниця акцентує увагу на здатності людини розв'язувати проблеми в різних сферах життєдіяльності, виконувати життєві та соціальні ролі, спираючись на життєтворчі знання, уміння, навички й набутий життєвий досвід [48].

Погоджуючись з думкою Л. Сохань, В. Ляшенко розглядає життєву компетентність особистості як інтегроване утворення, що охоплює знання, уміння, навички, життєву мудрість, творчі здібності, досвід і досягнення людини. До характерних особливостей цього поняття дослідник відносить здатність до змін, багаторівневість, індивідуальність, послідовність і поетапність розвитку, можливість вікових трансформацій, а також залежність від внутрішніх і зовнішніх чинників [32].

Разом з тим, дослідник В. Нечипоренко трактує компетентність як здатність особистості розв'язувати життєві проблеми, спираючись на набуті знання, досвід і цінності. Життєву компетентність дослідник розглядає як

інтегровану сукупність різних видів компетентностей, що забезпечують спроможність людини діяти в різних сферах життєдіяльності. Важливою її ознакою він вважає відповідальне виконання особистістю життєвих і соціальних ролей [34].

Подібно розуміє поняття життєвої компетентності Р. Безлюдний, який розглядає життєву компетентність як усвідомлене й відповідальне ставлення людини до власного життя. На його думку, вона передбачає прагнення до самопізнання та самореалізації в різних видах діяльності, засвоєння знань про себе й способи організації життєвого шляху, здатність критично ставитися до власного життя, вміти розв'язувати міжособистісні суперечності, об'єктивно оцінювати можливості та рівень своєї активності, а також усвідомлювати результати власної життєтворчості й особистісну значущість [4].

Науковиця Л. Канішевська розуміє життєву компетентність як цілісну характеристику особистості, що виявляється в її здатності усвідомлювати сутність і значущість життєвих проблем та знаходити способи їх розв'язання. Важливими складовими цього феномену дослідниця вважає знання соціальних норм і правил, уміння знаходити й використовувати необхідну інформацію, а також набуття досвіду різних видів діяльності з урахуванням власних можливостей, здібностей та інтересів [23].

На особливу увагу заслуговує трактування життєвої компетентності через сукупність різноманітних умінь особистості. Так, Т. Титаренко пов'язує цей феномен зі здатністю людини долати егоцентричне сприйняття світу, враховувати інтереси інших, вірити у власні адаптаційні можливості, гнучко реагувати на життєві обставини та знаходити способи дії за межами усталених норм [51].

На думку О. Демчук, життєва компетентність характеризується здатністю розв'язувати різноманітні життєві завдання; знаходити, опрацьовувати й критично оцінювати інформацію; ухвалювати обґрунтовані рішення; прогнозувати наслідки власних вчинків; взаємодіяти в колективі; реалізовувати домовленості; долучатися до проєктної діяльності; планувати й

організовувати власну роботу; застосовувати сучасні інформаційні технології; долати труднощі та шукати нестандартні способи вирішення проблем [13].

Розглядаючи соціально-психологічний аспект поняття «життєва компетентність», В. Циба акцентує увагу на її важливості у процесі визначення особистістю власного життєвого шляху та його реалізації. Науковець пов'язує зміст життєвої компетентності з усвідомленням людиною свого призначення, життєвих перспектив, цілей і сенсу життя, а також зі здатністю планувати й організовувати власну життєдіяльність. Важливим її складником дослідник вважає оптимізацію життєвого шляху, що передбачає пошук і обґрунтування раціональних способів досягнення поставлених цілей [58].

Цікавою вважаємо точку зору Н. Пустовіт, яка розуміє життєву компетентність через показник готовності випускника до самостійного життя, подальшого особистісного зростання та активної участі в суспільних процесах. Дослідниця також трактує її як поєднання цінностей і ставлень, знань та практичних умінь, необхідних для успішної життєдіяльності особистості [41].

Поділяємо погляди В. Зарицької, яка трактує життєву компетентність як інтегровану характеристику особистості, що відображає єдність її властивостей і виявляється у здатності до самозбереження, саморозвитку, підтримання та вдосконалення власної життєдіяльності, ефективного функціонування в різноманітних життєвих обставинах і подолання складних проблем [18].

Підсумовуючи наукові наробки І. Єрмаков, Л. Сохань, Д. Пузікова, Н. Пустовіт, І. Ящука, Т. Войцях виокремлює такі її функції:

- захисна – забезпечує захист особистості від життєвих загроз і несприятливих обставин, сприяє запобіганню негативним подіям або подоланню їхніх наслідків, підтримує адаптацію до соціального оточення та складних життєвих ситуацій;

- життєпізнання і самопізнання – сприяє усвідомленому формуванню особистістю уявлень про власне життя, життєву діяльність і перспективи майбутнього; забезпечує адекватне осмислення життєвих подій та практичне використання набутих знань; допомагає об'єктивно оцінювати власну життєву ситуацію, визначати проблеми, особистісні якості й наявні ресурси;

- життєвого передбачення – забезпечує використання набутих знань для планування й прогнозування власного життєвого шляху, сприяє визначенню цілей і способів організації життєдіяльності, завчасному прийняттю рішень та вибору відповідних дій з урахуванням очікуваних життєвих подій;

- життєвого самовизначення – сприяє створенню сприятливих умов для особистісного самовизначення, усвідомленого вибору власного життєвого шляху, формулювання життєвих цілей і завдань, а також визначення способів їх реалізації;

- самореалізації – забезпечує передумови для реалізації особистісного потенціалу, досягнення найвищого рівня саморозвитку та активного залучення особистості до суспільного життя;

- організації і вдосконалення життєдіяльності – сприяє організації особистістю власного життя та його ресурсів відповідно до вимог життєвого проекту, об'єктивних вимог середовища до людини, самовдосконаленню, розвитку та корекції особистісних якостей [11].

Вважаємо, феномен «життєва компетентність» носить комплексний характер, а її сформованість визначається не кількістю засвоєних знань, а передусім здатністю особистості ефективно застосовувати їх у реальних життєвих ситуаціях, здійснювати свідомий вибір, нести відповідальність за його наслідки та активно творити власне життя.

Науковець І. Єрмаков пов'язує проблему життєвої компетентності з педагогікою життєтворчості. Саме за такого поєднання особистість виступає активним суб'єктом власного життя, здатним осмислювати свій життєвий

досвід, визначати перспективи розвитку та здійснювати практичні кроки для їх реалізації. Тому, на думку дослідника, життєва компетентність передбачає не пасивне пристосування до обставин, а активну взаємодію людини з життєвим середовищем [14].

Цікаво, що дослідниця Л. Сохань розглядає життєву компетентність у контексті життєтворчості особистості, акцентуючи увагу на здатності людини свідомо вибудовувати власну життєву стратегію. Відповідно, важливими складовими життєвої компетентності є усвідомлення власних можливостей і потреб, визначення життєвих цілей, здійснення вибору, прогнозування наслідків власних дій та відповідальність за них [48].

Інший аспект проблеми представлений у дослідженнях І. Степаненко та М. Степаненка, які розглядають життєву компетентність у соціокультурному аспекті. Такий підхід акцентує увагу на взаємозв'язку особистості із соціальним і культурним середовищем та дає змогу розглядати життєву компетентність як здатність людини орієнтуватися у складному соціокультурному просторі, осмислювати власний досвід та визначати способи подальшої життєдіяльності [50].

Науковці переконують, що формування життєвих компетентностей є безперервним процесом, що передбачає залучення особистості до суспільного досвіду, опанування прийнятих у соціумі способів і форм діяльності. Особистість із розвиненими життєвими активностями здатна впливати на власне життя, самостійно визначати його напрям і реалізовувати поставлені цілі [39].

Життєдіяльність сучасної людини охоплює повсякденну активність, зокрема професійну та дозвіллєву. Вона відображає спосіб існування особистості, що включає виконання щоденних справ, задоволення особистісних потреб і відпочинок. Життєдіяльність відбувається в постійній взаємодії людини з навколишнім середовищем і передбачає взаємний вплив внутрішніх процесів організму та зовнішніх умов його існування.

З позиції соціології життєдіяльність людини охоплює свідомі й цілеспрямовані процеси взаємодії з навколишнім світом, які здійснюються в системі суспільних відносин і забезпечують існування та розвиток особистості [10]. У психологічному контексті вона виявляється у внутрішній і зовнішній активності людини, що залежить від конкретних соціальних умов, де психіка розглядається як особлива форма життєдіяльності, тоді як сама життєдіяльність особистості охоплює дії та стани, що відповідають потребам та інтересам особистості, і спрямовані на їх задоволення [23].

Вважається, що життєвий досвід є результатом життєдіяльності особистості та охоплює реалізацію її основних потреб, а також засвоєні й осмислені цінності, норми, знання та символи [61], який накопичується в пам'яті людини й може актуалізуватися за певних життєвих обставин. Життєвий досвід поєднує думки, почуття та вчинки, пережиті людиною, і набуває для неї особистісного значення. Він пов'язаний із пам'яттю, емоційними переживаннями та поведінковими проявами особистості [17].

Набуття життєвого досвіду відбувається в процесі засвоєння інформації, отриманої впродовж життя. Така інформація не завжди є результатом цілеспрямованого навчання чи спеціально організованої діяльності, адже її осмислення та розуміння залежать від індивідуального особливостей та життєвого досвіду людини.

Разом з тим, життєва компетентність особистості тісно пов'язана з визначенням життєвої стратегії, формуванням власної позиції, системи цінностей і життєвих цілей. Життєву стратегію можна розглядати як усвідомлений спосіб планування та побудови власного майбутнього, що передбачає послідовне визначення цілей і шляхів їх досягнення.

Проблема життєвої стратегії висвітлена в працях Т. Титаренко, яка розглядає її як здатність особистості узгоджувати власну індивідуальність з умовами життя, забезпечувати самозбереження та особистісний розвиток у різноманітних життєвих обставинах [51]. Інші дослідники, зокрема Ю. Резнік і Л. Сохань, також наголошують на важливості життєвої стратегії в різних

сферах життєдіяльності людини, де активність особистості проявляється в її здатності узгоджувати власні прагнення із виконанням вимог суспільства, поєднувати власні інтереси із суспільними потребами [48].

Переконані, що формування життєвої стратегії в значній мірі залежить від життєвої позиції особистості, визначеності її цілей і завдань. Обмеженість життєвих орієнтирів і звужене бачення власних перспектив можуть знижувати потребу в плануванні майбутнього та уповільнювати розвиток життєвої компетентності, а нестійкість життєвої позиції ускладнює побудову життєвої стратегії.

На думку Л. Зубкової, необхідність у визначенні власної життєвої стратегії пов'язана з прагненням людини наповнити життя значущими для себе подіями, зробити його більш цікавим і насиченим. Уникнення життєвих труднощів і небажання докладати зусиль для розв'язання проблем обмежують можливості розвитку життєвої компетентності особистості [19].

Науковці І. Єрмаков і Д. Пузіков розглядають життєву позицію як основу формування життєвої стратегії, яка може впливати на розвиток життєвої компетентності. Тому, вважається, що життєва стратегія передбачає свідоме планування власного життя, визначення його цілей і шляхів їх досягнення, прогнозуючи майбутні події, особистісні цінності і потреби. Вона не є незмінною, а може коригуватися відповідно до нових обставин і життєвого досвіду самої людини [15].

Ще одним важливим складником життєвої компетентності вважаємо життєздатність особистості, яка виявляється у здатності до саморозвитку, перетворення власного життя, творчої активності особистості та ефективної організації її трудової й професійної діяльності.

Вважаємо, що з позиції педагогічної науки, життєздатність можна розглядати як особистісну властивість і життєвий принцип, що ґрунтується на активному ставленні людини до власного життя, прагненні до самовдосконалення та дотриманні моральних норм поведінки.

Так, В. Зарицька, досліджуючи життєздатність особистості як психологічний феномен, трактує її як інтегровану властивість, що охоплює систему ціннісних орієнтацій, особистісних характеристик, різноманітних здібностей, практичних умінь і базових знань про закономірність буття, забезпечуючи ефективну життєдіяльність людини та її гармонійний розвиток в умовах змінного соціального середовища [18].

Деякі науковці пов'язують поняття «життєздатність» із «життєстійкістю», яку визначають як внутрішню налаштованість особистості на подолання труднощів, що змушує її шукати способи розв'язання складних життєвих проблем, долати переживання та спрямовувати власні зусилля на саморозвиток. Вона є важливим внутрішнім ресурсом людини, який може змінюватися й розвиватися завдяки її активній життєвій позиції особистості, усвідомленню власних цінностей і пошуку сенсу життя [63].

Вважаємо за необхідне розглянути поняття «життєтворчість», що виступає як особливий вид чи рівень життєдіяльності.

Поняття життєтворчості розуміється О. Бойко, як духовно-практична активність особистості, що передбачає творче конструювання, планування та реалізацію власного життєвого шляху [7]. Упродовж життя людина опановує мистецтво жити, самостійно визначаючи життєві цілі та орієнтири, тим самим формуючи індивідуальний життєвий сценарій і втілюючи його в практичній діяльності.

На думку І. Єрмакова, і ми з нею погоджуємося, життєтворчість є вищим проявом творчого потенціалу людини, який поляігає у свідомому виборі життєвої стратегії, розробці планів і програм власного розвитку, а також визначенні та застосуванні засобів для втілення індивідуального життєвого проєкту [14].

Виходячи з цього, вважаємо, що життєтворчість можна розглядати як важливий складник життєвої компетентності, що сприяє повній реалізації особистісного потенціалу та досягненню високого рівня саморозвитку.

Як зауважують науковці (Л. Лисогор та ін.), компетентність у житті відображає рівень активності особистості та її здатність долати життєві труднощі, використовуючи при цьому набуті знання, практичний досвід, ціннісні орієнтири та уміння [30].

Нами з'ясовано, що життєва компетентність є складним багатовимірним утворенням, розвиток якого відбувається впродовж усього життя людини. Її становлення розпочинається в сім'ї, продовжується у процесі взаємодії з іншими людьми, соціалізації, при накопиченні життєвого досвіду, через засвоєння ціннісних орієнтирів і формування професійних умінь. Важливу роль у цьому процесі відіграють виховання, освіта, професійна діяльність і постійний вплив інформаційного середовища [18].

У науковій літературі життєву компетентність розглядають як комплексне утворення, що охоплює знання, уміння та життєвий досвід особистості. Зокрема, І. Ящук визначає її як сукупність знань, умінь і досвіду, необхідних для розв'язання різноманітних життєвих завдань [62]. Л. Лисогор розширює це розуміння, доповнюючи зазначені складники життєтворчими здатностями людини, які сприяють продуктивній побудові та реалізації індивідуального життєвого проєкту [30].

О. Демчук підкреслює взаємозалежність життєвої компетентності, індивідуального способу життєдіяльності та системи ціннісних орієнтирів особистості, визначаючи її відповідальність за власне життя, вчинки й дії, а також їхні суспільні наслідки як ключовий компонент цієї компетентності [13].

По іншому трактує Л. Сохань, вважаючи, що життєва компетентність є складним поняттям, яке не зводиться ні до знань, ні до навичок, ні до якостей. Науковець вбачає у цьому утворенні, передусім, здатність особистості вирішувати проблеми в усіх сферах життєдіяльності, виконувати життєві і соціальні ролі, що ґрунтуються на життєтворчих знаннях, уміннях і навичках, життєвих досягненнях [48].

Підтримуючи позицію, В. Ляшенко визначає життєва компетентність як багатокомпонентне утворення, сутність якого не обмежується лише системою знань, практичних умінь і навичок або сукупністю особистісних якостей. Науковець трактує її насамперед як спроможність людини долати проблеми в різних сферах життєдіяльності та реалізовувати життєві й соціальні ролі, спираючись на знання, уміння та навички життєтворчого характеру, особистий досвід і здобутки. До характерних властивостей життєвої компетентності дослідник відносить здатність до трансформації, багаторівневість та індивідуальну своєрідність, послідовність і поетапність розвитку, можливість вікових змін, а також залежність від внутрішніх і зовнішніх чинників [34].

Науковець Р. Безлюдний близький до трактування життєвої компетентності, розглядаючи її як усвідомлене ставлення людини до власного життя, яке передбачає прагнення особистості до самопізнання та самореалізації в різних видах діяльності; засвоєння наукових знань про власне «Я», принципів і способів організації життєдіяльності; свідоме проєктування особистого життєвого шляху; здатність критично сприймати власне життя, вміти долати міжособистісні суперечності, визначати сфери й межі своєї життєвої активності, усвідомлювати та реально оцінювати результати власної життєтворчості, а також розуміти власну значущість у житті [4].

Л. Савчук розуміє життєву компетентність через спроможність людини розв’язувати різноманітні життєві завдання, успішне виконання яких призводить до самореалізації та досягнення позитивних результатів у різних сферах життєдіяльності [46].

Дослідники Т. Войцях та А. Щербіна підкреслюють, що життєва компетентність як інтегративна властивість особистості має забезпечувати можливості її самореалізації та виявляється в практичній діяльності. Вона носить динамічний характер і визначає здатність людини знаходити шляхи подолання життєвих труднощів через усвідомлення їхньої значущості,

опанування загальноприйнятих норм і способів розв’язання проблем, а також набуття досвіду різних видів діяльності на основі сформованих знань, умінь, навичок та індивідуальних якостей [11].

Своє розуміння поняття пропонує Л. Канішевська, яка розглядає життєву компетентність як інтегральну властивість особистості, що виявляється в її спроможності розв’язувати життєві завдання завдяки розумінню їхнього змісту та важливості, засвоєнню усталених правил і норм поведінки в проблемних ситуаціях, умінню знаходити й використовувати необхідну інформацію, а також накопиченню досвіду діяльності з урахуванням власних можливостей, здібностей і схильностей [23, с. 17].

Звертається увага науковцями на розуміння досліджуваного феномену крізь призму формування різнопланових умінь. Так, Т. Титаренко під життєвою компетентністю розуміє життєвою компетентністю розуміє «вміння не зосереджуватися лише на собі, а виходити за межі особистого егоцентризму, віру у свої адаптивні можливості, уміння розумно виходити за межі норм, уникати зайвої мінливості й відносності світу» [51, с. 183].

На думку О. Демчук, життєва компетентність проявляється у здатності особистості самостійно приймати рішення та здійснювати обґрунтований вибір з урахуванням адекватної самооцінки й обставин конкретної ситуації. Вона також передбачає вміння розв’язувати різноманітні життєві завдання, знаходити й опрацьовувати інформацію, критично її оцінювати, прогнозувати суспільні наслідки власних дій, співпрацювати з іншими, укладати домовленості та дотримуватися їх, брати участь у проєктній діяльності, планувати й організовувати власну роботу, застосовувати сучасні інформаційні технології, долати труднощі та знаходити нестандартні способи розв’язання проблем [13].

Досліджуючи соціально-психологічну сторону цього феномену, В. Циба підкреслює значення життєвої компетентності у процесі усвідомлення особистістю власного призначення та побудови індивідуального життєвого шляху. На думку науковця, її сутність розкривається через осмислення

людиною свого життєвого покликання, особистої долі, визначення життєвих орієнтирів і сенсу існування, а також свідоме планування та організацію власного життя [58].

Цікавою є позиція Н. Пустовіт, яка розглядає життєву компетентність як показник, за допомогою якого можна оцінити підготовленість випускника школи до самостійного життя, перспективи його подальшого особистісного зростання та спроможність активно долучатися до суспільних процесів. Дослідниця також наголошує на комплексному характері цього феномену, що передбачає взаємозв'язок ціннісних орієнтацій і ставлень особистості, її знань та практичних умінь [41].

Ми погоджуємося з позицією В. Зарицької, яка життєву компетентність визначає як цілісну властивість особистості, що відображає її спроможність підтримувати власне благополуччя, самовдосконалюватися, свідомо організовувати життєдіяльність, ефективно діяти за різних обставин і знаходити шляхи подолання складних життєвих ситуацій [18].

Дослідники І. Єрмаков і Г. Несен пропонують широке трактування життєвої компетентності, бачачи її як багатокомпонентне особистісне утворення, яке включає сукупність знань, умінь і навичок, здатність до життєтворчості, набутий досвід і особисті досягнення, уміння орієнтуватися в соціальному середовищі та знаходити ефективні способи розв'язання життєвих проблем. Важливими складниками цієї компетентності науковці вважають усвідомлення власних якостей, переваг і недоліків, прагнення до саморозвитку й особистісних змін, здатність розуміти інших людей, вміння оцінювати їхні особливості, налагоджувати спілкування та виявляти толерантність у взаєминах. Крім того, життєва компетентність передбачає вміння керувати власною поведінкою, впливати на обставини життя й успішно співіснувати в суспільстві [14].

Для детального розуміння суті досліджуваного феномену важливим, на наш погляд, є розкриття функцій життєвої компетентності. У дослідженнях І. Єрмакова та Д. Пузікова виокремлюються три функції життєвої

компетентності: забезпечення життєздатності, життєстійкості та життєтворчість особистості [15].

Т. Войцях та А. Щербина наголошують, що сформована життєва компетентність розширює можливості особистості для самореалізації та успішної життєдіяльності. Дослідники виокремлюють такі її основні функції:

- прогностична – забезпечує здатність використовувати набуті знання для передбачення можливих життєвих подій, визначення альтернативних цілей і способів діяльності, обґрунтування рішень та вибору подальших дій;

- життєвого самовизначення, що допомагає людині визначати власні життєві орієнтири, цілі й завдання, обирати індивідуальний життєвий шлях і знаходити засоби реалізації намічених планів;

- самореалізаційна – створює умови для розкриття особистісного потенціалу, досягнення життєвих цілей, самоздійснення та активного залучення до суспільного життя;

- організаційно-розвивальна – сприяє організації власної життєдіяльності, використанню особистісних ресурсів відповідно до життєвих планів і вимог соціального середовища, а також самовдосконаленню, розвитку та коригуванню особистісних якостей [11] та інші функції.

Поділяючи позицію науковців щодо визначених функцій, вважаємо за доцільне наголосити, що основне призначення життєвої компетентності полягає у здатності особистості ефективно долати життєві труднощі, розв’язувати актуальні проблеми й виконувати поставлені завдання, брати активну участь у розв’язанні суспільно значущих питань, успішно здійснювати життєве самовизначення та самореалізацію, а також раціонально вибудовувати власний життєвий шлях.

Опрацювання наукових джерел, присвячених різним аспектам життєвої компетентності, дало змогу визначити основні підходи до розуміння її сутнісних характеристик. Узагальнення поглядів дослідників засвідчує, що до структурних складових цього феномену найчастіше зараховують знання,

уміння, навички, накопичений життєвий досвід і ціннісні орієнтації. Водночас науковці акцентують увагу на способах практичної діяльності, здатності сприймати, осмислювати й творчо використовувати матеріальні та духовні надбання суспільства. Важливе місце посідають також життєтворчі можливості особистості, розвиток яких пов'язаний із самопізнанням, адекватною самооцінкою, самореалізацією та рефлексією. Зазначені характеристики виявляються у здатності людини адаптувати власні знання й уміння до конкретних життєвих обставин, знаходити шляхи розв'язання проблем у різних сферах життєдіяльності та успішно виконувати особистісні й соціальні ролі.

Отже, актуальність проблеми формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти визначається суспільною потребою у всебічно розвиненій, самостійній, відповідальній та адаптивній особистості, здатній ефективно діяти в умовах сучасного мінливого світу, здійснювати свідомий життєвий і професійний вибір та реалізовувати власний життєвий потенціал.

1.2. Особливості формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти

Життєва компетентність особистості характеризується здатністю успішно долати життєві випробування та складні обставини, пристосовуватися до нових умов, водночас, прагнучи забезпечити високу якість власного життя. До її основних складників належать стійкість перед життєвими труднощами, спроможність результативно діяти в умовах динамічного й мінливого світу, своєчасно реагувати на зміни, коригувати власну поведінку, удосконалюватися та постійно розвивати особистісний потенціал.

Важливе значення у становленні життєвої компетентності особистості має заклад вищої освіти, освітнє середовище якого створює можливості для розвитку відповідних якостей студентської молоді.

Сучасні реалії вимагають від ЗВО належної підготовки життєвокомпетентного випускника не тільки з високим рівнем професійної підготовки, а й сформованими життєвими принципами, навичками комунікації, роботи в команді, креативністю і критичністю мислення, прагненням до самовдосконалення і кар'єрного зростання.

Сучасне студентство – це соціальна спільнота, яка характеризується професійною орієнтованістю, стійким позитивним ставленням до обраного фаху, послідовністю та наполегливістю в засвоєнні знань і формуванні професійних компетентностей, а також вищим рівнем освіченості, активною участю в культурному житті й вираженою пізнавальною мотивацією [57].

Проблема формування життєвих компетентностей здобувачів ЗВО, міжособистісних взаємин у студентському середовищі має вплив як на освітній процес ЗВО, так і на формування професійно-важливих якостей майбутнього фахівця.

Очевидно, що за умови належного розвитку різнобічних інтересів, накопичення знань, формування вмінь і життєвого досвіду, а також наявності мотивації досягнення успіху здобувач вищої освіти здатний прогнозувати результати власної життєтворчої діяльності. Важливим підґрунтям цього процесу виступає життєва компетентність особистості.

Кожен викладач має забезпечувати досягнення запланованих освітніх результатів у межах своєї навчальної дисципліни під час кожного заняття. Для цього освітній процес необхідно організовувати не лише як засвоєння знань і формування практичних умінь та навичок, а й як цілеспрямований розвиток компетентностей здобувачів вищої освіти, становлення їхньої особистості, активізацію суспільної взаємодії та творчого потенціалу.

Сучасна вища освіта повинна готувати випускника до життя та професійної діяльності, де життєві компетентності, як зазначає Г. Подлєсна, дають можливість фахівцю зустрітися з дійсністю, знайти своє місце в житті, бути успішним, маючи певні здібності, зокрема:

- щвидко діяти в нестандартних ситуаціях;

- вчитися впродовж життя, самостійно набуваючи нових знань;

- володіти навичками роботи із сучасними інформаційними системами, знаходити, опрацьовувати й критично оцінювати відомості з різноманітних джерел, використовувати здобуту інформацію для особистісного зростання та самовдосконалення, а також застосовувати інформаційні ресурси як інструмент і засіб комунікації;

- вступати в комунікацію – володіти комунікативними вміннями: уважно сприймати позицію співрозмовника, розуміти його погляди, аргументовано висловлювати й обстоювати власну думку, ефективно взаємодіяти з іншими та співпрацювати в команді;

- виявляти гнучкість і здатність до адаптації: швидко пристосовуватися до змін, бути мобільним і конкурентоспроможним, успішно інтегруватися в мінливе суспільне середовище, презентувати власні професійні переваги та можливості на ринку праці.

- застосовувати критичне мислення: об’єктивно оцінювати інформацію, аналізувати різні погляди, робити обґрунтовані висновки та використовувати набуті знання для пошуку шляхів розв’язання життєвих проблем;

- виявляти креативність та ініціативність: продукувати оригінальні ідеї, знаходити нестандартні шляхи розв’язання проблем і усвідомлювати відповідальність за прийняті рішення.

- конструктивно розв’язувати конфлікти: своєчасно виявляти причини суперечностей, запобігати їх загостренню та знаходити взаємоприйнятні способи врегулювання конфліктних ситуацій.

- реалізовувати особистісний потенціал: свідомо використовувати власні здібності, знання й можливості для професійного становлення, особистісного зростання та здійснення суспільно значущої діяльності.

- дбати про збереження здоров’я: відповідально ставитися до власного фізичного й психічного благополуччя, усвідомлювати цінність здоров’я інших людей і дотримуватися принципів здорового способу життя.

- здійснювати усвідомлений вибір: аналізувати різноманітні життєві можливості, оцінювати альтернативи та самостійно обирати оптимальні шляхи досягнення особистих і професійних цілей [39, с. 160–161].

На думку дослідниці З. Куделько, важливою передумовою повноцінного особистісного становлення студентської молоді є усвідомлення кожним студентом власної унікальності та неповторності [24]. Студентський вік характеризується активним пошуком життєвих орієнтирів, професійним становленням і розширенням досвіду участі в різних сферах суспільного життя. У цей час молода людина вчиться самостійно визначати цілі, планувати власну діяльність, регулювати поведінку, обстоювати особисті переконання та приймати рішення.

Водночас зазначений етап життя є важливим для становлення світогляду, формування моральних переконань та естетичних уподобань. Ці процеси відбуваються на основі інтеграції набутих знань, особистого досвіду, самостійного осмислення життєвих явищ і практичної діяльності [38].

М. Савчин і Л. Василенко провідним завданням студентського віку визначають самовизначення особистості в соціальній, індивідуальній, професійній і духовно-практичній сферах. Дослідники наголошують, що в цей період відбуваються істотні зміни у внутрішньому світі людини та її самосвідомості, удосконалюються й зазнають перебудови психічні процеси, трансформуються особистісні властивості, емоційні реакції та вольова регуляція поведінки [45].

Узагальнення наукових поглядів дає підстави стверджувати, що навчання у ЗВО є одним із важливих етапів становлення життєвої компетентності особистості. Упродовж цього періоду формуються передумови подальшої соціалізації та самостійної професійної діяльності, корелюються життєві пріоритети, переглядаються ціннісні орієнтири й визначаються перспективи особистісного розвитку.

Аналіз наукових праць засвідчує, що студентський вік сприяє інтенсивному самопізнанню, життєвому та професійному самовизначенню,

утвердженню ціннісних установок і підвищенню усвідомленості власної життєдіяльності. Водночас поглиблюється розуміння особистістю власних можливостей, життєвих потреб і перспектив.

Поділяємо позицію науковців щодо значущості вищої освіти як середовища накопичення особистого та професійного досвіду. Разом із тим варто зауважити, що частина сучасної студентської молоді має труднощі з формуванням цілісного бачення власного життєвого шляху, недостатньо володіє прийомами саморегуляції та навичками раціональної організації своєї діяльності в часі й просторі. Це актуалізує потребу в цілеспрямованому розвитку життєвої компетентності здобувачів вищої освіти, зокрема їхньої здатності усвідомлено планувати майбутнє, приймати відповідальні рішення та самостійно організовувати життєдіяльність [19].

Зупинемося на основних складових, що утворюють життєву компетентність для виявлення особливостей цього особистісного утворення.

Так, О. Демчук у життєвій компетентності особистості виокремлює такі її складові: компетентнісний потенціал, життєтворчість, готовність до виявлення активності, особистісну зрілість та ряд вимірів його прояву: суб'єктний, адаптаційний, дезадаптаційний та вимір життєвої некомпетентності [13].

У структурі життєвої компетентності дослідниця визначає п'ять взаємопов'язаних складників: когнітивний, що охоплює знання про життя й навколишній світ, а також накопичений життєвий досвід; емоційно-вольовий, який відображає зацікавленість життям, ініціативність і готовність долати життєві труднощі; поведінково-діяльнісний, що включає соціальну активність, комунікативні здібності, відповідальність, практичні вміння розв'язувати життєві проблеми та сформованість життєвих стратегій; мотиваційний, пов'язаний із прагненням до особистісного зростання, саморозвитку, самоактуалізації й пізнання; рефлексивно-оцінний, який передбачає здатність до самооцінювання та розвиненість рефлексії [13, с. 95].

Дослідниця Л. Сохань трактує життєву компетентність як цілісну систему, що охоплює п’ять взаємопов’язаних блоків життєвих здібностей, кожен із яких має власну структуру, представлену відповідними компонентами та підкомпонентами. До них вчена відносить: життєтворчі знання, що поділяються на теоретичні (уявлення про навколишній світ, закономірності життя та власну особистість) і практичні (життєва мудрість, засвоєні правила поведінки); уміння й навички, які охоплюють теоретичні та практичні способи діяльності, обізнаність щодо світу й себе, а також дотримання норм поведінки; життєтворчі здібності, представлені аналітичними, прогностичними та поведінковими характеристиками; життєвий досвід, що включає особистий досвід людини, як усвідомлений, так і неусвідомлений, а також досвід інших людей, який може використовуватися для творчого застосування або наслідування; життєві досягнення, до яких належать особисте щастя, соціальна позиція в суспільстві та самореалізація. При цьому визначальною основою життєвої компетентності, на думку дослідниці, є спроможність людини проєктувати власний життєвий шлях, самостійно встановлювати його цілі та визначати смислові орієнтири подальшого існування [48].

Як зазначає науковиця, усі складові життєвої компетентності перебувають у безперервному розвитку, зазнаючи при цьому кількісних і якісних перетворень. Такі зміни можуть відображати її зростання, удосконалення та змістове збагачення або, навпаки, послаблення, занепад і регрес [48, с. 323].

Поділяючи цю позицію, зазначимо, що життєва компетентність є особистісним утворенням, стан якого змінюється під впливом різноманітних обставин і може характеризуватися як позитивними, так і негативними тенденціями розвитку. Відповідно, її становлення зумовлюється взаємодією внутрішніх особистісних характеристик і зовнішніх чинників, а перебіг цього процесу має індивідуальні особливості.

О. Папу розглядає життєву компетентність як багатокомпонентне утворення, що охоплює активну позицію людини щодо власного життя, громадянську зрілість, творчий потенціал і спроможність ефективно діяти в мінливих суспільних умовах. До її структурних характеристик дослідник також відносить здатність особистості бути суб'єктом власної життєдіяльності на основі самопізнання та застосування психологічних знань, прагнення до самореалізації, конструктивної взаємодії з іншими в суспільстві, орієнтацію на досягнення успіху, усвідомлену потребу в особистісному зростанні, уміння орієнтуватися в соціальному середовищі та сформованість ціннісних орієнтирів [37].

І. Єрмаков і Д. Пузіков трактують життєву компетентність як інтегральну характеристику особистості, визначальним складником якої є життєтворчі компетенції, які допомагають осмислювати й організовувати власне життя та виконують системоутворюючу функцію в розвитку життєвої компетентності.

Науковці виокремлюють такі групи життєтворчих компетенцій, як:

- життєпізнання – спроможність і готовність людини досліджувати закономірності життя, пізнавати навколишній світ і саму себе;
- життєпередбачення – здатність прогнозувати власну майбутню життєдіяльність, визначати перспективи особистісного розвитку, розглядати можливі варіанти життєвого шляху та оцінювати наслідки їх реалізації;
- життєве самовизначення – готовність самостійно обирати життєві цілі, обґрунтовувати їхню цінність і необхідні ресурси, узгоджувати їх між собою та конкретизувати шляхи досягнення в особистих життєвих планах;
- життєздійснення – здатність утілювати власний життєвий задум у практичну діяльність і повсякденні справи;
- життєорганізація та життєвдосконалення – спроможність упорядковувати власну життєдіяльність, створювати умови для особистісного зростання, саморозвитку й безперервного самовдосконалення [15, с. 199].

Сучасна дослідниця Л. Зубкова пов’язує життєву компетентність студента з наявністю життєтворчих знань, практичних умінь і накопиченого досвіду. На її думку, ця якість виявляється у свідомому та відповідальному ставленні до власного життя, активності в досягненні життєвих цілей, прагненні до самопізнання, розуміння себе, самовдосконалення й саморегуляції в соціальній, професійній і побутовій сферах. Важливими характеристиками дослідниця також визначає готовність особистості самостійно конструювати власний життєвий шлях, вміння долати проблеми в різних сферах життєдіяльності, реалізовувати життя як індивідуальний проєкт і раціонально розподіляти власний час. До цього переліку належать здатність врегульовувати міжособистісні суперечності, критично осмислювати результати власних дій, вміння оцінювати досягнення, розглядати життєві питання, а також відповідально будувати взаємини з іншими людьми в суспільстві [19].

Важливими складниками життєвої компетентності здобувача ЗВО, на нашу думку, є наполегливість і спрямованість на особистісний розвиток та самовдосконалення, послідовне втілення власних життєвих планів, уміння проєктувати свій життєвий шлях, визначати його цілі й смислові орієнтири. Це створює підґрунтя для досягнення очікуваних результатів у самореалізації та свідомого здійснення життєвих задумів.

Вважаємо також важливим у структурі життєвої компетентності здобувачів ЗВО виокремити вміння, пов’язані з конструктивною взаємодією з оточенням, виконанням життєвих і соціальних ролей, усвідомленням ризиків майбутньої професійної діяльності, а також готовністю до розв’язання складних життєвих і професійних ситуацій.

Відповідно до цього, визначення структури життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти передбачає чотири взаємопов’язані складники: мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльнісно-поведінковий і регулятивний. На наше переконання, зазначені складники в сукупності

відображають особистісні якості, знання та практичні вміння, що становлять основу розвитку життєвої компетентності майбутнього фахівця.

Розглянемо детальніше зміст кожної складової життєвої компетентності здобувачів ЗВО більш детально.

Мотиваційно-ціннісна складова життєвої компетентності здобувача охоплює систему усвідомлених ціннісних орієнтирів, мотивів і потреб особистості, які сприяють визначенню власного життєвого проєкту як цілісної системи взаємопов'язаних цілей, завдань, ресурсів, методів і засобів їх досягнення. Ці орієнтири знаходять відображення в життєвих планах людини та створюють підґрунтя для раціонального планування й послідовного втілення життєвих задумів.

Мотиваційні чинники спонукають особистість до пізнання себе, безперервного розвитку й самоосвіти, професійного та особистісного зростання задля реалізації власного потенціалу. Вони також визначають прагнення людини самостійно конструювати життєвий шлях і досягати поставлених цілей шляхом послідовного виконання життєвих завдань.

Ціннісні орієнтації визначають спрямованість особистості на дотримання моральних і соціокультурних засад організації життя. До них належать загальнолюдські цінності (людяність, працьовитість, порядність, чесність), демократичні (рівність, солідарність), соціальні (толерантність, конструктивна взаємодія), культурні (залученість до відповідного культурного середовища), духовні (моральність) і національні (патріотизм, національна гідність). Важливим ціннісним орієнтиром є також визнання життя найвищою цінністю.

Саме ціннісні орієнтири, як переконують науковці, сприяють збереженню внутрішньої цілісності та здатності особистості протистояти життєвим труднощам, усвідомленому характеру її вчинків, формуванню програм і стратегій діяльності, а також упорядкуванню й регулюванню мотиваційної сфери [20].

Когнітивний складник життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти охоплює систему знань, що становить інтелектуальне підґрунтя життєтворчості, зокрема теоретичні уявлення та практичні вміння, необхідні для проєктування й утілення власного життєвого сценарію. Він передбачає розуміння механізмів визначення життєвих цілей, побудови активної життєвої позиції, контролю за досягненням запланованого, пізнання навколишнього світу й самого себе, передбачення можливих подій та раціонального впорядкування життєдіяльності.

Зміст цього складника становлять знання про власну особистість, навколишній світ і закономірності життя, життєва мудрість, норми поведінки та характеристики успішної людини. Важливе місце посідають також уміння застосовувати набуті знання в практичній діяльності, використовувати способи досягнення життєвого успіху, ефективно розподіляти час і організовувати особистий простір, передбачати наслідки власних рішень і вчинків, оцінювати особливості соціальної взаємодії. Це дає змогу особистості заздалегідь оцінювати ймовірні результати власної життєдіяльності та використовувати накопичений життєвий досвід.

Діяльнісно-поведінковий складник життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти охоплює сукупність сформованих умінь, навичок, прийомів і способів діяльності, які необхідні для пізнання власного життя, передбачення його перспектив, планування та ефективного втілення життєвих планів. Він також передбачає здатність виконувати життєві й соціальні ролі, налагоджувати контакт з іншими через відносини з навколишнім середовищем, належно виконувати професійні функції та розвиватися в професійному плані. Важливими характеристиками цього складника є готовність людини організовувати власну життєдіяльність відповідно до визначених життєвих цілей і планів, а також вимог соціуму.

До характеристик цього складника Л. Зубкова додає активність, здатність самостійно ухвалювати рішення, прояв ініціативи у розв’язанні життєвих завдань, соціальну спрямованість, комунікативні вміння,

відкритість до взаємодії, відповідальність, психологічну стійкість, адаптивність, благополуччя. Дослідниця також наголошує на важливості практичних умінь долати життєві труднощі, презентувати себе та результати власної діяльності [19].

Регулятивний складник життєвої компетентності здобувачів ЗВО характеризує спроможність особистості аналізувати власні дії та вчинки, критично оцінювати себе й результати своєї життєдіяльності. Він охоплює наполегливість, цілеспрямованість і самоконтроль у процесі досягнення поставлених цілей та реалізації життєвих планів. Він також передбачає здатність мобілізувати власні ресурси для подолання перешкод, прагнення до особистісного зростання, саморозвитку й удосконалення власних якостей.

Вважаємо, що складники життєвої компетентності здобувачів ЗВО створюють підґрунтя для становлення особистості, розв'язання ними життєвих завдань і самореалізації в особистісній, соціальній та професійній сферах.

Формуванню життєвих компетентностей здобувачів вищої освіти сприяє також їх професійна підготовка. У процесі вивчення навчальних дисциплін широко використовуються інтерактивні методи навчання, а саме: «ЯАкваріум», «Коло ідей», «Навчаючись – вчуся», «Мозковий штурм», «Займи позицію», «Міктофон», які дають можливість, реалізовуючи компетентнісний підхід через різноманітну діяльність здобувачів вищої освіти у проблемних ситуаціях, формувати активні соціально-психологічні вміння та навички.

Здобувачі вищої освіти розуміють, що кожна точка зору має право на існування, а значить вчаться толерантно ставитися до інших, бути гуманними. Також вони навчаються грамотно та цивілізовано вести дискусію, відстоювати власну думку.

Незаперечна доцільність методики «Круглий стіл із гострими кутами», що передбачає обговорення гострих сучпільних і соціальних проблем та

вироблення шляхів їх вирішення, та методики «Незакінчене речення», яка дозволяє скоординувати дії деканату, студентської ради, куратора групи.

Здобувачам вищої освіти проаонується завершити такі речення: «Щодня я збираюся в університет, поспішаю і думаю, що…». «Коли, прийшовши додому, я згадую прожитий день, то…», «Шкода, що в нашому університеті не можна…», «Що я би хотів змінити в закладі освіти …», «Що я можу зробити для поліпшення умов навчання та дозвілля ...» і т.д.

Залежно від обраної спеціальності здобувачі закладів вищої освіти можуть долучатися до громадських ініціатив, брати участь у розв'язанні актуальних проблем територіальної громади, здійснювати волонтерську діяльність та реалізовувати інші суспільно значущі заходи. Це зумовлено тим, що життєва компетентність є складним і багатокомпонентним утворенням, розвиток якого відбувається впродовж усього життя людини. Її становлення розпочинається в сімейному середовищі та міжособистісному спілкуванні, продовжується в процесі соціалізації, накопичення життєвого досвіду й засвоєння ціннісних орієнтирів. Важливу роль у цьому процесі відіграють навчання, виховання та професійна діяльність, завдяки яким особистість опановує необхідні професійні вміння, розширює власні можливості й безперервно розвиває життєву компетентність.

Узагальнюючи особливості формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти, виділяємо також тісний взаємозв'язок життєвого та професійного становлення особистості. Освітній процес у ЗВО забезпечує не лише набуття професійних компетентностей, а й формує здатності застосовувати знання та вміння для розв'язання реальних життєвих ситуацій, планування майбутнього, побудови міжособистісних відносин, управління власними ресурсами, подолання труднощів та адаптації до соціальних змін.

Важливою особливістю є також і практична спрямованість формування життєвої компетентності, яка розвивається не стільки через засвоєння теоретичних відомостей, скільки через набуття власного досвіду самостійної

діяльності, прийняття рішень, розв'язання проблемних і життєвих ситуацій, командної взаємодії, проєктної, громадської, волонтерської та професійно орієнтованої діяльності. Вважаємо, що саме освітній процес ЗВО створює умови для перенесення набутих знань і навичок у практичну площину.

Ще однією особливістю формування життєвої компетентності здобувачів є його суб'єктний характер. Здобувач вищої освіти виступає не пасивним об'єктом педагогічного впливу, а активним суб'єктом власного життєвого та професійного розвитку. Відтак особливого значення набувають самопізнання, самооцінювання, рефлексія, саморегуляція, самомотивація, визначення особистих цілей і відповідальність за результати власної діяльності.

Формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО характеризується інтегративністю, оскільки передбачає взаємопов'язаний розвиток когнітивних, мотиваційно-ціннісних, комунікативних, емоційно-вольових, діяльнісних і рефлексивних якостей особистості. Тому цей процес не може бути зведений лише до формування окремих умінь або реалізації навчальних дисциплін, а потребує комплексного використання можливостей освітньої, наукової та виховної позааудиторної діяльності ЗВО.

Вважаємо, що саме через поєднання професійного та особистісного становлення, поступового переходу до самостійного управління власним життям, практичну спрямованість освітнього процесу, активну суб'єктну позицію здобувача, розвиток здатності до саморегуляції та рефлексії, а також підготовку до відповідального прийняття життєвих і професійних рішень можливе ефективне формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО. Саме ці особливості визначають необхідність створення в закладах вищої освіти освітнього середовища, орієнтованого не лише на професійну підготовку, а й на становлення самостійної, відповідальної, соціально активної та здатної до самореалізації особистості.

Використання сучасних інтерактивних методів навчання також сприяє формуванню життєвих компетентностей здобувачів вищої освіти, а саме:

розширюють кругозір та широту бачення сучасного світу, виховують почуття власної гідності, формують патріотизм, усвідомлення цінності буття людини. Розвиток життєвих компетентностей Здобувачів вищої освіти виступає необхідною умовою їх успішної, гармонійної життєдіяльності [39].

Таким чином, у сучасних умовах зростає формування життєвої компетентності у здобувачів з урахуванням специфіки виховного процесу у закладах вищої освіти, а позааудиторна діяльність є ефективним засобом формування цього особистісного утворення.

РОЗДІЛ 2
ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

2.1. Сучасний стан формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти

Сучасні соціокультурні та освітні трансформації зумовлюють підвищення вимог до здатності особистості ефективно діяти в різноманітних життєвих ситуаціях, приймати обґрунтовані рішення, адаптуватися до змін і відповідально реалізовувати власний потенціал. У цьому контексті особливого значення набуває формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти, оскільки саме період їх професійної підготовки є важливим етапом становлення самостійної, відповідальної та соціально активної особистості.

Вища освіта сьогодні орієнтується не лише на набуття фахових знань і професійних умінь, а й на розвиток здатності здобувачів застосовувати набуті компетентності для розв’язання практичних і життєвих завдань. У зв’язку з цим актуальним є аналіз сучасного стану формування життєвої компетентності студентської молоді, визначення умов і засобів її розвитку в освітньому середовищі закладів вищої освіти.

Тому для з’ясування реального стану сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО нами проведено дослідження серед студентів факультету соціально-психологічної освіти та фізичної культури Уманського національного університету (всього 62 респонденти) та куратори академічних груп.

Для об’єктивного оцінювання рівня сформованості життєвої компетентності використано методи самооцінки студентів, оцінку експертами, комплекс діагностичних методик, тестування та анкетування

серед здобувачів освіти, спостереження за роботою кураторів академічних груп факультету соціально-психологічної освіти та фізичної культури.

У зв'язку з цим, у своїй роботі ми намагалися визначити рівень сформованості життєвої компетентності здобувачів вищої освіти, а також з'ясувати, за яких умов можливе підвищення ревльного рівня досліджуваного нами феномену.

У ході дослідження здобувачам були запропоновані такі запитання: «Що таке життєва компетентність?», «Як Ви приймаєте життєвоважливі рішення?», «Як Ви вважаєте, чи буде Вам потрібна у вашому подальшому житті і професійній діяльності життєва компетентність?», «Чи приділяють увагу викладачі формуванню Вашої життєвої компетентності?».

Результати опитування показали, що студенти поверхово розуміють досліджуване нами поняття і визначають життєву компетентність як «життєвий досвід», «знання життя», «життєву мудрість», «вміння приймати виттєвоважливі рішення», «життєві та професійні знання» тощо.

Відповіді респондентів дали змогу з'ясувати їхнє ставлення до важливості життєвої компетентності при особистісному становленні та майбутній професійній реалізації. Так, 92,2 % опитаних переконані, що її набуття є необхідною умовою успішного життя й професійної діяльності, тоді як 7,8 % студентів не вбачають суттєвого значення цих компетентностей для свого майбутнього.

З'ясовуючи особливості прийняття життєвоважливих рішень, встановлено, що 54,8 % здобувачів вищої освіти покладаються переважно на власні судження. Ще 27,4 % респондентів зазначили, що в таких ситуаціях звертаються по допомогу до батьків, 17,1 % – до друзів і лише 0,7 % – до викладачів. Отримані дані свідчать, що студенти схильні до самостійного ухвалення рішень, однак у складних життєвих обставинах за підтримкою звертаються до різних джерел.

Відповідаючи на запитання щодо уваги викладачів до формування їхньої життєвої компетентності, 54,2 % опитаних повідомили, що не

відчувають достатньої уваги з боку старших. Водночас 45,8 % студентів надали позитивну відповідь. Такий розподіл відповідей передбачає необхідність посилення цілеспрямованої роботи викладачів для розвитку життєвої компетентності майбутніх фахівців.

У ході дослідження студентам також запропонували визначити особистісні якості, які, на їхню думку, найбільше впливають на успішність людини в житті та професійній кар'єрі, а також розподілити їх за ступенем значущості.

Найвагомішими чинниками респонденти вважають активність особистості (77,7 %) і володіння життєвими та професійними знаннями (69,3 %). Високі позиції також посіли здатність до самопізнання й саморозвитку (60,1 %), а також уміння організовувати власну діяльність і контролювати її результати (51,6 %).

Серед інших важливих характеристик студенти визначили комунікабельність і відкритість (56,3 %), а також здатність адекватно реагувати на життєві обставини (47,9 %). Водночас порівняно нижчі показники отримали відповідальність за власні вчинки (33,7 %) і сформованість у них ціннісних орієнтацій (17,5 %).

Вважаємо, що студенти пов'язують свій життєвий і професійний успіх з активністю, наявністю необхідних знань та прагненням до самовдосконалення, а нижчі позиції відповідальності й ціннісних орієнтацій вказують на необхідність посилення уваги до морально-ціннісної складової життєвої компетентності в освітньому процесі.

Для визначення рівня сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО, нами дано характеристику студентів із високим, середній та низьким рівнями сформованості даної якості.

Так, для здобувачів із високим рівнем сформованості життєвої компетентності характерні ґрунтовні знання про власні можливості, потреби, цінності й життєві перспективи, орієнтується в соціальних нормах і вимогах сучасного суспільства. Студенти цієї групи виявляють здатність самостійно

визначати життєві цілі, планувати власну діяльність і приймати відповідальні рішення. Ефективно застосовує наявні знання та досвід для розв’язання освітньо-професійних, міжособистісних і життєвих проблем. У складних та невизначених ситуаціях здобувач здатний адаптувати поведінку, знаходити альтернативні способи дії та конструктивно долати труднощі. Адекватно оцінює результати власної діяльності, здатний аналізувати помилки й використовувати отриманий досвід для подальшого особистісного та професійного розвитку.

Для студентів із середнім рівнем сформованості життєвої компетентності притаманними є достатнє володіння знаннями та уявленнями про власні можливості, життєві цілі, соціальні норми та способи розв’язання життєвих проблем, однак їх застосування не завжди є самостійним. Здобувач здатний визначати цілі та планувати діяльність, проте у складних ситуаціях може потребувати підтримки чи додаткових орієнтирів. Застосовує набуті знання для розв’язання типових життєвих і професійних завдань, але має труднощі під час перенесення набутих способів дії на нові ситуації. Виявляє достатню відповідальність і самостійність, здатний до рефлексії, проте аналіз власних дій, помилок і життєвого досвіду має переважно ситуативний характер.

Здобувачам із низьким рівнем сформованості життєвої компетентності здобувачів властиві фрагментарні уявлення про власні можливості, потреби, цінності та життєві перспективи. Його життєві цілі можуть бути нестійкими та значною мірою залежати від зовнішніх обставин та думки інших людей. Виникають труднощі з плануванням діяльності, прийняттям самостійних і відповідальних рішень та прогнозуванням наслідків власних дій, у ситуаціях невизначеності, конфлікту чи стресу здобувач переважно використовує неефективні способи реагування, може уникати відповідальності, крім того, труднощі й помилки не завжди аналізуються, а отриманий досвід недостатньо використовується для подальшого розвитку.

Аналіз результатів дослідження дає підстави зробити висновок про те, що студенти ЗВО виявили переважно середній та низький рівні сформованості життєвої компетентності. На жаль, лише незначна частина студентів продемонстрували високий рівень досліджуваного феномену. Узагальнені результати дослідження представлено нами у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівні сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО

Рівні	**Здобувачі ЗВО, у %**
Високий	22,4
Середній	52,8
Низький	25,8

Як бачимо з таблиці 2.2, 52,8 % здобувачів знаходяться на середньому рівні, де уявленнями про власні можливості, життєві цілі, соціальні норми та способи розв'язання життєвих проблем та їх застосування не завжди є самостійним; у складних ситуаціях потребує додаткової підтримки; має труднощі під час перенесення набутих способів дії на нові ситуації. Однак виявляє достатню відповідальність і самостійність, здатний до рефлексії тощо.

В той час, 25,8 % респондентів знаходяться на низькому рівні сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО, які мають фрагментарні уявлення про власні можливості, потреби, життєві перспективи, що значною мірою залежать від зовнішніх обставин та думки інших людей.

На превеликий жаль, лише 22,4 % досліджуваних мають високий рівень сформованості досліджуваної нами якості. Вони здатні самостійно визначати життєві цілі, планувати власну діяльність і приймати відповідальні рішення, а у складних ситуаціях здатні адаптовувати поведінку, знаходити альтернативні варіанти подолання труднощів.

Діагностика рівнів сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО передбачала й вивчення нами педагогічного досвіду викладачів (всього опитано 25 осіб).

Для з'ясування рівня обізнаності викладачів щодо змісту основних понять їм було запропоновано визначити пріоритетність компетенцій, які, на їхнє переконання, відіграють провідну роль у становленні життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Результати анкетування засвідчили, що найвищу значущість викладачі надають життєтворчим компетенціям, які передбачають здатність самостійно, усвідомлено й творчо визначати життєві цілі, проєктувати та організовувати власне життя, а також життєздатним компетенціям, що виявляються в умінні розвивати особистісний потенціал і використовувати його для ефективного розв'язання життєвих завдань. До цієї ж групи пріоритетів належить здатність навчатися впродовж життя. Саме ці компетенції 91,7 % опитаних визначили як найважливіші.

Викладачі також наголосили на значущості комунікативних і соціальних компетенцій. Перші охоплюють уміння налагоджувати ефективне спілкування, запобігати конфліктам і конструктивно їх розв'язувати, а також презентувати себе. Соціальні компетенції пов'язані з готовністю особистості брати участь у суспільному житті, виявляти соціальну активність і належно виконувати різноманітні соціальні ролі.

Інформаційні компетенції важливими визнали 74,7 % респондентів. Їхній зміст полягає у здатності орієнтуватися в інформаційному просторі, знаходити, аналізувати, опрацьовувати, застосовувати, зберігати й передавати інформацію. Важливе місце викладачі відвели й професійним компетенціям, які передбачають готовність до трудової діяльності, прагнення підвищувати рівень професійної кваліфікації та опановувати нові напрями професійної діяльності.

Серед інших значущих складників життєвої компетентності було виокремлено сімейно-побутові компетенції. Вони охоплюють практичні

вміння вести домашнє господарство, розуміння сутності й цінності родини, усвідомлення її функцій, а також відповідальності батьків за виховання дітей.

Окреме запитання анкети стосувалося доцільності формування життєвої компетентності у здобувачів закладів вищої освіти. Аналіз відповідей показав, що 80,4 % викладачів підтримують необхідність цілеспрямованої роботи в цьому напрямі. Водночас 19,6 % опитаних не змогли визначити власну позицію щодо порушеного питання.

На запитання «Чи створені, на Ваш погляд, у ЗВО умови для формування життєвої компетентності здобувачів?», переважна більшість науково-педагогічних працівників (62,1 %) дала негативну відповідь, 23 % не змогли дати відповідь, тоді, як решта (14,9 %) переконані, що у ЗВО створені належні умови для формування життєвої компетентності здобувачів.

На запитання «Який рівень Вашої педагогічної майстерності щодо формування у майбутніх вчителів життєвої компетентності» 28,1 % викладачів назвали високий рівень педагогічної майстерності щодо формування у майбутніх вчителів життєвої компетентності, 56,2 % – середній, решта (15,7 %) визначила власний рівень педагогічної майстерності щодо формування життєвої компетентності, як низький.

Отже, встановлено, що більшість викладачів розуміються на понятті «життєва компетентність особистості», впевнені у необхідності приділяти особливу увагу формуванню в майбутніх педагогів життєвої компетентності, але визнають, що власний рівень педагогічної майстерності щодо формування життєвої компетентності як середній і мають потребу покращити знання щодо формування у здобувачів ЗВО життєвої компетентності.

Викладач при формуванні життєвої компетентності здобувачів виступає не лише транслятором знань, а й організатором освітньої взаємодії, консультантом, наставником і фасилітатором особистісного розвитку здобувачів освіти, у визначенні життєвих орієнтирів. Важливим є створення суб’єкт-суб’єктної взаємодії, атмосфери довіри, взаємоповаги та педагогічної

підтримки, що забезпечує активну участь студентів у власному особистісному та професійному становленні, що є основою життєвої компетентності.

Такий стан не задовольняє ні керівництво ЗВО, ні, тим більше, не повинно задовольняти самих здобувачів, на яких покладається відповідальність за власний професійний та особистісний розвиток, здатність адаптуватися до мінливих умов життя, самостійно приймати рішення та ефективно розв'язувати життєві й професійні проблеми. Отримані результати свідчать про необхідність цілеспрямованого формування життєвої компетентності здобувачів вищої освіти в освітньому процесі ЗВО.

Усе вищезазначене дозволяє нам стверджувати, що формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО без організації спеціальної цілеспрямованої роботи відбувається малоефективно. Тому визначені нами рівні сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО стали основою для розробки практичних рекомендацій формування означеного нами феномену.

2.2. Ефективні шляхи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти

Для вирішення завдань дослідження нами розроблені шляхи формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти, які забезпечують їх цілісність у реалізації означеної якості.

Вважаємо, що досягнення ефективності формування життєвої компетентності у здобувачів можливе, насамперед, при створенні у ЗВО життєтворчого середовища як засобу реалізації життєвої компетентності здобувачів та набутті життєвого досвіду при взаємодії зі значущими людьми на даному етапі життя студентів.

Саме тому вбачаємо необхідним представити способи реалізації запропонованих нами шляхів формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО. Впровадження розроблених шляхів формування досліджуваної нами якості передбачає гармонійне поєднання, як аудиторної, так і самостійної та позааудиторної роботи.

Створення у ЗВО життєтворчого середовища як засобу реалізації життєвої компетентності здобувачів здійснювалося шляхом забезпечення в освітньому процесі сприятливих для формування життєтворчості особистості. У цьому процесі варто активно поєднувати традиційні та інноваційні освітні технології, такі як: лекція-бесіда, лекція-дискусія, лекція-консультація, лекція-конференція, лекція із заздалегідь запланованими помилками, аналіз конкретних ситуацій тощо, а також інтерактивні методи – тренінги, навчальні ігри та ін., що сприятимуть формуванню компетентностей життєвого проєктування.

Важливою вважаємо самостійну роботу студентів, метою якої є імітування життєвих і професійних проблем та шляхів їх вирішення, що у реальному житті може забезпечити гарантію життєвого успіху, а також виховну роботу, що спрямована на формування успішної особистості з активною життєвою позицією та духовними ідеалами, яка прагне до самореалізації і усвідомлює власну відповідальність за свої вчинки і їх вплив на оточуючих.

Одним із напрямів формування життєтворчого середовища вважаємо оновлення змісту навчальної дисципліни «Педагогіка» через підсилення життєтворчої складової, оновлення й розробки питань семінарських занять, завдань до практичних робіт та для самостійної роботи, що дасть можливість засвоєння студентами теоретичних знань про життєтворчість, її складові, осмислення здобувачами ЗВО свого призначення як людини і фахівця, усвідомлення необхідності розробки життєвої стратегії, формування відповідального ставлення до свого життя.

Вважаємо також, що формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО потребує попередньої підготовки викладачів. Для визначення ефективних засобів формування у студентів цілісних уявлень про суть та значення життєвої компетентності особистості пропонуємо, насамперед, проведення семінару, на якому викладачі зможуть обговорювати особливості створення життєтворчого середовища, зосереджуючи увагу на таких категоріях, як життєдіяльність, життєпізнання, життєтворчість, життєве самовизначення, життєвий проєкт, життєвий ідеал, життєва компетентність тощо.

Так, під час вивчення дисципліни «Педагогіка» пропонуємо вдосконалити її зміст додаванням таких питань, як «Сучасний вчитель: який він?», «Професіограма вчителя», «Професійна спрямованість педагога: інтерес до професії, педагогічне покликання, професійні наміри тощо», «Самовиховання: суть, умови, етапи, прийоми» тощо.

Цікавими формами організації навчання при формуванні життєвої компетентності здобувачів вважаємо бінарну лекцію «Саморозвиток, самовиховання і самореалізація особистості», яку варто проводити у формі діалогу двох викладачів як представників двох поглядів на питання: з точки зору психології та педагогіки, та лекцію-конференцію «Професія – педагог: плюси та мінуси», пропонуємо як практичне заняття із заздалегідь поставленою проблемою і доповідями здобувачів тривалістю до 7 хвилин.

Кожен виступ повинен бути логічно завершеним, підготовленим в межах запропонованих викладачем питань. Сукупність представленої здобувачами навчальної інформації дозволить в повній мірі висвітлити проблему. В кінці лекції викладач повинен підбити підсумки самостійної роботи і виступів студентів, уточнюючи запропоновану інформацію та сформулювати із допомогою студентів-учасників конференції висновки.

Ще однією ефективною формою організації навчального процесу з дисципліни «Педагогіка» може бути така форма роботи, як міні-лекція проблемного характеру («Життєвий успіх як основа самореалізації

особистості», «Педагогічний обов'язок і відповідальність» та ін.), що передбачає проблемний діалог викладача зі студентами, запитання, міні-завдання, які студенти виконують в ході заняття. Це дає змогу здобувачам збагатитися необхідними знаннями, що відображатимуть окремі аспекти життєвої компетентності, сприятимуть формуванню життєтворчого середовища.

На практичному занятті з дисципліни «Педагогіка» з метою усвідомлення особистих змін у плані особистісного та професійного розвитку проводиться дискусія «Я – професіонал», у ході якої студенти не лише визначають особисті можливості, що можуть допомогти досягти визнання у професії, але й проводять рефлексію: як має бути – як було – як є зараз – над чим слід працювати, що змінити у собі.

Важливим аспектом формування життєвої компетентності майбутнього вчителя є забезпечення студентів знаннями про значення самовдосконалення та самомотивації у життєвій і професійній реалізації особистості. При цьому доцільно акцентувати увагу на тому, що ставлення людини до явищ навколишньої дійсності значною мірою визначається сформованою системою її ціннісних орієнтацій. Цінності реалізуються у різних сферах життєдіяльності особистості, зокрема в навчанні, спілкуванні, професійній діяльності, праці, спорті та дослідницькій діяльності. Відтак педагогічний вплив має бути спрямований на формування у студентів потреби в постійному особистісному й професійному самовдосконаленні, орієнтованому на моральні, професійні та пізнавальні цінності, пов'язані з їхньою майбутньою педагогічною діяльністю.

Крім того, варто залучати студентів до різноманітних позааудиторних виховних заходів, як-от: тренінги з життєвих навичок, зустрічі з відомими людьми «Життєвий досвід», проєктна діяльність, рольові ігри, квести, дебати та публічні виступи тощо.

Так, на годинах куратора варто порушувати теми «Як приймати рішення», «Як долати труднощі», «Ефективне спілкування», «Управління власним часом», де пропонуються для виконання наступні завдання:

1. Скласти портрет людини, яка досягла успіху і реалізувалася у житті, оформити його у вигляді есе;

2. Описати ідеал учителя, ідентифікуючи його з собою;

3. Дати відповідь на питання: «Що входить до поняття «життєтворчість»? Вам запропонували дати інтерв'ю. Чи популяризували б Ви життєтворчі орієнтири серед молоді?».

Ще однією формою формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО є вправа «Мої цінності», в ході якої студенти мають закінчити речення: «Людина має бути…», додавши 6 якостей та проранжувавши їх. Потім студенти працюють у парах і обирають із усього списку знову 6. Продовжуючи таким чином гру, студенти визначають спільні цінності, які б були обраними всіма у групі.

У результаті виконання цієї вправи доходять висновку, що цінності є каталізатором якості власного життя, надають йому сенсу, визначають позитивне та негативне в ньому, усвідомлюючи, що важливим для людини є розвиток системи цінностей, пов'язаної з визначенням сенсу життя.

Досить цікавою є тренінгова вправа «Виміри власного „Я"», яка допомагає зосередитися на самоідентифікації особистості, рефлексії власного «Я». При цьому студентам варто запропонувати закінчити речення «Я – ніби птах, тому що …», «Я можу бути вітром, тому що …», «Я – ковток повітря …», «Я можу бути …» тощо. Після виконання вправи відбувається обговорення.

Студентам задаються наступні питання: Що вас вразило? Які речення не відразу продовжили, а над якими роздумували? Які думки вам близькі?

Для формування життєвої компетентності майбутніх педагогів досить цікавими є вправи, які пропонує науковець Л. Зубкова [20]. Так, метою виконання вправи «Дерево життя», запропонованою дослідницею, є пізнання

себе через створений візуальний образ дерева та планування програми особистісного життєвого зростання. Уявляючи себе деревом життя, студенти дають відповідь на наступні питання:

- Що живить ваші коріння (сім'я, традиції, якості, знання, статус або щось інше)?

- Що є вашим стовбуром, тобто основою у житті (принципи, досвід, якості, риси вдачі тощо) і чому?

- Ваші гілки – це напрями вашого особистісного зростання, цілі, орієнтири. Поміркуйте, наскільки вони виросли і повинні вирости ще. Що потрібно зробити для цього?

- Листя – це ваші емоційні стани і почуття. Якими вони мають бути для реалізації вашого життєвого сценарію? Які плоди ви мрієте виростити?

Після виконання вправи і обговорення результатів викладач надає рекомендації студентам стосовно доцільності самостійно час від часу повертатися до свого дерева, ростити його, тобто повертатися до тих питань, що були поставлені в процесі візуалізації дерева життя, уточнювати відповіді, коригувати свої плани [21, с. 176].

Ще одна вправа «Тематичний життєвий багаж» пропонується авторкою з метою визначення здобувачами пріоритетних напрямів самовдосконалення. Кожен учасник повинен упродовж 5 хвилин подумати і записати 10 найважливіших подій свого життя, 5 найважливіших ролей, 5 найдорожчих людей, 5 вантажів, що бажає скинути, 5 актуальних власних почуттів, 3 сокровенні мрії. Після цього студенти зачитували по одному-два пункти. Інші учасники ставили запитання, потім естафета передавалася наступному.

В обговоренні, що відбувається після виконання вправи, ставляться такі запитання: Чи важко було здійснити впорядкування життєвого багажу? Які у вас виникли думки і почуття після виконання вправи? Які ваші наступні кроки? Які ваші пріоритетні напрями самовдосконалення? [21, с. 177–178].

У процесі створення життєтворчого середовища значну увагу варто приділяти розвитку комунікативних вмінь особистості, здатності до ефективного професійного спілкування, вміння запобігати конфліктам у спілкуванні, які є важливими складовими життєвої компетентності, а також набуттю досвіду соціальної взаємодії та співробітництва.

З метою формування цих якостей здобувачам пропонуються наступні вправи – «Мій портрет очима інших», «Без маски», «Словник невербального спілкування», «Невпевнені, упевнені та агресивні відповіді» тощо, у результаті чого студенти отримують досвід спілкування, можливість удосконалити особисті комунікативні уміння та здібності.

При виконанні вправи «Один день із мого майбутнього» увага зосереджується на формуванні у здобувачів ЗВО усвідомлення життєвих планів та перспектив. Навчання майбутні фахівці повинні розглядати, як сходинку у реалізації одного із аспектів життя, прагнути до формування умінь визначати особисті цілі, формувати життєву перспективу, намагатись впливати на їхній особистий досвід досягнення успіху у будь-якій діяльності та формувати позитивну установку щодо усвідомлення планів, підвищення позитивних емоцій.

Ще одним ефективним шляхом формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО вважаємо організацію позааудиторних виховних заходів із циклу зустрічей з цікавими людьми, які готові поділитися своїм досвідом і здатні відверто відповідати на запитання. Учасником такої зустрічі може стати кожен, хто бажає поглянути на світ очима іншої людини і спробувати зрозуміти його.

На такі кураторські години варто запрошувати успішних у житті і кар’єрі людей, які здатні поділитися своїм життєвим досвідом, шляхом досягнення успіху, передати практичні знання та навички ведення своєї діяльності здобувачам. Завдяки таким зустрічам студенти мають можливість поспілкуватися з тими, з ким у звичайному житті могли б особисто ніколи не

зустрітися – це відомі лікарі, очільники провідних установ, меценати, успішні підприємці, волонтери та ін.

Ще одним дієвим способом формування у здобувачів умінь проєктування свого майбутнього життєвого і професійного шляху є застосування методу «погляд у майбутнє», результатом є готовність до конкурентоспроможності, майбутнього, розуміння варіантів розвитку подій, докладання зусиль та ін.

Саме цей метод, вважають науковці, є активним прогнозом майбутнього, оскільки інструменти його реалізації дозволяють не передбачати проблеми майбутнього, а ставити мету у вигляді бажаного результату та визначати необхідні справжні стани, активізація яких наближує цей результат [42], тобто, метою його є не тільки визначення можливого майбутнього, але й створення бажаного майбутнього, визначення шляхів його досягнення через плани на майбутнє, які є реальними, що обов'язково будуть реалізовані.

При застосуванні методу «погляд у майбутнє» рекомендуємо використовувати лекції-бесіди, де у якості експертів запрошуються відомі науковці ЗВО, які допомагають у складанні студентами «дорожньої карти майбутнього життя».

Встановивши, куди здобувачі хочуть потрапити у майбутньому, студенти можуть рухатися різними «маршрутами» і карта у цьому допоможе коригувати шлях у сучасному динамічному і нестабільному просторі, набути впевненості у своєму майбутньому і стати відповідальним за своє сьогодення шляхом використання спеціальних правил: учасникам пропонується переміститися у своє бажане майбутнє, відповісти на питання, повернутися у теперішній час, проаналізувати відповіді з майбутнього, що є стимулом для самоорганізації тут і зараз свого життя.

Цікавою, як на наш погляд, є методика «різнокольорових окулярів», метою якої було усвідомлення і руйнування стереотипів у повсякденному житті. Маючи набір окулярів різного кольору і форми (рожеві, чорні,

«окуляри-зебра», «окуляри-зірочки», старовинні, підводні, окуляри з товстою лінзою тощо), вчитель у вступному слові зазначає, що окуляри допомагають нам дивитися на світ, але кожен з нас носить й уявні окуляри. «Хтось часто дивиться на світ крізь «рожеві окуляри», і тоді світ набуває рожевих відтінків, хтось надає перевагу чорним окулярам, і тоді від світу віє песимізмом. Хтось дивиться на світ крізь окуляри свого особистого сприйняття і не помічає очевидних речей, а хтось намагається розглядати об'єкти і ситуації з різних сторін. Хтось має окуляри ультрасучасні, щоб не відстати від часу, а хтось віддає перевагу старовинним окулярам в роговій оправі. Смаки у всіх різні, але кожен педагог повинен мати в своєму арсеналі окуляри різноманітних форм, кольорів і призначень і завжди вміти користуватися ними відповідно до ситуації, щоб бачити світ у всіх його відтінках [21].

Потім психолог озвучує групі певну проблему для обговорення і пропонував обрати ті чи інші окуляри. Одягаючи окуляри певного кольору і форми, учасник обговорює проблему відповідно до обраних окулярів. Надівши рожеві окуляри учасник повинен розглядати проблему у «рожевих відтінках», тобто тільки з позитивного боку. Чорні окуляри вимагали бачення проблеми тільки з песимістичного боку. «Окуляри-зебра» змушують їх власника розглядати проблему тільки з вигідного для себе боку без можливості бачити очевидні речі.

«Окуляри-зірочки» символізували інноваційну точку зору, незвичайне, неординарне рішення проблеми, яскраву фантазію. Старовинні окуляри передбачають рішення проблеми вже за наявним шаблоном, еталоном. Підводні окуляри предбачають особисте сприйняття проблеми, навіть ігнорування очевидних речей. Окуляри з товстою лінзою вимагають від власника розгляд проблеми в перебільшеному вигляді. Звичайні окуляри представляють об'єктивну точку зору, передбачають розгляд проблеми з різних сторін.

Після закінчення обговорення відбувається рефлексія, у ході якої учасники доходили висновку, що в певній життєвій ситуації необхідно міняти «уявні окуляри», а не носити постійно одні й ті ж – звичні.

З метою набуття вміння обирати конструктивні шляхи вирішення складних педагогічних ситуацій на заняттях, організованих шкільними психологами було здійснене рольове розігрування конфліктних ситуацій. Проблема пошуку позитивного вирішення таких ситуації, що може виникнути у процесі педагогічного спілкування.

Зазвичай виділяють шість типів поведінки педагога у конфліктній ситуації: репресивні заходи, ігнорування конфлікту, рольовий вплив, стимул до власних змін, з'ясування мотивів та рефлексія. Під час міні-лекції, що передує розігруванню ситуацій, викладачі знайомлять студентів з типовою поведінкою педагога у конфлікті та можливими способами його вирішення, усунення причини, що викликає розбіжності чи невдоволення однієї із сторін.

Процес розігрування ситуацій відбувався наступним чином. Учасники ділилися на «вчителів» і «учнів». «Учителі» виходять з класу, а «учні» отримують завдання у відповідності з ситуацією. Потім «учителі» заходять у клас і відбувається розігрування конфліктної педагогічної ситуації. Для інсценування можна запропонувати, наприклад, такі ситуації:

- ситуація 1. Учень, який систематично спізнюється на перший урок, входить у клас через 15 хвилин після початку уроку, коли учитель уже пояснює новий матеріал;

- ситуація 2. Учитель пояснює новий матеріал. Один з учнів ставить запитання, але відповідь учителя його не задовольняє. Він іронічно посміхається й говорить: «Ви не знаєте елементарних речей зі свого предмету. Мені на ваших уроках нецікаво». Встає й виходить із класу;

- ситуація 3. Учитель заходить до класу, у бачить, що його стілець сильно забруднений крейдою;

- ситуація 4. Учитель пояснює нову тему, в той час учень дістає із сумки кошеня, весь клас сміється, урок зупиняється;

- ситуація 5. Учитель опитує учня біля дошки та помічає, що інший учень, навмисне розгойдується на стільці, привертаючи увагу усього класу. Ще один учень наслідує його приклад.

Після розігрування ситуацій відбується їх розбір, у процесі якого учасники дають відповідь на наступні запитання: «Як Ви відчуваєте себе у цій ролі?», «Які прийоми Ви використали для встановлення контакту?», «Яку мету Ви ставили перед собою, аби вирішити конфліктну ситуацію?», «Чи досягли Ви поставленої мети?», «Як змінилися Ваші відчуття?», «Наскільки запропонована Вам роль відповідає Вашій поведінці в житті?», «Чи можете Ви визначити, завдяки чому вдалося вирішити конфліктну ситуацію?».

До життєвої компетентності окрім іншого, відносяться здатність обирати ефективні способи розв'язання життєвих проблем; знання своїх особистих якостей, своїх переваг і недоліків при розв'язанні життєвих ситуацій; здатність до самовдосконалення та самозмін.

Зважаючи на те, що розвиток життєвої компетентності особистості значною мірою залежить від її «само» (самосвідомості, самовиховання, самоздійснення, самопізнання тощо), особливе значення надавалося формуванню в здобувачів ЗВО навичок рефлексії, навчанню здійснення самоаналізу, самокорекції власного досвіду. Навчання рефлексії створює передумови для розвитку у майбутніх фахівців здібності до бачення свого образу професійного буття, до урахування розмаїття підходів та альтернатив [21].

Для формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО на семінарах, організованих з метою підведення підсумків, варто здійснювати обговорення досвіду, що був отриманий здобувачами під час проходження педагогічної практики.

Керівникам практики варто порушувати питання існування стереотипів у професійній діяльності, можливих ризиків для фізичного і психічного

здоров’я людини, питання необхідності вмінь вирішення конфліктних ситуації у процесі такої діяльності.

Так, зі студентами може бути проведена дискусія «Існуючі стереотипи: помічники чи вороги?». Студенти обговорюють ситуації, у яких стереотипи можуть допомогти, а у яких призвести до помилок. Також пропонується проведення бесіди «Професійне зростання вчителя», де варто розглянути питання виявлення особистісних і професійних утруднень в педагогічній діяльності; розвитку професійно педагогічної культури вчителя, розвитку професіоналізму вчителя та запобігання його професійному вигоранню; особливості професійного зростання і забезпечення успішності професійної діяльності вчителя.

У ході семінару здобувачам з метою підвищення самооцінки, сприяння формуванню ситуації успіху, позитивної концепції «Я – професіонал» пропонується ряд завдань. Так, вправа «Професійне «Я» в променях сонця» (автор Л. Зубкова [21, с. 188–189]) передбачає наступні дії студентів: на окремому аркуші намалювати сонце, як це роблять діти, в колі написати своє ім’я та представити себе як професіонала. Біля кожного променя необхідно написати щось схвальне про себе з професійної точки зору. Якості могли бути як позитивними, так і негативними, але завдання полягало в тому, щоб написати про себе якомога краще.

Вправа «Шукаємо секрет» покликана сприяти усвідомленню й переживанню власного професійного «Я», пошуку в собі прихованих можливостей через опанування ситуацій, які давали можливість поглянути на себе з боку. Студенти ділилися на дві команди, одна показувала вчителя з негативними особистісними якостями, а інша – з позитивними. Далі проводилося обговорення таких питань: «Які негативні якості було найскладніше показувати?», «Які переживання при цьому у Вас виникали?», «Як Ви вважаєте, як почуватимуть себе учні поряд із таким учителем?», «Які позитивні якості описувати найприємніше?», «Як Ви вважаєте, як почуваються учні з хорошим вчителем?».

Досить цікавою є вправа «Повчання іншим», яку студенти розігрують між собою. Завданням вправи є складання короткої промови, яка б переконала іншого учасника групи, що він зможе впоратися із завданням та досягти успіху. У процесі виконання вправи, застосовується метод мозкового штурму «Що означає поняття «професіоналізм»?», при якому відбувається обговорення суті поняття «професіоналізм педагога очима студента». Для цього кожен пише слово «професіоналізм» та до кожної літери даного слова добирає поняття (для прикладу, п – працелюбний; р – розумний; о – оптиміст; ф – фанат своєї справи; е – енергійний; с – самодостатній; і – інтелектуал; о – організатор; н – науковець; а – активний; л – любить дітей).

Ще одним ефективним способом у формуванні життєвої компетентності є складання портрету успішного й неуспішного вчителя.

Виконання цього завдання сприяє розвитку у здобувачів уявлення про вплив успішності й неуспішності на власне професійне зростання, самопочуття, взаємини з іншими, розвиває потребу в здійсненні успішної діяльності. Програвання ситуації досягнення професійного успіху, «входження» в образ успішного фахівця, тимчасове привнесення у свій внутрішній світ емоцій і переживань, стимулює прагнення до успішності у професійній діяльності і загалом у житті.

Вважаємо, що ознайомлення студентів із різними ситуаціями, що можуть виникнути під час здійснення їхньої професійної діяльності, набуття знань і вмінь студентів у сфері здоров'язбереження, розвиток їх життєстійкості, вмінь саморегуляції для попередження професійного вигоряння, сприятиме усвідомленню майбутніми фахівцями ризиків і стереотипів у професійній діяльності.

Підсумовуючи, слід наголосити, що запропоновані нами шляхи сприятимуть формуванню життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти та позитивно впливатимуть на їхній особистісний розвиток. Водночас лише за умови врахування визначених нами чинників можна забезпечити належний рівень сформованості досліджуваної якості.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу наукової психолого-педагогічної літератури з'ясовано, що в сучасних соціально-економічних умовах актуальною залишається проблема формування життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти.

Адже перед системою вищої освіти постає завдання підготовки фахівців, здатних мислити сучасними категоріями, яким притаманні активність, почуття обов'язку, стійка моральна позиція та які здатні діяти у напрямі збереження і примноження гуманістичних цінностей та ідеалів, розширювати рамки професійної діяльності, що можливо лише за умови формування високого рівня моральної відповідальності у здобувачів, як майбутніх фахівців.

Нами обґрунтовано, що життєва компетентність є інтегрованою характеристикою особистості, яка виявляється у здатності людини ефективно орієнтуватися в різноманітних життєвих ситуаціях, самостійно приймати обґрунтовані рішення, розв'язувати проблеми, взаємодіяти з іншими, адаптуватися до змін та відповідально здійснювати життєвий вибір. Формування життєвої компетентності є тривалим процесом особистісного розвитку, що охоплює не лише засвоєння знань, а й набуття практичного досвіду, розвиток умінь, ціннісних орієнтацій, відповідальності та здатності до саморозвитку.

Нами також уточнено сутність поняття «формування життєвої компетентності здобувачів ЗВО» як цілеспрямований і безперервний процес розвитку в студентів сукупності знань, умінь, навичок, цінностей, особистісних якостей і способів поведінки, необхідних для ефективного самовизначення, самореалізації, прийняття відповідальних рішень, подолання життєвих труднощів та успішної взаємодії з соціальним і професійним середовищем.

З’ясовано, що студентський вік є важливим періодом становлення життєвої позиції особистості, професійного самовизначення, розвитку самостійності та відповідальності за власне майбутнє. Саме в цей період актуалізується потреба у формуванні здатності планувати своє життя, визначати пріоритети, здійснювати професійний і особистісний вибір, будувати конструктивні міжособистісні відносини, долати труднощі та використовувати власні ресурси для досягнення поставлених цілей.

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури визначено комплекс взаємопов’язаних чинників: особистісні потреби, характер сімейного виховання, соціальне середовище, освітнє середовище закладу вищої освіти, зміст професійної підготовки, міжособистісна взаємодія, практичний досвід та можливості для самореалізації. Важливе значення має створення в закладі вищої освіти середовища, у якому студент може набувати досвіду самостійного вибору, відповідальності, співпраці та розв’язання практичних життєвих завдань. Визначено рівні сформованості життєвої компетентності здобувачів закладів вищої освіти: низький, середній, високий.

Нами здійснено аналіз рівнів сформованості життєвої компетентності здобувачів ЗВО й встановлено, що студенти мають переважно середній (55,8 %) та низький рівні (25,8 %) сформованості означеного феномену за певних досліджуваних ознак, зокрема, наявність несистематизованих знань та уявлення про власні можливості, потреби, життєві перспективи, що значною мірою залежать від зовнішніх обставин та думки інших людей та ін., при цьому виявляють достатню відповідальність і самостійність, здатність до рефлексії тощо. На жаль, тільки 22,4 % досліджуваних мають високий рівень сформованості життєвої компетентності.

Встановлено, що більшість (51,2 %) кураторів академічних груп ЗВО відчувають значні утруднення під час здійснення процесу формування життєвої компетентності у студентів, робота в цьому напрямі має переважно епізодичний характер; частина (31,2 %) кураторів відчувають невпевненість

при виборі ефективних форм і методів формування життєвої компетентності студентів; можливості позааудиторної діяльності використовуються недостатньо.

З метою підвищення рівня сформованості життєвої компетентності здобувачів вищої освіти нами розроблено шляхи, які забезпечують цілісність сформованості необхідної якості, а саме: створення у ЗВО життєтворчого середовища через активне поєднання традиційних та інноваційних освітніх технології, таких як: лекція-бесіда, лекція-дискусія, лекція-консультація, лекція-конференція, лекція із заздалегідь запланованими помилками, аналіз конкретних ситуацій тощо, а також інтерактивні методи – дискусія «Я – професіонал», тренінги з життєвих навичок «Виміри власного „Я”», зустрічі з відомими людьми «Життєвий досвід», проєктна діяльність, рольові ігри, квести, дебати, публічні виступи, годинах куратора «Як приймати рішення», «Як долати труднощі», «Ефективне спілкування», «Управління власним часом» та ін.

Отже, запропоновані нами шляхи формування життєвої компетентності здобувачів вищої освіти можуть відчутно впливати на їх розвиток, однак тільки при врахуванні передбачених чинників, можна забезпечити належний рівень сформованості досліджуваної нами якості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акопян В. Г. Культура життєтворчості особистості: проблема визначення Гілея: науковий вісник. Київ: Видавництво ВГО УАН, 2010. Випуск 32. С. 192–198.

2. Андрєєв А., Андрєєва О. Науковий туризм як інструмент формування життєвої компетентності здобувачів освіти під час виконання інноваційних STEM-проєктів. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки* : зб. наук. пр. Бердянськ : БДПУ, 2025. Вип. 2. С. 9–21.
URI: https://dspace.bdpu.org.ua/handle/123456789/5383

3. Баханов К. О., Нищета В. А. Життєтворчі проекти в навчанні історії України : посібник для вчителів. Харків: Основа, 2008. 109 с.

4. Безлюдний Р. О. Виховні технології розвитку життєвої компетентності підлітків з особливими потребами в США: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. Умань, 2012. 238 с.

5. Бібік Н. М. Компетентність у навчанні. *Енциклопедія освіти* / гол. ред. В. Г. Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. С. 408.

6. Богданова Н. Культура життєтворчості особистості. *Філософсько-світоглядний аналіз:* наукове видання. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. 302 с.

7. Бойко А. І. Феномен і впровадження технології життєтворчості. *Гілея:* науковий вісник. 2013. № 72. С. 432–437.

8. Бордюк В. М. Формування життєтворчих цінностей старшокласників у навчально-виховному процесі педагогічного ліцею: автореф. дис. … канд. пед. наук: 13.00.07. Луганськ, 2009. 21 с.

9. Бреславець Н. О. Основні фактори формування компетентності життєвого проектування у студентів ВНЗ. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика.* № 4 (45). 2011. С. 3–10.

10. Вища освіта: Типи навчальних закладів. Національний інформаційний центр академічної мобільності ENIC UKRAINE.
URL: http://enic.in.ua/index.php/ua/systema-osvity/vyshcha-osvita/typy-vnz

11. Войцях Т. В., Щербина А. Ю. Технології формування життєвої компетентності вихованців закладів освіти інтернатного типу як шлях підготовки їх до самостійного життя.
URL:
http://static.klasnaocinka.com.ua/uploads/editor/9195/542478/sitepage_92/files/scherbina.pdf

12. Горностай П. Життєва компетентність в умовах обмеженості життєвого світу. URL: http://gorn.kiev.ua/publ14.htm

13. Демчук О. О. Детермінанти життєвої компетентності як механізми розвитку особистості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету. Серія Психологія*. 2010. Вип.37. С. 93–99.

14. Єрмаков І. Педагогіка життєтворчості: орієнтири для XXI століття. URL: http://library.rehab.org.ua/ukrainian/logop/erm

15. Єрмаков І. Г., Пузіков Д. О. Життєвий проект особистості: від теорії до практики: практико зорієнтований посібник. Київ: Освіта України, 2007. 212 с.

16. Життєва компетентність особистості: науково-методичний посібник / За ред. Л. В. Сохань, І. Г. Сохань, Г. М. Несен. Київ: Богдана, 2003. 520 с.

17. Життєва компетентність особистості: від теорії до практики: науково-методичний посібник / за ред. І. Г. Єрмакова. Запоріжжя : Центріон, 2005. 640 с.

18. Зарицька В. В. Формування у старшокласників здатності до самореалізації: дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Харків, 2006. 21 с.

19. Зубкова Л. М. Визначення структурних компонентів життєвої компетентності студентів класичних університетів. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти:* зб. наук. праць. Слов'янськ:

ДВНЗ Донбаський державний педагогічний університет, 2016. Вип. 4. С. 98–105.

20. Зубкова Л. М. Визначення сутності поняття «життєва компетентність» та її основних функцій. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія. Педагогічні науки:* зб.наук.праць. Дніпро, 2016. Вип. 2 (12). С. 24–30.

21. Зубкова Л. М. Формування життєвої компетентності майбутніх учителів у процесі професійної підготовки в класичному університеті: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Харків. 2017. 328 с.

22. Кавецький В. Є. Формування життєвої компетентності особистості здобувача освіти в умовах воєнного стану. *Наукові проєкти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ.* 2022. С. 38–40.
URL: https://nauksgf.wunu.edu.ua/index.php/npsgf/article/view/105

23. Канішевська Л. В. Науково-методологічні основи формування життєвої компетентності вихованців інтернатних закладів. *Формування життєвої компетентності вихованців у закладах інтернатного типу:* наук. метод. посіб. Київ: Педагогічна думка, 2007. С. 5–36.

24. Куделько З. Б., Логвінов І. І. Концепт life-skills у матриці компетентностей здобувача вищої освіти. *Імідж сучасного педагога***.** 2024. №2 (215). С. 74–78.
URL: https://isp.pano.pl.ua/article/view/301150?utm_source=chatgpt.com

25. Курлянд З. Н. Професійна усталеність вчителя – основа його педагогічної майстерності: навч. посіб. Одеса: Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського, 1995. 160 с.

26. Корнєва А. Життєстійкість як феномен сучасної психології: поняття, структура, функції. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2024. № 4 (65). С. 31–34.
URL:
https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/4550?utm_source=chatgpt.com

27. Крамаренко К. Життєтворчисть як біографія особистості *Молодіжний науковий вісник УАБС НБУ, Серія: Соціально-гуманітарні науки.* Суми: УАБС НБУ, 2014. № 3. С. 101–109.

28. Крючкова Ю. В. Життєтворчість особистості як прояв самоактуалізації з огляду побудови нею картини світу. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ: Логос, 2007. Том 7, Вип. 10. С.192–199.

29. Кряжев П. В. Пошуки стратегії розвитку сучасного університету – зарубіжний досвід. *Наукові записки Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Серія: Психолого-педагогічні науки*. 2005. № 4. С. 162–165.

30. Лисогор Л. Життєва компетентність як умова самореалізації особистості. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи.* Вип. 47. 2013. С. 143–147.

31. Любченко О. В. Проєктна діяльність як засіб формування життєвої компетентності студентів технічних ЗВО. *Вісник Сковородинівської академії молодих учених* : зб. наук. пр. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; за заг. ред. Ю. Д. Бойчука. Харків, 2026. Вип. № 1. С. 123–131. URL: https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/23175

32. Ляшенко В. І. Життєва компетентність дітей з обмеженими можливостями здоров'я. *Вересень: науково-методичний, інформаційно освітній журнал.* Миколаїв, 2004. Вип. 1–2. С. 97–102.

33. Максименко С. Д. Теоретичні проблеми само здійснення особистості. *Проблеми сучасної психології:* зб. наук. праць Кам'янець Подільського нац. ун-ту ім. І. Огієнка. Кам'янець Подільський: Аксіома, 2009. Вип. 5. С.4–13.

34. Нечипоренко В. В. Організація моніторингу рівня сформованості життєвої компетентності учнів навчально-реабілітаційного центру. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах:* зб. наук. праць. 2013. Вип. 30 (83). С. 475–483.

35. Нищета В. А. Життєва компетентність особистості : [до питання створення функціональної моделі]. *Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки* : [зб. наук. пр.] ; редкол. : Т. І. Сущенко (голов. ред.) та ін. Запоріжжя, 2008. Вип. 51. С. 257–264.

36. Павлютенков Є. М. Орієнтуватися на життєву компетентність людини. *Школа життєтворчості особистості:* науково-методичний збірник. Київ: ІСДО, 2005. 480 с.

37. Папу В. О. Программа курсу «Крок за кроком до життєвої компетентності й успіху» (для учнів 10–11 класів). *Управління школою*. 2005. № 5. С. 18–24.

38. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. / З. Н. Курлянд та ін. Київ: Знання, 2007. 495 с.

39. Подлєсна Г. В. Формування життєвих компетентностей здобувачів вищої освіти як аспекту забезпечення якості освіти: матеріали 51-ї науково-методичної конференції викладачів і аспірантів *«Вища освіта: проблеми і шляхи забезпечення якості у контексті сучасних трансформацій»*. Полтава : ПДАА, 2020. 186 с. (С. 159–163). URL:https://www.pdau.edu.ua/sites/default/files/node/9729/materialyzbirnyk2020.pdf?utm_source=chatgpt.com

40. Пометун О. І. Дискусія українських педагогів навколо питань запровадження компетентнісного підходу в українській освіті. *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи*. Київ: К.І.С., 2004. С. 66–72.

41. Пустовіт Н. А. Життєва компетентність. Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук. України; гол. ред. В. Г. Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. 285 с.

42. Резван О. О. Формування професійно-рефлексивної позиції майбутніх фахівців автомобільно-дорожньої галузі: монографія. Харків: Точка, 2014. 400 с.

43. Родигіна І. В. Компетентнісно-орієнтований підхід до навчання. Харьків: Основа, 2008. 112 с.

44. Савченко О. В. Проблема визначення поняття «компетентність». *Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології:* матеріали І Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (18 трав. 2015 р.) / за заг. ред. Л.В. Засєкіної, А.В. Кульчицької. Луцьк: Вежа-Друк, 2014. С. 121–125.

45. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія. Київ: Академвидав, 2006. 280 с.

46. Савчук Л., Бартків О. Життєва компетентність молодших школярів: сутнісно-структурний аналіз. *Молодь і ринок.* № 3(122), 2015. С. 106–109.

47. Сас О. О. Формування життєвої компетентності дітей 6–7-річного віку в ігровій діяльності. *Педагогічний дискурс*. 2013. Вип. 14. С. 402–405.

48. Сохань Л. В., Злобіна О. Г., Шульга М. О. Психологія і педагогіка життєтворчості. Київ: Логос, 1996. 791 с.

49. Соціально-психологічні особливості самореалізації особистості в сучасному суспільстві: монографія / за ред. В.Й. Бочелюка. Запоріжжя: КПУ, 2019. 280 с.

50. Степаненко М. Д. Життєва компетентність особистості: концептуальні засади та соціальні виміри: авт. дис…. канд. філос. наук : 09.00.03. Харків, 2006. 21 с.

51. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2005. 376 с.

52. Тараненко І. Розвиток життєвої компетентності та соціальної інтеграції: досвід Європейських країн. *Кроки до компетентності та інтеграції в суспільстві*. Київ: Контекст, 2000. 333 с.

53. Тюльпа Т. М. Соціокультурне середовище вищого педагогічного навчального закладу як умова успішної соціалізації студентської молоді. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Серія: Психолого-педагогічні науки*. 2012. № 3. С. 45–48.

54. Фальова О. Є. Психологічні проблеми та кризи в розвитку особистості студента. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 2008. № 7. С. 138–141.

55. Федорик В. В. Саморегуляція поведінки здобувачів вищої освіти в умовах війни як важлива складова життєвої компетентності: *матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Формування життєвої компетентності особистості в освітньому, психологічному, соціокультурному вимірах»* (30 листопада 2022 року). Бердянськ, 2022. С. 75–78.

56. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2014. 250 с.

57. Фіцула М. М. Педагогіка вищої школи: навчальний посібник. Київ: Академія. 2006. 456 с.

58. Циба В. Життєва компетентність у соціальній психології: до визначення поняття. *Кроки до творчості*. Київ, 2018. 209 с.

59. Чепелєва Н. Розуміння та інтерпретація життєвого досвіду як чинник розвитку особистості: монографія. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. 276 с.

60. Чиханцова О., Сердюк Л. Особистісні ресурси та їх вплив на життєстійкість особистості. *Проблеми сучасної психології.* 2023. № 62. С. 23–43. URL: https://problemps.kpnu.edu.ua/article/view/292899

61. Чорний І. П. Соціальний досвід як результат і передумова розвитку життєвих сил людини. Чернівці: Рута, 2009. 220 с.

62. Ящук І. П. Формування життєвої компетентності старшокласників загальноосвітніх шкіл України: дис.… канд пед. наук 13.00.07 / Ін-т пробл. виховання АПН України. Київ, 2001. 215 с.

63. Maddi S. R., Brow M., Khoshaba D. M., Vaitkus M. The relationship of hardiness and religiosity in depression and anger. *Consulting Psychology Journal.* 2014. Vol. 58. Pp.148–161.

ДОДАТКИ

Додаток А

Адаптована анкета для визначення рівня усвідомлення здобувачами ЗВО сутності життєвої компетентності

(автор Л. Зубкова)

Шановний студенте! Просимо Вас відповісти на запитання анкети. Якщо до запитання дано варіанти відповідей, то підкресліть ті з них, що найбільш відбивають Вашу думку.

Інструкція: прочитайте запитання, позначте відповідь, що вам підходить найбільше.

1. Як Ви розумієте сутність поняття «життєва компетентність особистості»? _____

2. Ви приймаєте життєво важливі рішення:

а) виключно самостійно;

б) за допомогою батьків;

в) за допомогою друзів;

в) за допомогою викладачів;

г) ваш варіант _____

3.Чи згодні ви з висловлюванням «Кожна людина – коваль свого щастя?» а) так; б) ні.

4. Чи буде Вам потрібна у вашому подальшому житті і професійній діяльності життєва компетентність?

а) так;

б) ні.

5. Чи приділяють увагу викладачі Вашій підготовці до соціальної взаємодії?

а) так; б) ні.

6. Проранжуйте в порядку зниження значущості (1 – найважливіше, 2 – менш важливе і т. ін.) якості, що, на Вашу думку, найбільшою мірою сприяють успішності у житті та кар’єрі людини:

- активність особистості;
- наявність життєвих та професійних знань;
- здатність адекватно реагувати на обставини життя;
- відповідальність за свої вчинки;
- здатність до самопізнання, саморозвитку;
- комунікабельність, відкритість;
- здатність до самоорганізації, самоконтролю;
- ціннісні орієнтації.