

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНЬОГО
ПСИХОЛОГА**

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти магістр

Спеціальності 053 Психологія

Освітньо-професійної програми «Психологія»

Євген РОТАЄНКО

Керівник: д. психол. н., професор Ігор ПОПОВИЧ

Рецензент: к. психол. н., доцентка Наталія
ТАВРОВЕЦЬКА

Херсон – 2020

[Введіть текст]

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ АНАЛІЗУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	7
1.1. Поняття Я-концепція: теоретико-концептуальне підґрунтя, структура, функції.....	7
1.2. Структурно-функціональне аналізування професійної Я-концепції особистості	21
РОЗДІЛ 2. ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	30
2.1. Змістовні параметри та психологічні характеристики професійної Я-концепції майбутнього психолога.....	30
2.2. Особливості формування професійної Я-концепції на стадії здобуття фахової освіти	33
2.3. Чинники формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога	38
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	44
3.1. Методика емпіричного дослідження, особливості вибірки та загальна процедура.....	59
3.2. Кількісне та якісне аналізування психологічних змістовних параметрів професійної Я-концепції майбутнього психолога.....	

3.3. Методичні рекомендації щодо формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога	68
ВИСНОВКИ	82
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	84
ДОДАТКИ	90

ВСТУП

Актуальність дослідження. Основним видом активності дорослої людини є її діяльність, яка реалізується у професійно-спрямованій праці. Безпосередньо ж трудова діяльність людини знаходить втілення у професії – багатомірному явищі, що висуває відносно особистості низку вимог, у вигляді спеціальних знань, вмінь та навичок, які здобуваються в процесі освіти. Центральним конструктом становлення особистості як фахівця, а також подальшої професійної самоідентифікації – є професійна Я-концепція. Актуальність дослідження феномену професійної Я-концепції обумовлена, з одного боку – її визначним положенням у розумінні механізмів виникнення, формування та еволюції особистості, яка реалізує себе у професії. З іншого ж – багатовекторністю інтерпретацій самого поняття Я-концепції, та її утворюючих детермінант. Останнім часом з'являється все більше наукових робіт, присвячених вивченню професійної Я-концепції (М.Г. Синчуріна, Л.В. Лідак, О.С. Погрібна, А.О. Жданович, О.М. Рікель, І.С. Попович, Т.Л. Григорьєва 2001, Шнайдер Л.Б. та ін.). Деякі автори вдавалися до спроб відшукування системоутворюючого фактору та подальшої інтеграції, на його підставі, усіх характеристик досліджуваного феномену в єдину структуру (О.М. Рікель, С.Т. Джанерьян, та ін.). Такий підхід носить дуже важливий методологічний характер. Проте досліджувати професійну Я-концепцію з її складною структурою, семантичною системою, та функціями, поза психологічною площиною конкретного виду діяльності, з особливостями впливу професії на афективну сферу особистості, її (професії) соціокультурного значення та інших визначних факторів, виявляється, в певній мірі, не можливим.

Значимість звернення до проблеми формування професійної Я-концепції фахівців з психології обумовлена кількома причинами. По перше це пов'язано із високим попитом сучасного суспільства на застосування

спеціального психологічного знання, в різних його сферах. Цей факт підтверджує зростання кількості факультетів психології у закладах вищої освіти, основним призначенням яких є підготовка конкурентоспроможних та кваліфікованих психологів. Проте така популярність має і зворотну сторону у вигляді зниження якості освітніх послуг, що надаються більшістю вишів. Психологія трансформується у своєрідний «тренд». Чисельні низькоякісні комерційні проекти пропонують до опанування споживачеві-не психологу примітивні арсенали маніпулятивних технік і прийомів, видаючи їх за наукове надбання психології. Відсутність належного державного регулювання в зазначеній сфері, проковує хаотичне розмноження таких коучів, мотиваторів, лекторів, тренерів та інших здичавілих «практиків», шляхом придбання відповідних сертифікатів або дипломів, та безперешкодного доступу до психічної безпеки населення. По друге, професія є сферою задоволення усієї ієрархії потреб особистості, від базових до найвищих. При цьому унікальність праці, як суспільного явища, полягає в тому, що вона і є основною нагальною потребою людини. Формування конгруентної, обраному напряму діяльності професійної Я-концепції, дає відповідь на зазначене питання та здатне забезпечити розкриття особистісного потенціалу спеціаліста у галузі психології, його самореалізацію у творчій праці та задоволення усього спектру людських потреб. По третє позитивно сформована професійна Я-концепція майбутнього психолога, формування якої започатковується саме на етапі здобуття спеціалізованої освіти, органічно пов'язана з такими процесами як професійний розвиток, глибина оволодіння фахом, професійна адаптація, тощо.

Мета: Теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити чинники формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога.

Об'єкт дослідження: професійна Я-концепція майбутнього психолога.

Предмет дослідження: формування професійної Я-концепції майбутнього психолога.

Методи дослідження. Для реалізації мети та завдань роботи використано комплекс методів дослідження: теоретичне аналізування наукових джерел; методи інтерпретації та узагальнення результатів теоретичних, емпіричних досліджень професійної Я-концепції майбутнього психолога;

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз Я-концепції особистості, з'ясувати психологічні змістові параметри, функції досліджуваного феномену та обґрунтувати їх.

2. Провести структурно-функціональне аналізування професійної Я-концепції майбутнього психолога.

3. Визначити змістовні параметри та психологічні характеристики професійної Я-концепції майбутнього психолога, з урахуванням особливостей її формування на стадії здобуття фахової освіти.

4. Теоретично дослідити чинники формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога.

5. Здійснити кількісне та якісне аналізування психологічних змістових параметрів професійної Я-концепції майбутнього психолога.

6. Розробити методичні рекомендації щодо формування професійної Я-концепції майбутнього психолога.

Наукова новизна полягає в розкритті змістовних параметрів та психологічних характеристик професійної Я-концепції майбутнього психолога, особливостей її формування на стадії здобуття спеціалізованої освіти. Визначені факторів, що мають вплив на формування позитивної професійної Я-концепції майбутніх психологів.

Практичне значення отриманих результатів: робота може бути використана для подальшого, більш поглибленого і розгалуженого вивчення професійної Я-концепції майбутніх психологів, дослідження чинників, які впливають на її позитивне формування. Запропоновані методичні рекомендації можуть бути використані як методичний матеріал для

педагогів та психологів, з метою позитивного впливу на продуктивну корекцію професійної Я-концепції майбутніх фахівців не тільки в сфері психології.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри загальної та соціальної психології ХДУ (2019 – 2020 і 2020 – 2021 н. р.), представлені у одній статті збірки матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 14 травня 2020 р.).

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел, що містить 67 найменувань. Повний обсяг роботи складає 90 сторінки, з них основного тексту – 83 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ АНАЛІЗУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Поняття Я-концепція: теоретико-концептуальне підґрунтя, структура, функції

Феномен «Я» постає центральною проблемою в усіх відомих теоріях особистості, над яким не втихають запеклі філософські, соціологічні та психологічні дискусії, збільшуючи простір його пізнання та водночас стикаючись з новою проблематикою. Філософська думка стосовно істинного Я сягає ще у часи Античності. І.С. Кон зазначав, що на відміну від філософії, яка сягає на розкриття самої природи людського «Я», психологія прагне членувати проблему, та досліджувати окремі її складові [25]. Багатовекторність диференціації «Я» породило безліч ґрунтовних вузькоспрямованих досліджень, зосереджуючись на тому чи іншому предметному компоненті цього феномену. Аналіз літератури показує, що категорію «Я» досліджували представники абсолютно усіх психологічних напрямів, соціологічних шкіл та філософських течій, утворивши безмежний теоретичний пласт досліджень, пов'язаних із нею проблематики. Тому ми вважаємо за доцільне сфокусувати теоретичний огляд основних підходів досліджень, лише на тих, які в подальшому стали теоретико-концептуальним підґрунтям психології Я-концепції в цілому:

1. Я-концепція У. Джемса
2. Психодинамічний підхід (психоаналіз, Я-психологія) (А. Адлер, Е. Берн, Г. Салліван, З. Фрейд, К. Хорні, Е. Еріксон, К. Юнг)
3. Інтеракціоністський підхід (Д.М. Болдуин, В Вундт, Ч. Кулі, Д.Мід, М. Розенберг)
4. Когнітивний підхід (Д. Бем, Л.Фістінгер, А. Бандура, Ж. Піаже)

5. Гуманістичний підхід (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл).

Одним із перших, хто почав досліджувати Я-концепцію в її системному вимірі, був американський вчений-фундаменталіст У. Джемс, вказуючи на подвійність функціонування самосвідомості, її усвідомлювану (I) та усвідомлюючу (Me) частини, які знаходяться у безперервній взаємодії. У. Джемс пояснює, що мова йде не про відокремлені утворення, а про різні сторони функціонування глобального, особистісного Я (Self). Отже своєрідною формулою У. Джемса є: Я (Self) = Я (I)-усвідомлюване + Я (Me)-як об'єкт. У самому широкому сенсі особистість У. Джемс розумів як загальну сукупність всього того, з чим індивід асоціює чи ототожнює себе, або може назвати своїм, від майна до власної репутації. Розуміючи особистість в такому ракурсі У. Джемс вдається до аналізу її частин, виокремлюючи наступні складові: складові елементи особистості; почуття емоцій, що викликаються цими складовими (самооцінка); вчинків, які викликаються елементами особистості (дбання про себе, самозбереження).

У свою чергу складові елементи особистості У. Джемс поділяє на три, як він сам виразився, класи:

1. Фізична особистість
2. Соціальна особистість
3. Духовна особистість

Під фізичною особистістю вчений розуміє уявлення про тілесну організацію особистості. Крім того до фізичного Я, У. Джемс відносить: одяг – як невід'ємний атрибут тілесного «Я», сім'ю (батька, матір, дружину дітей) – як найближчу частину нас самих і врешті будинок (Home) – який символізує домашнє вогнище.

Соціальна особистість, по У. Джемсу полягає у визнанні особистості значимими для неї групами. Психологічну автономність соціального Я, У. Джемс ілюструє яскравим прикладом, щодо приватної особи, яка може без докорів сумління залишити заражене холерою місто та лікаря або

священника, для яких така поведінка є неприйнятною, навіть у разі смертельної небезпеки. Найбільш об'ємною, проте найменш дослідженою У. Джемс представляє духовне Я, як синтез суб'єктивних моральних, філософських, ціннісних, релігійних установок особистості. Центром або ядром нашого Я, по У. Джемс вважає почуття внутрішньої, душевної активності.

Самооцінка розглядається У. Джемсом у вигляді полярних площин: самозадоволеності та незадоволеності собою. Самолюбство він відносить до окремої, третьої площини, наділяючи даний феномен більше поведінковим, аніж почуттєвим змістом.

Деякі сучасні автори відносять вчення У. Джемса до інтеракціоністського підходу психології Я-концепції. На нашу думку така позиція є не зовсім коректною, з огляду на фундаментальність його теорії. Саме такий теоретичний концепт, в аспекті диференціації єдиного, цілісного Я (self) на дві водночас функціонуючі частини: емпіричне «Я» («Я» - як об'єкт пізнання) і чисте «Я» («Я» - як суб'єкт пізнання) став відправною точкою більшості теорій «Я».

Подальше дослідження «Я»-феномену, пов'язано із формуванням та розвитком психодинамічного підходу.

Основним ім'ям зазначеного напряму беззаперечно є ім'я засновника революційної психоаналітичної теорії З. Фрейда, основною передумовою якої є розділення психіки на свідоме та несвідоме. «Я» по Фрейду, представляє собою певну психічну інстанцію, яка здійснює контроль над усіма процесами людської психіки. З. Фрейд вважав, що «Я» виконує інтегративну функцію роботи «душевного апарату» та регулює процес свідомої активності. [50]. «Я», Фрейд пов'язує із свідомістю, проте зазначає, що «Я» містить і несвідомий елемент.

Послідовник З. Фрейда, та водночас його затятий науковий опонент К. Юнг, досліджує складний архетип самості, який наділяє психічним змістом колективного несвідомого. Саме зазначеному архетипу К. Юнг визначає

центральне місце у функціонуванні психічної діяльності людини, підпорядковуючи йому, описаний Фрейдом феномен «Я» (Его), який К. Юнг розуміє як комплекс із яким співвідноситься весь зміст свідомого. Самість по К. Юнгу забезпечує цілісність, повноту людського потенціалу, та єдинство особистості, водночас виконуючи інтегративну функцію свідомого і несвідомого. Джерелом самості К. Юнг вважав глибинний неусвідомлений досвід існування людства [54].

В подальшому психоаналітична концепція отримала розвиток у роботах Е. Еріксона, який на відміну від З. Фрейда, здебільшого досліджував психічну енергію несвідомого та інстинктивних потягів «Воно» (ІД). Е. Еріксон фокусував наукову увагу на формуванні свідомого «Я» (ЕГО) у соціокультурному контексті, висунувши власні концепції такі як «Психосоціальна концепція особистості», «Ідентифікації особистості» та інші. Вчений пропонував аналізувати «Я» (ЕГО), з позиції его-ідентичності індивіда, у співвідношенні із актуальними історичними змінами його дитинства, юності та дорослості [19]. Подальші доктрини розвитку особистості класиків психоаналітичного напрямку, таких як Е. Фромм, К. Хорні, та інших, формувались у суспільно-культурному ракурсі. А. Адлер стверджував: «Індивідуальне стає індивідуальним лише у соціальному контексті» [1].

На початку ХХ століття Я-концепція стає предметом вивчення соціологів, та згодом виокремлюється в так званий інтеракціоністський підхід, представники якого, такі як Ч.Х. Кулі, Дж. Мід вбачають функціонування та розвиток «Я», виключно у соціальній взаємодії. Вони визнають та приймають за основу градацію Я по У. Джемсу. Ч. Х. Кулі надавав ключове значення зворотнім реакціям, які індивід отримував від інших людей, як основному джерелу інформації про власне Я. Вчений вважав, що суб'єктивно-інтерпритоване уявлення індивіда на його оцінювання іншими, має вагомий вплив на формування Я-концепції. Згодом ці погляди лягли в основу його теорії «Дзеркального Я» [27]. Дж. Мід

пропонує розглядати людину, як соціальний об'єкт – носія соціальної поведінки. «Ме», тобто Я, як об'єкт, він представляє у якості реакції людини на соціальну стимуляцію. «Ме» є носієм досвіду, суб'єктивних переживань та внутрішнього діалогу, як ключової інтеракції. «І» Дж. Мід, наділяє трансцендентним змістом. «І» (Я, як суб'єкт) залишається за межами сфери безпосереднього досвіду, та не може бути усвідомлене як Я. Дж. Мід вперше вводить поняття «генералізований інший», під яким розуміє загальноприйняті стандарти та норми соціальної поведінки певної групи, які в подальшому формують у них індивідуальний Я-образ [34]. В подальшому представники символічного інтеракціонізму продовжили дослідження проблематики зазначених теорій.

Когнітивний підхід у вивченні Я-психології представлений трьома основними теоріями. Теорія самосприйняття Д. Бема – являє собою концепцію пізнання, згідно якої особистість пізнає себе не засобами самоаналізу, а шляхом спостереження за власною поведінкою та діяльністю в цілому. При цьому індивід оперує тим самим понятійним апаратом, який усвідомлює при аналізі поведінки інших людей [7]. Л. Фестингер представив свою теорію когнітивного дисонансу, яка пояснює концепцію зміни когніцій, як засобу усунення смислових конфліктів. В основі теорії лежить прагнення людини до взаємопов'язаного та впорядкованого сприйняття світу (консонансу). Виходами із дисонансу автор вважає переінтерпретацію, а також спосіб зміни уявлень. Третьою ключовою працею на пряму є соціально-когнітивною теорія А. Бандури, яка через функціональну схожість набула «необіхевіористського» забарвлення. Сама теорія являє собою складну дослідницьку парадигму соціального-когнітивного наочіння. Велика кількість наукових концептів, висунутих в рамках зазначеної теорії, таких як кодування (категоризація людей, подій, ситуацій), очікування (відносно самоефективності, та наслідків таких дій), саморегуляторні системи та планування (здатність ставити цілі, та рухатись до їх реалізації) становлять особливий інтерес, дотично проблематики Я-концепції. Запропоноване

автором поняття «самоефективності» мислиться як конструкт, співвідносний з системами очікувань та переконань людини у її успішності при виконанні тих чи інших завдань [4]. Такі ідеї набули подальшого розвитку та були сформовані у окрему «теорію самоефективності».

Гуманістичний підхід психології Я-концепції представлений трьома основними напрямками.

Перший – собистісно-орієнтований підхід найчастіше ідентифікується з ім'ям Карла Роджерса. Я-концепція є центральним, пояснюючим конструктом його теорії особистості. Завдяки такій головуючій позиції феномену концепції «Я», його теорія отримала альтернативну назву «теорія Я». Як представник гуманістичної школи психології, вихідним положенням розуміння людської природи, К. Роджерс вважав притаманність людини із народження позитивних якостей, та прагнення до самоактуалізації [42]. Саме тому в якості генеральної мети клієнтцентованої терапії, К. Роджерс визначав встановлення особливого типу «допомагаючих» відносин між терапевтом та клієнтом, а також створення відповідної психологічної атмосфери за яких власне і відбувається реалізація тенденції до самоактуалізації, шляхом її вивільнення із стану потенційного та набуття актуального значення [43]. К. Роджерс зауважує, що такі зміни можливі лише за умови позитивних змін в системі «Я-концепції», яка разом із структурою «Я» уявлялась ним, як набір усвідомлених сприйняття.

Засновником гуманістичного напрямку прийнято вважати Абрахама Маслоу, який проаналізував спільні характеристики та запропонував концепцію самоактуалізованої особистості [33]. Відмінними рисами такої особистості є:

- **Ефективне сприйняття реальності та комфортні взаємовідносини з нею.** Під таким сприйняттям автор розуміє здатність розпізнавати приховану сутність явищ, яка залишається недоступною для більшості людей.

- **Центрування на проблемі.** По Маслоу таке зміщення локусу уваги відбувається завдяки низькому рівню інтроспекції, що дозволяє зосередити увагу на зовнішніх задачах.
- **Схильність до усамітнення.** Така схильність іноді межує з потребою, яку самоактуалізовані люди використовують для відсторонення від ситуації, та можливості поглянути на неї зі сторони.
- **Автономія,** як «відносна незалежність від фізичного та соціального оточення». (197). Маслоу зазначає: «У зв'язку з пріоритетом мотивації до особистісного зростання, а не до усунення недоліків, ці люди не потребують задоволення своїх потреб у зовнішньому оточенні, наприклад в інших людях, предметах культури. Їх зростання та особистісний розвиток, переважно залежать від власного потенціалу та прихованих ресурсів».
- **Свіжість сприйняття.** Здатність до відвертого переживання простих речей та явищ. А. Маслоу відмічає певну епізодичність та спонтанність таких переживань.
- **Містичні та вищі переживання.** Йдеться про стан захвату, який «іноді буває настільки потужним, пронизливим та всеохоплюючим, що його можна назвати містичним переживанням». При цьому А. Маслоу наголошує на цілком природне походження цього явища, яке можна дослідити науковими методами та пропонує більш нейтральне визначення «вищі переживання».
- **Суспільне почуття або почуття людської спорідненості.** Така характеристика самоактуалізованої людини відображає почуття глибокої ідентифікації з людством та повного ототожнення з ним. В діяльній площині таке почуття має вираз у прагненні нести користь людству.

- **Скромність та повага у міжособистісних стосунках.** Схильність до прояву розуміння доброти і толерантності майже до усіх індивідів, демократичність поглядів.
- **Етика.** Самоактуалізовану особистість характеризує наявність визначених моральних стандартів та етичних правил. У зв'язку з цим їм не притаманні докори сумління або моральні страждання.
- **Засоби і цілі.** При цілковитій орієнтованості на ціль, самоактуалізована людина отримує задоволення від самого процесу, тобто від засобів її досягнення.
- **Філософське почуття гумору.** Самоактуалізовані люди знаходять смішною сатиру, спрямовану на людство, як таке. Зокрема людської порочності, спроб звеличення, хибного уявлення про своє становище у Всесвіті. Беручи до уваги глибоке ототожнення такої особистості із людством їх гумор є нічим іншим як жартування над собою. Такий гумор, втім не містить елементу мазохізму, та інших проявів позбавлених гідності.
- **Креативність.** Риса притаманна особі з народження, яка втрачається у процесі соціалізації. Креативність, яку автор наділяє такими складовими як оригінальність, винахідливість, здатність до творчості стає доступною самоактуалізованій людині здебільшого завдяки наступній характеристиці.
- **Протистояння впливу культурних норм.** Такий супротив мислиться автором, як своєрідний баланс культурною адаптацією та певною автономністю від негативного культурального впливу.
- **Недосконалість.** А. Маслоу, вважає що особистість позбавлена вад та недоліків, настільки неприродна, що не може бути прикладом до наслідування.

- **Цінності** самоактуалізованої людини, по А. Маслоу полягають у філософському сприйнятті дійсності, та відношенні до життя. Гармонії у біологічній, соціальній та фізичній реальностях.
- **Вирішення протиріч.** У своїх дослідженнях А. Маслоу доходить висновку, що в більшості дихотомій, таких як думки – почуття, інстинкт – логіка та інших відсутні протиріччя, оскільки вони у синтезі спрямовують самоактуалізовану людину до мети.

Представлені характеристики психологічно ідентифікуються з позитивно сформованою Я-концепцією особистості.

Представники екзистенціального напрямку виокремлюють розуміння «Я», в трансцендентну тріаду тілесного, психічного та ноетичного (духовного), протиставляючи психофізичним детермінантам. таким як генетика соціальне виховання тощо.

Отже представники різних напрямів визначають поняття Я-концепції по різному. Більш того, відмінність трактувань зазначеного поняття можна спостерігати навіть всередині однієї школи чи напрямку. Так психоаналітична школа зосереджена на органічному поєднанні в межах Я-концепції біологічних факторів та складових соціокультурного оточення. Соціокультурний аспект, в свою чергу, є ключовим концептом в теоріях символічного інтеракціонізму. Для гуманістичного напрямку поняття Я-концепції є центральним конструктом в психології особистості. Проте деякі дослідники гуманістичної школи визначають Я-концепцію, як систему установок індивіда на самого себе (Р. Бернс). Інші представляють Я-концепцію як фундаментальну детермінанту поведінки та розвитку особистості (К. Роджерс, А. Маслоу) .

Такі відмінності наукових поглядів демонструють багатовекторність та полікомпонентність структури Я-концепції, що виключає її однорівневе описання. Традиційна структура Я-концепції, яка містить когнітивний, афективний, оціночний та мотиваційний компоненти, відображає систему

інтеракцій індивіда з оточуючим середовищем, ступенем реалізації яких є: Я-реальне, Я-ідеальне, Я-фантастичне, Я-динамічне. Відображення в рамках Я-концепції уявлень про себе у часовому просторі, містить такі складові, як: Я-минуле, Я-теперішнє, Я-майбутнє, які забезпечують аналіз та асиміляцію досвіду, об'єктивне визначення себе в теперішньому та антиципацію майбутнього.

М.Г. Синчуріна робить спробу систематизувати наявні описання Я-концепції, та виділяє наступні види її складових: [48]

- Компоненти Я-концепції
- Модальності Я-концепції
- Рівні або аспекти Я-концепції
- Часові складові Я-концепції

Розглядаючи Я-концепцію, як сукупність установок індивіда, спрямованих на себе (Р. Бернс), то на підставі функціонування принципу інтерактивної системи, виділяють в ній такі компоненти.

1. *Когнітивний компонент* – «образ Я», який містить весь загал уявлень про себе (когніції, думки, переконання, тощо). Р. Бернс зазначав, що формування «образу Я» залежить від існуючої у індивіда системи самосприйняття, та може засновуватися на підставі об'єктивного знання або суб'єктивної думки, істинних або хибних уявлень про себе [5].
2. *Емоційно-ціннісний (оціночний) компонент* – когнітивна сфера людини спонукає виникненню у індивіда емоційного відношення до себе, або окремих сторін власної особистості, а також формуванню оціночного змісту різних характеристик Я-концепції, іншими словами системи самооцінок.
3. *Поведінковий компонент* – виражає когнітивний та оціночний компоненти в поведінці.

В багатьох психологічних словниках (військово-психологічний словник-довідник, акмеологічний словник), автори вдаються до диференціації емоційно-ціннісного компоненту на емоційний (самоповага, самолюбство, самоприниження, гордість) та оціночно-вольовий (прагнення підвищити самооцінку, здобуття поваги, самоствердження у своїй професії). На нашу думку Я-концепція особистості являє собою цілісну структуру і всі її компоненти мають лише номінальну самостійність, через тісний та безперервний взаємозв'язок.

Втім когнітивісти, в рамках зазначеного принципу інтерактивної системи, виділяють ще й психофізіологічний компонент проте в рамках досліджуваної тематики достатньо лише зазначити наявність позитивної кореляції соматичної складової із когнітивною, афективною та поведінковою компонентами Я-концепції [8].

Виходячи із змісту глобального розуміння Я-концепції, як системи установок особистості на себе, прийнято виділяти наступні модальності таких установок:

Реальне Я – система установок пов'язаних із самосприйняттям індивіда в теперішньому часі. Мова йде про систему сприйняття та усвідомлення індивідом своїх особистісних якостей та властивостей, власних здібностей та навичок, набутого досвіду, соціальних ролей та статусу – актуальних на тепер.

Дзеркальне Я – установки пов'язані із відображенням у свідомості людини, інформації щодо її сприйняття іншими людьми, зокрема групами так званих «значимих інших». Відмічається, що такі групи генералізованих інших можуть бути як цілком реальними, так і гіпотетичними. В ході такої взаємодії людина формує власну систему критеріїв самооцінювання, із розвитком якої, людина все більше вдається до порівняння себе з іншими індивідами [8]. Цей феномен, отримав назву «соціальне порівняння» та був описаний в однойменній теорії Л. Фестінгера. В.А. Янчук формулюючи зміст принципу соціального порівняння, зазначає що в ході формування

індивідом уявлення про себе, він порівнює себе принаймні у двох площинах. По-перше, з позиції порівняння власного минулого з теперішнім, домагань із досягнутими результатами, а по-друге – конкретного порівняння з іншими людьми.

Ідеальне Я – є уявною картиною бажаного Я-образу. Це той набір особистісних рис, якостей та характеристик, які усвідомлюються індивідом, як бажані або необхідні. У соціальній площині – це ті ролі і статуси, які воліє реалізовувати людина. На думку І.С. Поповича, саме ідеальний образ Я, виступає джерелом соціальних та особистісних очікувань індивіда, як складної системи, яка має ключовий вплив на перспективні лінії та стратегію життя в цілому. Проте автор переконливо демонструє взаємозв'язок системи соціальних очікувань, рішуче з усіма компонентами та складовими Я-концепції особистості [37-39]. Уявлення людини про ідеал можуть набувати дивергентного значення відносно реального самосприйняття, або не співпадати з ним взагалі. За таких умов розбіжності між Я реальним та Я ідеальним можуть виступати сприятливим ґрунтом для виникнення стану фрустрації, тривожних та депресивних розладів, через недоступність ідеалу.

Рівні, або аспекти Я-концепції мисляться як параметр, який залежить від поля взаємодії людини з реальністю. Найбільш розповсюдженою є класична тріада: людина – індивід – особистість. Іншими словами активність дорослої людини функціонує на наступних рівнях:

1. Фізичний рівень. На цьому рівні активність реалізується в площині «організм – середовище». Спонукальною силою цього рівня є фізіологічні, або базові потреби функціонування фізичного Я.
2. Соціальний рівень. Рівень соціального індивіда вбирає у себе всю багатовекторність соціальних ідентичностей. Від статевої належності та вікової групи до більш складних утворень, таких як соціальні ролі та статуси, тощо. Іншими словами це вся сфера

взаємодії з іншими людьми та соціальними групами, мотивація належності до яких і є рушійною силою соціального Я.

3. Рівень особистості. Є рівнем інтеграції людини знань про себе, усвідомлення своєї унікальності, рефлексії на основі безперервного порівняння себе з іншими людьми.

М.Г. Сенчуріна зауважує на тому, що перші два рівні визначаються більшістю авторів та не викликають протиріч, на відміну від особистісного аспекту, який різні дослідники розглядали як духовне, матеріальне, розумове, емоційне та екзистенціальне Я. Авторка логічно та обґрунтовано робить акцент на виокремленні трьох рівнів Я-концепції: фізичного, соціального та особистісного, включаючи до останнього духовний, матеріальний, розумовий, емоційний та екзистенціальний аспекти. Проте чи так все однозначно з рівнем соціальним? О.М. Леонт'єв вважав в певній мірі неможливим дослідження розвитку та перетворення особистості поза площиною складної ієрархії її діяльностей. Така ієрархія за О.М. Леонт'євим і складає ядро особистості [28].

Складна система діяльностей особистості, не може зводитись до рівня звичайної соціальної взаємодії, або розглядатися лише як плато задоволення потреб, адже діяльність, особливо в її професійному вимірі є сферою трансформації реальності: її творення і руйнування, вдосконалення або регресу, масштабованих суспільством та навіть людством. Констатуючи положення про соціальну природу особистості, можна стверджувати що вона не здатна діяти «офлайн», виключно на одному із рівнів, що свідчить про певну органічну єдність структури. Проте, якщо ми вдаємося до відокремленого дослідження аспектів конструкту, як відносно автономних об'єктів, ми необхідно диференціюємо четвертий – **ДІЯЛЬНІСНИЙ** рівень/асpekt Я-концепції.

Найменш суперечливими є часові складові Я-концепції. За аналогією з часовим простором виділяють Я-теперішнє (або дійсне), Я-майбутнє та Я-минуле. Так актуальне (теперішнє) Я – визначає позицію самосприйняття

індивіда у даний момент. В теперішньому індивід будує плани, ставить цілі, в нього породжуються амбіції та домагання відносно майбутнього, яке настає незалежно від його волі, та образу ідеального Я. Врешті Я минуле – це уявний образ індивіда, відносно того яким він був. Я теперішнє логічно ідентифікується з реальним Я, тоді як бажаний образ ідеального Я співвідноситься з Я майбутнім.

Я-концепція є складним психологічним утворенням особистості із багатокомпонентною структурою. Кожна складова Я-концепції наділена певним функціоналом. Р. Бернс виділяє тріаду основних функцій Я-концепції:

1. Забезпечення внутрішньої узгодженості особистості. Отриманий індивідом досвід, який відповідає його уявленням про себе, успішно асимілюється до Я-концепції. Якщо такий досвід суперечить системі уявлень індивіда, Я-концепція спрацьовує як захисний механізм та відкидає такий досвід. Саме на такій неможливості узгодженості суперечливих Я-образів заснована теорія когнітивного дисонансу Л. Фістінгера.
2. Інтерпретація досвіду. Йдеться про тенденцію формування індивідуальних схем інтерпретації тих чи інших подій, на підставі уявлень та переконань про себе. Представники когнітивно-поведінкового напрямку виділяють три рівні таких переконань: негативні автоматичні думки (НАД), дисфункційні припущення (ДП) та глибинні переконання (ГП) [8]. Початковий рівень, вперше описаний А. Беком, являє собою негативно забарвлені оцінки чи інтерпретації подій або ситуацій. Є найбільш доступними до усвідомлення, та їх ідентифікація не викликає труднощів. Наступний рівень - дисфункційні припущення, є менш очевидними проте також доступними до вербалізації. Є більш узагальненими ніж НАДи, тому й менш усвідомлюваними. Глибинні переконання засвоюються у ранньому дитинстві, та сприймаються індивідом як правила життя.

Здебільшого вони не усвідомлені, та важче піддаються корекції. Базовий когнітивний принцип влучно ілюструє взаємозв'язок події, її інтерпретації та емоційної реакції на її основі.

3. Сукупність очікувань. Р. Бернс виокремлює два напрямки функціонування системи очікувань індивіда. По-перше це його дії в конкретній ситуації, а по друге інтерпретація дій інших людей.

Підсумовуючи розгляд теоретичних засад слід зазначити, що Я-концепція є результатом особистісного розвитку людини. Як система розвивається в процесі самоактуалізації, на основі позитивного відношення до себе.

1.2. Структурно-функціональне аналізування професійної Я-концепції особистості

А. Адлер ставить діяльнісний аспект, одним із трьох основних завдань існування людини, поряд із життям у суспільстві та питанням любові та шлюбу [1]. Інший сучасний автор М.Є. Літвак доповнює запропоновані визначним американським вченим Е. Берном, три параметри визначення характеру, такі як «Я» - відношення до себе, «ВИ» - відношення до близьких, «ВОНИ» - відношення до суспільства в цілому – четвертим параметром - «ПРАЦЯ», підкреслюючи визначальне положення зазначеної характеристики [30]. С.Л. Рубінштейн зазначав, що «Основним історично первинним видом людської діяльності є праця. Своєрідні, відмінні від праці, але пов'язані з нею та похідні від неї види діяльності є гра і вчення». [45 с.126]. Вчений зазначав, що праця є основним шляхом формування особистості. Г. Сельє ставить потребу людини у праці в один ряд з її основними потребами такими як їжа, сон, тощо [46]. Значення професійної діяльності для процесу самоактуалізації особистості, та для її гармонійного існування важко переоцінити. Центральним конструктом, який детермінує професійний розвиток спеціаліста, успішність та глибину оволодіння фахом, а також

процес професійної адаптації особистості – є професійна Я-концепція. Наукові уявлення, у порівнянні з базовим конструктом, різняться не так контрастно, оскільки професійна Я-концепція є більш пізнім утворенням, та набуває конкретних форм функціонування виключно у зв'язку з професійною діяльністю людини.

Першим поняття професійної Я-концепції у науковий обіг вводить Д. Сьюпер, визначаючи під ним сукупність характеристик сприйняття, усвідомлюваних індивідом, як професійно-релевантних [59].

На підставі аналізу таких форм реалізації дійсності, як реальний вплив, інтенції, констатація та емоційні відношення, К.В. Прокоп'єва визначає професійну Я-концепцію як сукупність уявлень індивіда про себе в різних відносинах, які мають вираз у тому що він вміє, хоче, думає, хоче або відчуває. Беручи до уваги, що професійна Я-концепція відображає широкий життєвий контекст, актуалізований фахівцем у зв'язку з його професійною діяльністю, авторка пропонує наступні варіації співвідношення професійної та загальної Я-концепцій:

1. Людина «ширша» за професію. Система відносин особистості виходить за межі професійної діяльності.
2. Людина дорівнює професії. Загальна Я-концепція локалізується її приватною формою професійною Я-концепцією. Відбувається повна ідентифікація особистості зі своєю професійною роллю.
3. Людина вужча за професію. Її загальна та професійна Я-концепції містять лише окремі сторони професії [17].

А.А. Реан відносить професійну Я-концепцію до приватного виду загальної Я-концепції, та визначає її як уявлення особистості про себе, як професіонала [41].

С.Т. Джанер'ян, розглядає професійну Я-концепцію, в якості системи, пов'язаних з оцінкою індивіда уявлень про себе, як суб'єкта професійної діяльності, а також як особистості. Професійна Я-концепція має за призначення реалізацію певних змістовних відношень людини до професії,

забезпечуючи таким чином власне функціонування, розвиток та самореалізацію в професії. Системоутворюючим чинником професійної Я-концепції, авторка вбачає саме змістовний аспект відношення особистості до професії [17]. Таку позицію приймає О.М. Рікель, проте вдається до жорсткого відмежування загальної Я-концепції, у її зв'язку з професійною діяльністю, від значно звуженої професійної Я-концепції, яка стосується суто і лише професійної праці.

Дослідниця Е. Ф. Ібрагімова, на противагу позиції О. М. Рікеля, зазначає, що суть розширення професійної Я-концепції полягає у скороченні дистанціювання між професійною та особистісною сферами життєдіяльності особи, шляхом інтеграції професійної Я-концепції в більш широкий життєвий контекст [22]. Розглядати професійну Я-концепцію, як спеціальний суб'єкт Я-концепції загальної, в інший спосіб ніж у співвідношенні видового та родового понять – ми вважаємо безплідною комбінаторикою.

Близьким до нашої позиції є визначення М.Г. Сенчуріної, яка на підставі інтегративного підходу, розглядає професійну Я-концепцію, як багаторівневу мультіфункціональну систему, що розвивається, пов'язану із самооцінкою уявлень людини про себе, як особистість та професіонала, про сприйняття себе оточуючими; що відповідає за зв'язок цих уявлень в часовому просторі, та регулює її професійну кар'єру, відношення з професійним співтовариством, та забезпечує професійну ідентичність. По перше таке визначення не виключає особистісну компоненту, без якої професіонал, фахівець, спеціаліст, трансформується у ефемерний суб'єкт праці. З огляду на низку особистісно-орієнтованих фахів, до числа яких входить і професія психолога, подібна психологічна роботизація видається ірреальною. По друге таке формулювання професійної Я-концепції, містить всі ознаки, які входять до базисного утворення – загальної Я-концепції, що виключає логічне протиріччя.

Навіть поверхневий аналізу наведених формулювань професійної Я-концепції, ілюструє відсутність різких різнопарадигмальних або

взаємовиключних тлумачень. В такому ракурсі, наукова увага авторів, в залежності від досліджуваної тематики, зосереджена на різних складових професійної Я-концепції.

Подібну картину можна спостерігати і при описанні власне структури професійної Я-концепції. Більшість авторів уникає лінійної проєкції багатокomпонентної структури загальної Я-концепції, на її специфічну форму Я-концепцію професійну.

Так А.О. Реан, описуючи структуру професійної Я-концепції, розглядає лише її модальності (реальне та ідеальне Я). Водночас автор, в якості найважливішого елемента визначає професійну самооцінку, вписуючи її в структуру професійної Я-концепції, в якості певного позаблокового конструктору [41].

О.М. Рікель пропонує трьохкомпонентну структуру професійної Я-концепції, виділяючи в ній когнітивний, афективний та поведінковий компоненти [44]. Його градацію приймають за основу більшість авторів, які дотичні досліджуваної проблематики.

А.О. Жданович розглядає суто змістовні параметри, такі як Я-належне, Я-ідеальне та Я-актуальне [20].

Така змістовна ампутація розгалуженої структури Я-концепції, до компонентної тріади або модальної дихотомії, видається нам почасти контрпродуктивною. На нашу думку раціональним є розгляд професійної Я-концепції в повному обсязі структури первинного комплексу – базової Я-концепції, з тією лише різницею що будучи приватною формою, професійна Я-концепція стосується особистості лише в якості суб'єкта професійної діяльності.

Отже найбільш дослідженими в структурі професійної Я-концепції є її компоненти: когнітивний, афективний та поведінковий.

В.І. Оседло та В.Ф. Вінтоняк в якості когнітивного компоненту професійної Я-концепції визначають професійний Я-образ [35].

А.О. Рікель зміст когнітивного компоненту вбачає в уявленнях індивіда відносно:

- своїх професійно-релевантних якостей
- кар'єрних орієнтацій
- кар'єри та праці
- професійної затребуваності, в контексті її усвідомлення.

Крім того, до когнітивного компоненту дослідник додає і суто практичний аспект – професійну самоефективність [44].

Важливим елементом когнітивної орієнтації індивіда є рівень особистісного (суб'єктивного) контролю, який зазвичай корелюється з поняттями відповідальності або беспорядності [20]. Локус контролю набуває особливого значення в умовах професійної діяльності. Від його спрямованості на власні зусилля, професійний та життєвий досвід, вольові та інші особистісні якості, або навпаки деструктивної зумовленості зовнішніми обставинами, безпосередньо залежить здатність фахівця до прийняття значимих рішень, усвідомлення відповідальності за них, вибору стратегії розвитку або поточної лінії поведінки, ефективного планування та цілепокладання, тощо.

Отже під когнітивний компонентом ми розуміємо весь зміст уявлень особистості про себе, як професіонала, власну професійну самоефективність, кар'єрні установки та локус контролю. Уявлення ми розглядаємо, як всю розгалужену систему когніцій людини, її сприйняття, думки, переконання, мислення в усіх його формах про себе, як суб'єкта професійної діяльності. Це весь усвідомлений пласт, доступний індивіду для обробки інформації.

Самоефективність, на думку автора терміну А. Бандури, має безпосередній вплив на мотивацію особистості та рівень зусиль, що докладаються при виконанні завдань [4].

В якості структурного елементу професійної Я-концепції, кар'єрні установки визначаються, як уявлення щодо своїх здібностей, якостей,

мотивів та потреб, у контексті відношення до професійного зростання [47, 35].

Емоційна сфера професійної Я-концепції особистості має певну посередницьку позицію. Активуючись когнітивним комплексом, вона водночас передує реальній професійній поведінці.

Під емоцією ми розуміємо психічний процес відображення відношення людини до себе та світу [15]. Емоції являють собою суб'єктивну форму виразу потреб, спонукаючи та спрямовуючи діяльність по їх задоволенню та виражають оціночні відносини до окремих умов на мотиваційному рівні [31].

До емоційного компоненту А.О. Рікель відносить такі психологічні категорії:

- Загальна самооцінка
- Професійна самооцінка
- Професійна затребуваність, в контексті її відчуття.

Реан А.О., розглядаючи професійну Я-концепцію, як утворення, яке детермінує професійну успішність особистості, виділяє в ній такі аспекти:

1. Операційно-діяльнісний аспект професійної самооцінки – оцінювання себе, як суб'єкта професійної діяльності, свого професійного рівня (вмінь та навичок), та рівня компетентності (системи знань).
2. Особистісний аспект професійної самооцінки – передбачає оцінку власних особистісних якостей у зв'язку з ідеальним образом професійного Я.

При цьому операційно-діяльнісний та особистісний аспекти не обов'язково є узгодженими між собою, що звісно впливає на позитивний розвиток особистості.

Крім того, автор пропонує до розгляду структуру професійної самооцінки, яка містить наступні компоненти:

1. Самооцінка результату – оцінка досягнутого, відображає задоволеність/незадоволеність результатом.

2. Самооцінка потенціалу – пов'язана з оцінкою власних професійних можливостей та відображає впевненість/непевненість у своїх силах.

Диференціювання професійної Я-концепції є дуже важливим у прикладному сенсі, оскільки дозволяє працювати як з окремими її елементами, так і з їх комбінаціями. Отже емоційний компонент ми розглядаємо, як систему професійних самооцінок.

Важливою властивістю професійної самооцінки є те, що вона надає векторної спрямованості всьому процесу саморегуляції професійного розвитку особистості [47].

Поведінковий компонент професійної Я-концепції, виражає когнітивну та емоційно-оціночну складові в реальній професійній поведінці особистості.

В.Д. Острова вважає, що структура та специфіка ставлень особистості до власного “Я”, має регулятивний та детермінуючий вплив, на всі поведінкові акти особистості [36].

А. Бандура окрім особистісних та поведінкових складових виділяє зовнішні детермінанти, а психологічне функціонування людини вбачає у їх безперервній, рецепрочній взаємодії. Так покращення у поведінковому функціонуванні викликають позитивні трансформації на поведінковому рівні [4].

В прикладному вимірі поведінковий компонент професійної Я-концепції може бути представлений задоволенням цілого спектру потреб особистості, можливістю реалізації професійних мотивів, побудування стратегії кар'єрного розвитку, тощо.

Модальності професійної Я-концепції є менш дослідженими ніж її компоненти.

А.О. Реан виділяє реальну професійну Я-концепцію – це ті базові уявлення особистості про себе, як професіонала, тоді як ідеальну Я-концепцію – автор пов'язує з професійними бажаннями та надіями [41].

В.Д. Острова пропонує наступний зміст розмежування модальностей: Можливе Я – уявлення особистості відносно того якою вона могла б стати. Відповідає стратегії можливостей індивіда. Ідеальне Я – детермінується соціальними нормами та правилами, оскільки містить негативні характеристики. Бажане Я – зумовлено системою мотивацій. Містить рефлексію моментів мимовольності в саморозвитку [36].

Я-образ особистості містить велику кількість специфічних утворень, таких як Я-належне, Я-бажане, Я-удаване, Я-демонстроване, та інші. По аналогії із загальною Я-концепцією особистості, ми виокремлюємо базових модальностей професійної Я-концепції, а саме: Я-реальне, Я-дзеркальне та Я-ідеальне.

Я-реальне є уявлення особистості про себе, як професіонала, актуальні «тут і тепер».

Я-ідеальне коротко можна охарактеризувати як професійне мірило, певний еталон фахівця.

А.О. Реан зазначає, що ідеальна та реальна модальності в більшості випадків не співпадають, що являється джерелом самовдосконалення особистості, її прагнення до власного розвитку [41].

Професійне дзеркальне Я, майже не досліджено в літературі. Побудовуючи паралель із базовою структурою доцільно розглядати дзеркальне Я професійної Я-концепції, як уявлення людини про сприйняття її колегами, клієнтами, керівництвом та іншими залученими до цієї діяльності категоріями осіб. Професійна реальне та дзеркальне Я, також можуть знаходитись в позиції неузгодженості, аж до цілковитої автономності. Причину такого дисбалансу С.Т. Джанерьян знаходить у надмірній егоцентричній установці індивіда, та заперечення позицій інших. Це призводить до нестабільності та суперечливості усього образу Я особистості [17].

Рівні або аспекти професійної Я-концепції. Ми запропонували розглядати діяльнісний компонент, в якості відокремленого рівня/аспекту

загальної Я-концепції, з метою диференціювати складну систему діяльностей людини, провідною формою яких є професійна праця, від інших соціальних взаємодій та особистісних мотивів. Однак при цьому особистісний та соціальний рівні системно взаємопов'язані з рівнем діяльним. Такі взаємозв'язки при позитивному формуванні професійної Я-концепції забезпечують цілісність її функціонування. М.Г. Сенчуріна, розглядаючи лише фізичний, соціальний та особистісний аспекти, вбачає на цій стадії структурну неузгодженість загальної та професійної Я-концепції. На думку дослідниці, професійна Я-концепція не представлена цими рівнями, а діє в межах одного з них – соціального [48]. З виокремленням діяльносного рівня, таке протиріччя усувається.

Часові характеристики професійної Я-концепції представлені такими категоріями як професійне Я-теперішнє, професійне Я-майбутнє та професійне Я-минуле.

Професійне Я-дійсне, являє собою позицію професійного самосприйняття особистості в теперішньому. Саме Я-теперішнє, набуваючи професійного забарвлення, є відправною платформою для визначення кар'єрних орієнтирів, стратегічного планування фахової діяльності, вибору засобів задоволення тих чи інших потреб, формування професійних амбіцій та рівня домагань професіонала, його професійних очікувань. Я минуле мислиться нам з одного боку, як уявний образ індивіда, відносно того, яким він був у професії раніше, що дає змогу фіксувати етапи професійного зростання. З іншого боку професійне минуле є певним психологічним депозитарієм професійного досвіду. Як і у випадку із загальною Я-концепцією, ми вбачаємо позитивну кореляцію професійного Я-теперішнього з професійним реальним Я, а також професійного Я-майбутнього з ідеальним, уявним Я. З такої позиції, за допомогою механізму соціальних очікувань особистість вибудовує для себе уявний образ професійного еталону та бажаний кар'єрний статус. І. С. Попович зазначає, що таке еволюціонування особистість уявляє собі у вигляді факту, що

відбувся. Дослідник зазначає, що соціальні очікування є базовим компонентом системи регуляції професійної поведінки, який сприяє становленню і розвитку особистості, як суб'єкта самоактивності [38; 61; 63].

Розглядаючи функції професійної Я-концепції М. Г. Сенчуріна обґрунтовано виділяє наступні: професійної орієнтації, усвідомлення себе у професійній діяльності, професійної саморегуляції, структурування та опрацювання, пов'язаної з професійною діяльністю інформації, організації взаємовідносин з професійним співтовариством, забезпечення професійної ідентичності, професійного самовиховання, життєбудування, професійних очікувань, інтерпретації професійного досвіду.

РОЗДІЛ 2

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

2.1. Змістовні параметри та психологічні характеристики професійної Я-концепції майбутнього психолога

Значимість професійної Я-концепції для успішної професійної діяльності будь якої сфери є беззаперечною. Професійна Я-концепція є системотворною, інтегруючою характеристикою професіонала [47]. Рівень її сформованості має безпосередній вплив як на динаміку суто професійних параметрів, таких як, ефективне оволодіння фахом, професійна адаптація, успішна інтеграція до професійної спільноти, так і розвитку особистісних характеристик, які формуються інфлюкційно обраному напрямку діяльності. Неузгодженість професійних ідеального та реального Я, можуть призводити до внутрішніх конфліктів на рівні особистісному, що тягне за собою психологічну деформацію відповідних компонентів загальної Я-концепції особистості. По мірі професійного становлення особистості, професійна Я-концепція набуває генерального значення для усіх аспектів професійного життя людини [58, 32].

Безпосередньо процес «формування» А. Г. Сенчуріна визначає, як спрямовану експериментально-дослідницьку діяльність, пов'язану із специфічною організацією засвоєння певного досвіду індивідом в процесі навчання [49]. В.В. Ягупов під формуванням розуміє надання певної форми процесу становлення особистості, її завершеності, досягнення стабільності та відповідного рівня зрілості [56].

Така діяльність повинна бути активною та осмисленою. Стрижневим механізмом формування професійної Я-концепції є уявний образ майбутньої професійної діяльності. На відповідному етапі онтогенезу, відбувається співвідношення образу професії та базової Я-концепції. Професійна Я-концепція є результатом такої психологічної колаборації.

Психологічні спеціальності задають певні структурно-семантичні особливості професійної Я-концепції. Професія психолога характеризується високим почуттям особистої відповідальності, що створює колосальну напругу його емоційної сфери. Робота з клієнтом не обмежується лише рамками психологічного знання. Для ефективної взаємодії психолог зазвичай вдається до особистісних категорій, спектр доступності яких, від емпатії до повної психологічної неупередженості і є тими маркерами, які характеризують особистість спеціаліста. Безумовно, семантику будь-якої професійної діяльності можна почасти звести до особистісної площини, проте специфікою професії психолога, є те що засобом професійної діяльності виступає особистість фахівця. Для ефективної діяльності у професійному просторі, психологу необхідно оперувати специфічними формами самопізнання, такими як безперервний самоаналіз, повне усвідомлення власних дій та вчинків, постійний внутрішній наратив. Саме тому особистісний рівень підготовки психолога набуває ключового значення. Відсутність цільової роботи, спрямованої на формування позитивної Я-концепції, або стихійний характер цього процесу унеможливорює створення цілісного уявлення студента-психолога щодо майбутньої професійної діяльності. Центральною ланкою діяльності з підготовки професійних психологів, яка інтегрує всі інші елементи цієї системи, на думку І.В. Андрійчук, є саме особистісна підготовка. Модель особистості практичного психолога містить необхідні особистісні риси та якості, які авторка поєднує у поняття позитивної професійної Я-концепції, основними показниками якої є адекватність та сталість самооцінки, високий ступінь самоповаги, переважання інтернальних характеристик локусу контролю, відсутність субстанціальних внутрішньоособистісних конфліктів та особистісної тривожності [3]. Таким чином більшість дослідників єдині в тому, що основним фактором формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога, є прагнення до самовдосконалення, результатом якого є якісно новий образ професійного Я-реального, що призводить до

позитивної динаміки формування всієї структури професійної Я-концепції. Суміжну позицію знаходимо у І.П. Андрійчук, яка також приймає особистісні форми підготовки за центральну ланку у системі підготовки професійних психологів, а особистісне самопізнання – основною передумовою професійного зростання майбутнього фахівця. Для активації розвитку особистісного самопізнання, дослідниця наголошує на необхідності включення до освітнього процесу, спеціальних засобів та прийомів як безпосереднього, так і опосередкованого самопізнання, розвитку самоаналізу, рефлексії та самоконтролю. Гармонійне формування професійної Я-концепції студента-психолога базується на особистісно-зорієнтованому підході,

В.М. Галузяк, виходячи з міркувань виключної значимості особистості психолога у його професійній діяльності, вважає, що завданням вищої школи є досягнення майбутнім спеціалістом особистісної зрілості. Автор виділяє кілька важливих біполярних характеристик цього конструкту, в контексті професійної діяльності психолога:

1. Проактивність: автономія, ініціативність, критичне мислення, здатність до самодетермінації – реактивність: пасивність стан залежності, орієнтування на зовнішні авторитети, суспільну думку.
2. Рефлексивність: децентрація, здатність вільно виходити за межі виконуваної діяльності, здатність зайняти позицію стороннього глядача, оцінюючи з такої позиції власні дії та вчинки – занурення у діяльність, поглинення нею, нездатність до рефлексивних виходів за її межі.
3. Спонтанність: безпосередність, конгруентність, відсутність страху перед саморозкриттям та емоційною близькістю – Закритість: використання соціальних масок та фасадів, страх перед емоційно-близькими стосунками.
4. Реалістичність прийняття себе та оточення – Спотворене сприйняття дійсності. Факторами такого сприйняття можуть виступати

неусвідомлені установки, стереотипізація, захисні психологічні механізми.

5. Інтернальний локус контролю: особистісна відповідальність – Екстернальний локус контролю: делегування відповідальності оточенню.
6. Толерантність: гнучкість, відкритість, терпимість до суперечливих позицій, розуміння відносності речей – Ригідність: догматизм, дихотомічне мислення, нетерпимість до альтернативних поглядів.
7. Позитивна Я-концепція: довіра до самого себе – Негативна Я-концепція: невпевненість у собі.

Отже професійна діяльність психолога базується на особистісних характеристиках спеціаліста, який водночас є основним професійним засобом. Такими особистісно-професійними параметрами є рефлексивність, емпатія, толерантність, здатність до самоаналізу власної професійної поведінки.

Психолого-педагогічним завданням вищої школи є психолого-педагогічне супроводження процесу досягнення студентом особистісної зрілості та готовності до майбутньої професійної діяльності.

2.2 Особливості формування професійної Я-концепції на стадії здобуття фахової освіти

На етапі здобуття вищої психологічної освіти, особистість діє у просторі формування фактично трьох умовно відокремлених Я-концепцій. Основу складає загальна Я-концепція з її віковими особливостями розвитку. Водночас відбувається інтеграція ще двох приватних видів Я-концепції: Я-концепції студента, пов'язаної із рішуче новою формою навчальної діяльності, та безпосередньо професійної Я-концепції фахівця з психології.

Специфіка формування загальної Я-концепції, характеризується майже одночасним переходом двох вікових рубежів, виняткової психологічної

важливості. Першим таким рубіконом є перехід від підліткового до юнацького вікового періоду, який відбувається на початку навчання у вищі.

А.О. Реан відмічає поглиблення та переорієнтацію змістовного аспекту самооцінки, з навчальної діяльності на взаємовідносини із однолітками, власні фізичні якості, тощо. У свідомості відбувається зміщення акценту із зовнішніх оцінок (батьківських та інших значимих дорослих) на внутрішні [41]. Саме у період 17-21 років базова Я-концепція особистості набуває найінтенсивнішого розвитку, який спрямований на її деталізацію.

Чисельні новоутворення Я-концепції віку ранньої дорослості, такі як: розвиток рефлексії та схильність до інтроспекції, новий рівень розвитку абстрактної, критичної та логічної форм мислення, досягнення свого внутрішнього світу, прагнення до емоційної незалежності, ідеалізації, та потреба в самореалізації та індивідуалізації, супроводжуються нашаруванням протиріч та суперечливостей уявлень індивіда про себе та світ. Саме в умовах таких вікових, особистісних трансформацій, молода людина отримує статус студента, в результаті чого її Я-концепція набуває таких специфічних модальностей як Я-академічне, Я-професійне. М.В. Кузіна визначає Я-концепцію студента, як усвідомлену систему модальностей Я (Я-ідеальне, Я-реальне, Я-дзеркальне. Я-академічне, Я-професійне), що мають певну структуру, та відображують уявлення про себе, як суб'єкта особистісного саморозвитку та навчально-професійної діяльності, у часовому просторі (теперішнє, майбутнє, минуле) [26]. Таким чином основними новоутвореннями Я-концепції студента є уточнення та деталізація Я-концепції у зв'язку із новим статусом, ускладнення структури за рахунок формування нових, специфічних модальностей, освоєння нових психологічних локацій, пов'язаних із самоактуалізацією та навчально-професійною діяльністю.

Завданням Я-концепції віку ранньої дорослості є формування механізмів забезпечення внутрішньої узгодженості, несуперечливості та її стабільного функціонування. Н.Є. Ісаєва, для визначення внутрішніх ресурсів

особистості, які здатні забезпечити таке злагоджене функціонування особистості, її самодетерміновану поведінку вводить поняття «суб'єктного потенціалу», як основи життєвої позиції індивіда [23]. На думку дослідниці, життєва позиція співвідноситься із базовою Я-концепцією людини, та виражає єдність свідомості та діяльності, цілісність знання, відношення та поведінки.

Другий рубіж характеризується переходом від юнацького періоду життя до віку ранньої дорослості. Він припадає на екватор навчання, та характеризується формуванням відносно стійких світоглядних установок особистості, системи еталонів професійної діяльності, та формуванням мотивації на реалізацію власного майбутнього в обраній професії. На цьому етапі відбувається остаточне формування уявного образу майбутньої професійної діяльності. В структурі такого образу К.А. Володіна виділяє три компоненти. Мотиваційний компонент – являє собою усвідомленість вибору професії, її суспільної ролі, мотиваційну складову, установку на професійний успіх, потребу у професійному розвитку та самоактуалізації [10].

Когнітивний компонент – передбачає засвоєння системи спеціальних знань, відносно майбутньої діяльності та професійно-значимих характеристик спеціаліста.

Афективний компонент – це емоційне відношення студента до майбутньої професійної діяльності та задоволеність нею.

Таким чином авторка наголошує на тому, що образ професії є складним динамічним утворенням, у зв'язку з чим може вдосконалюватись, набувати інтенсивність, отримувати нових змістовних аспектів, або змінюватись в інший спосіб. З огляду на запропоновану структуру формування образу майбутньої професії, ми вважаємо за доцільне доповнити її поведінковим компонентом. Під поведінковим компонентом ми розуміємо результат активної зацікавленості студента, при високому рівні вмотивованості та відповідному емоційному сприйнятті, вираженому в конкретних, реальних діях спрямованих на оволодіння фахом. Саме тому професійна придатність

не зводиться лише до рівня академічної підготовки [3]. Такі дії набувають рис реальної професійної поведінки та сягають за межі обов'язкової освітньої програми. Спектр факультативних платформ є досить чисельним. Від практичних форм факультетних заходів на перших курсах навчання, відвідування альтернативних програм, тренінгів, майстер-класів на середніх курсах, до акредитаційних навчальних проєктів з конкретного напряму консультування або терапії, доступних (іноді у якості виключення) лише студентам випускного курсу. Безумовно ринок психологічного знання наповнений низькосортними комерційними продуктами. При такому поведінковому векторі, перед педагогом постає завдання постійного моніторингу інформаційної гігієни студента, виявлення псевдонаукових та некваліфікованих тенденцій таких спеціалізацій. Однак за умов позитивної реалізації такої поведінкової компоненти майбутній спеціаліст засвоює більше професійно-суттєвих рис конкретної діагностичної, консультативної або терапевтичної діяльності. Основною, найбільш педагогічно прийнятною, доступною та психологічно безпечною формою професійної поведінки під час навчання у вищі, залишається дослідницька діяльність.

З огляду на трьохкомпонентну структуру професійної Я-концепції, можна дійти висновку, що на стадії навчання у вищі, якісних змін зазнають усі компоненти, проте цей процес не носить пропорційного характеру. Так домінуючу позицію займає формування когнітивного компоненту, змістовним значенням якого є саме уявлення майбутнього психолога відносно своєї подальшої професійної діяльності. Перебуваючи в умовах інтенсивного інформаційного каскаду, у студента формується система уявлень відносно суто професійних, а також, що не менш важливо, професійно-особистісних якостей необхідних для успішного професійного та кар'єрного розвитку. Слід зазначити що такі уявлення формуються здебільшого у теоритичній площині. Позитивно-сформований когнітивний компонент професійної Я-концепції майбутнього психолога передбачає збільшення обсягу особистісних та професійних знань, кращого розуміння

самого себе та оточення, визначення та усвідомлення життєво-професійних цілей, формування життєвої позиції.

Афективний компонент професійної Я-концепції має дещо рецесивну позицію інтенсивності розвитку, у порівнянні із провідним, когнітивним аспектом. Найбільшого динамічного перетворення на стадії навчання у ЗВО зазнає самооцінка, яка починає отримувати професійного забарвлення. Інформацію про свої навчально-професійні здібності, майбутній психолог може отримувати як з внутрішніх (самоспостереження), так і з зовнішніх (результати навчально-професійної діяльності, зворотній зв'язок професійній поведінці, ставлення викладачів, інших студентів тощо) джерел [6]. При позитивно-сформованому емоційно-оціночному компоненті у майбутнього психолога зростає інтерес до власної особистості, а також до внутрішнього світу людини.

На межі когнітивного та емоційно-ціннісного компонентів А.О. Рікель вбачає таку психологічну характеристику, як професійна затребуваність, в контексті її усвідомлення або відчуття, відповідно [44]. За умов відсутності професійного досвіду, компенсаторним фактором у формуванні професійної самоідентифікації, усвідомлення або відчуття професійної затребуваності, виступає такий складний психологічний механізм як соціальні очікування. І.С. Попович визначає соціальні очікування як: «Процес психічної регуляції поведінки людини, який забезпечується її когнітивною, емоційною та поведінковою готовністю до передбачуваного перебігу подій» [39]. Така готовність супроводжується здатністю індивіда до соціальних дій. Із запропонованого визначення вбачається структурна ідентичність феномену соціальних очікувань із загальною і більш вузькою професійною Я-концепціями. Автор наголошує на тому, що соціальні очікування визначають та кристалізують у свідомості особистості еталони, стандарти та орієнтири відносно яких вона визначає себе. Зазначене твердження в повній мірі стосується і майбутньої професійної сфери студента. Водночас професійна Я-концепція є джерелом соціальних очікувань у професійній сфері.

Безумовно система соціальних очікувань охоплює усі сфери професійної Я-концепції, однак саме на етапі академічної підготовки майбутнього фахівця, в умовах обмеженої, відсутністю практичного досвіду очевидності, система соціальних очікувань студента, здатна забезпечити конструювання реального образу майбутньої професії, що в подальшому сприятиме ефективній професійній адаптації, а також асиміляції із професійним співтовариством. Аналогічний механізм дії системи соціальних очікувань детермінує розвиток і поведінкового компоненту професійної Я-концепції. За А.О. Рікелем поведінковий компонент передбачає реальну професійну поведінку. В поведінковому аспекті професійної Я-концепції студента, виключного значення набуває саме трьохкомпонентна готовність, на яку зауважував І. С. Попович. Така готовність формує у майбутнього фахівця здатність та прагнення до професійних дій. На етапі навчання такі дії можуть полягати у відвідуванні факультативних занять практичної спрямованості, перегляді та аналізуванні сесій терапії, активна взаємодія із представниками професійної спільноти, тощо [62; 64: 65]. Поведінка у зазначеному форматі, дозволить майбутньому психологу запобігти таким контрпродуктивним явищам, як надмірна романтизація та міфізація обраного виду діяльності, позбавить хибних міркувань престижу, та дозволить сформувати суто професійне, компетентне, прагматичне і глибоке ставлення до професії психолога. Новоутвореннями поведінкового компонента за умов його позитивного формування є оволодіння методами, засобами, прийомами та техніками особистісного зростання, здатність до самоконтролю та самокорекції.

2.3. Чинники формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога

В ході професійного становлення, на етапі навчання у ВЗО, майбутній спеціаліст повинен не лише засвоїти систему спеціальних знань, яку передбачає теоретичний рівень професійної підготовки, але й оволодіти

вміннями та засобами самовиховання, самоорганізації, самоконтролю та самоосвіти. Вивчення психології не може зводитись до звичайного засвоєння інформації та відпрацювання певних навичок. Зміст професійної освіти майбутнього психолога передбачає формування його особистості, із зміною внутрішніх психічних структур суб'єкта навчання. Саме тому необхідне створення умов для практичної насиченості педагогічного процесу фахової підготовки майбутніх спеціалістів [3]. Така виняткова значимість особистості психолога, в контексті його професійної діяльності, забезпечує змістовну, психологічну асиміляцію та синхронність формування професійної Я-концепції з її базовою формою – Я-концепцією особистості.

Більшість авторів займають єдину позицію відносно гуманістичної спрямованості формування особистості майбутнього психолога та його професійного становлення, визначаючи її провідною установкою позитивного розвитку професійної Я-концепції майбутнього спеціаліста [3, 21, 14]. Раніше відмічалось, що саме Я-концепція біла центральним конструктом в роботах класиків гуманістичної психології. Т.М. Данілова визначає гуманістичну спрямованість, як багатокomпонентне утворення, до структури якого включені наступні параметри: високий рівень мотивації до професійного становлення, оволодіння фахом, із домінуючими, окрім пізнавального, альтруїстичними та емпатійними мотивами, готовність до співробітництва та оптимістична спрямованість на позитивний результат професійної взаємодії, сформована система екзистенціально-гуманістичних цінностей, високий рівень здатності до рефлексії та самопізнання [14]. Перспективи особистісного розвитку і, зокрема, гармонізації професійної Я-концепції особистості майбутніх психологів, на думку І.В. Андрійчук, пов'язані з реалізацією в практиці принципів особистісно центрованого навчання та ідей гуманістичного підходу. Єдиною прийнятною формою комунікації викладача та студента, за умов гуманістичної спрямованості – є суб'єкт-суб'єктна взаємодія, яка реалізується на засадах діалогу та співробітництва, виключаючи авторитарні стилі відносин [3]. Лише у

гуманістичному просторі розвитку, відбувається позитивне забарвлення формування професійної Я-концепції, в контексті реалізації особистісного і соціального потенціалу майбутніх спеціалістів, завдяки активації та підтримці викладачами активних форм самопізнання та саморозвитку.

Генеральною ланкою у підготовці майбутніх фахівців з психології є особистісно-центровані форми організації навчального процесу. Позитивна полярність професійної Я-концепції студента психолога досягається шляхом застосування спеціальних методів навчально-виховної роботи, які носять системний характер, об'єднані єдиною метою та реалізується через специфічні форми навчально-виховної роботи [3, 21].

До таких форм відносяться наступні педагогічні умови:

- Ефективна діяльність психологічної служби, яка функціонує при ЗВО. Передбачає інтерактивні форми роботи, як із студентами, так і з викладачами, спрямовані на активізацію та корегування процесів самопізнання та самоактуалізації.
- Застосування студентами спеціального психологічного знання, як засобу самопізнання та саморозвитку. Змістове наповнення психологічних дисциплін, стає ефективним інструментом, якщо при суб'єктивному засвоєнні інформації студент пропускає її через власний внутрішній світ
- Організація самостійної роботи із використанням форм та методів цілеспрямованого керування процесами розвитку самосвідомості. До таких форм можна віднести ведення щоденника самоактуалізації (із внесенням даних про розвиток особистісних якостей, результати психодіагностичних методик, дані самоаналізу, планування конкретних дій спрямованих на самокорекцію), виконання методик та інших індивідуальних навчально-дослідних задач спрямованих на рефлексію та саморозвиток.
- Організація навчальних практик, як можливості практичного відпрацювання навичок та вмінь самоаналізу та самоконтролю.

Окремого значення у системі навчальних практик набуває консультативна практика. Вона сприяє поглибленню зацікавленості студентів до майбутньої професійної діяльності, дає змогу усвідомити важливість засвоєної системи знань та практичних навичок для її ефективної реалізації, оволодінню психологічними технологіями групової роботи, здійсненню самостійної практичної діяльності, розвитку навичок професійної рефлексії [2].

Особливою умовою для вдалого формування професійної Я-концепції майбутнього психолога, є його позитивні установки на власну поведінку, на процес навчально-професійної діяльності та врешті власне на себе. Позитивний вектор орієнтації сприяє стабільності та адекватності самооцінки, професійній самоповазі, гармонізації відносин із оточуючими.

Наступним фактором який впливає на позитивну полярність професійної Я-концепції є рефлексивність, яка є важливим інструментом професійного розвитку, та ключовим фактором особистісного становлення. Завдяки рефлексії майбутній психолог трансформується у справжнього суб'єкта діяльності, дозволяючи йому критично ставитись та раціонально змінювати самі засади, на яких ґрунтуються його дії. У самому широкому розумінні, рефлексія це міркування, осмислення, здатність до самовладання та самоаналізу власної діяльності в системі відношень зі світом. Це всі ті акти мислення, спрямовані на пізнання себе як особистості, як майбутнього професіонала.

Рефлексія впливає на життєве проектування особистості, та запускає такі психологічні механізми, як пізнання особистісних смислів, самоідентифікацію, самовизначення, пізнання оточуючих, супровід планування картини життя, конгруентність, адекватність, професійній спрямованості особистості; цілеспрямованість – мріям, бажанням тощо. Планування є обов'язковою умовою рефлексивності особистості, інакше вона приносить руйнуючий вплив, опрідметнення результатів рефлексивного аналізу [53].

На противагу класичній психології, представники психодинамічного напряму відкидають можливість формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога, поза площиною пізнання образно-символічної та архетипної презентації несвідомого на зовні. Вони визначають специфічну, глибинно-пізнавальну рефлексію, яка має на меті подолання об'єктності в собі та повернення власної самості. Дослідження несвідомих структур психіки дає психологу можливість подолати академічну акцентованість на прямих причинно-наслідкових зв'язках, як в роботі із власним Я, так і у професійній взаємодії. Тож і шляхи оптимізації професійної підготовки майбутніх психологів, представники напряму вбачають у форматі психодинамічної парадигми [58].

Інтернальний локус контролю. Тип локусу контролю детермінує когнітивну оцінку складної ситуації, ставлення до життєвих труднощів, обумовлює ефективність їх подолання. Досліджуючи рівні суб'єктивного контролю, О.А. Демчук зазначає, що інтернальність корелює з витривалістю, емоційною стійкістю, пошуковою активністю, автономністю, високим рівнем мотивації досягнень. Тоді як екстернальність має зв'язок з такими рисами як неврівноваженість, низький рівень самоконтролю при високій напруженості, безпорадність [15]. Формування інтернального локусу контролю, на етапі професійної підготовки, забезпечать майбутнього психолога такими типами долаючої поведінки як, асертивність, вступ до соціальних контактів, здатність пошуку соціальної підтримки. Такі поведінкові стратегії мають позитивний вплив на цілісність професійної Я-концепції.

Прагнення до самовдосконалення. Досліджуючи формування готовності майбутніх психологів до професійного самовдосконалення О.М. Затворнюк пропонує наступну структуру еволюції цього процесу:

- Самопізнання – початковий етап професійного самовдосконалення. Характеризується поглибленим вивченням майбутнім психологом власних здібностей, життєвих намірів, провідних мотивів. На цьому ж етапі відбувається формування складної системи професійних

очікувань, окреслення вершини професійних досягнень. Для успішного завершення стадії студент-психолог має розвивати пізнавальні та аналітичні здібності, імплементувати необхідні засоби, техніки та прийоми такої діяльності.

- Самоменеджмент – другий етап розвитку професійної самодосконалості, представляється як технологія ефективного управління часом, цілеспрямоване регулювання навчальної діяльності, відповідно до власного дерева цілей. Завданням цього етапу є проектування стратегії розвитку в процесі навчання, а також у майбутньому професійному просторі.
- Самостворення – наступний етап, який реалізується в площині відносно високого рівня духовної сфери особистості, та корелює з такими категоріями, як моральні переконання, світоглядні орієнтири тощо. Така самосуб'єктна активність доступна лише із старшого підліткового віку і триває усе життя людини. Самостворення є стрижневим компонентом еволюції професійного самовдосконалення, який безпосередньо детермінує вплив на практичний результат реальних професійних дій, а також вдалий перехід до завершальної ланки.
- Самоконтроль – заключний етап діяльності самовдосконалення. На цій стадії суб'єкт підсумовує досягнення раніше поставлених цілей, здійснює корекцію тих із них, досягти яких не вдалося, надає їм свідомої оцінки, формує нові завдання власного розвитку. Своєрідною формою самоконтролю є самокорекція, яка полягає у виборі альтернативних варіацій професійної поведінки. Самоконтроль супроводжує перехід на якісно новий рівень пізнання [21].

Ми свідомі, що наведені особистісні параметри та спеціальні педагогічні умови не відображають всього психологічного різноманіття факторів формування професійної Я-концепції. Автори все більше вдаються до вузькоспрямованих досліджень, в яких обґрунтовано доводять значимість тих чи інших професійно-особистісних характеристик майбутнього

психолога, а також інших факторів впливу на його професійну Я-концепцію, проте ми вважаємо, що досліджені нами субстанціональні чинники, носять фундаментальний характер та є базисною площиною для формування нових професійно-релевантних утворень майбутнього психолога.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

3.1. Методика емпіричного дослідження, особливості вибірки та загальна процедура

У дослідженні взяли участь особи віком від 20 до 22 років, із числа студентів денної форми навчання, третього курсу, соціально-психологічного факультету Херсонського державного університету. Загальна кількість досліджуваних – 60 осіб (23 досліджуваних чоловічої статі, що склало 38,3% і 37 досліджуваних жіночої статі, що становить 61,6 %).

Емпіричне дослідження умовно можна об'єднати у декілька етапів. На першому етапі відбулося знайомство з респондентами, де була повідомлена безпосередньо мета даного дослідження. Збір даних відбувався за допомогою методів тестування та опитування. Нами акцентовано увагу, що повідомлятися результати респондентам одразу не будуть. Можливо дізнатися результати після завершення дипломного дослідження. Обробка та узагальнення, редагування й кодування інформації з метою її уніфікації, використання методів математичної статистики склало завершальний етап емпіричного дослідження. Емпіричне частина представлена тими діагностичними інструментами, які спрямовані на дослідження професійно-особистісних характеристик майбутнього психолога, таких як: самооцінка, рівень домагань, рівень рефлексивності та локус контролю.

Для дослідження психологічних зазначених параметрів професійної Я-концепції майбутніх психологів, відібрані наступні діагностичні інструменти:

Методика діагностики С. А. Будассі, дозволяє провести дослідження кількісних параметрів самооцінки особистості, тобто її вимірювання. В основі методики лежить спосіб ранжування. Методика призначена для діагностування дорослих.

Процедура проведення: Дослідження проводиться індивідуально. Безпосередньо процес самооцінювання може відбуватися у двох напрямках:

1. Шляхом співставлення рівня власних домагань із реальними результатами своєї діяльності
2. Шляхом безпосереднього порівняння себе з іншими.

Час тестування не перевищує 30 хвилин.

Із запропонованого списку з 48 характеристик особистості, досліджувані обрали 20 із них, які найбільше, на їх думку характеризують бездоганну особистість.

Тестовий матеріал: 1. Акуратність 2. Безпечність 3. Вдумливість 4. Сприйнятливність 5. Запальність 6. Гордість 7. Грубість 8. Гуманність 9. Доброта 10. Життєрадісність 11. Турботливість 12. Заздрісність 13. Сором'язливість (застенчивість-рос.) 14. Злопам'ятність 15. Щирість 16. Примхливість 17. Легковірність 18. Повільність 19. Мрійливість 20. Недовірливість 21. Мстивість 22. Надійність 23. Наполегливість 24. Ніжність 25. Нерішучість 26. Нестриманість 27. Чарівливість (обаяние-рос) 28. Образливість 29. Обережність 30. Чуйність 31. Підозрілість 32. Принциповість 33. Педантичність 34. Привітність 35. Розв'язність 36. Розсудливість 37. Самокритичність 38. Стриманість 39. Справедливість 40. Співчуття (сострадание-рос.) 41. Соромність (стыдливость-рос) 42. Практичність 43. Працелюбство 44. Боягузтво 45. Переконаність 46. Захопленість 47. Черствість 48. Егоїзм.

Із відібраних двадцяти особистісних властивостей, досліджувані вибудували еталонний рядок d1 (Ідеальне Я), у протоколі дослідження, від найбільш важливих з їх точки зору до найменш бажаних (20-а позиція найбільш приваблива характеристика, 19-а – менш і.т.д. до 1-ї позиції), уникаючи повторювання оцінок-позицій.

Далі із відібраних особистісних властивостей, досліджувані побудували еталонний рядок d2 (реальне Я), в якому розмістили зазначені властивості за ступенем спадання їх вираженості у кожного з учасників (20-а позиція –

якість найбільш притаманна досліджуваному, 19-а – характерна дещо менше і.т.д. до 1-ї позиції)

Отримані оцінки обробляються експериментатором шляхом обчислення коефіцієнту. Обробка результатів спрямована на визначення зв'язку між ранговими оцінками якостей особистості, які входять в уявлення «Я ідеальне» та «Я реальне». Міра зв'язку встановлюється за допомогою рангової кореляції. З метою обчислення коефіцієнту, до протоколу вноситься різниця рангів $d=d_1-d_2$, щодо кожної якості. Кожне отримане значення рангів d зводиться до квадрату, а результат фіксується у колонці d^2 . Після обчислення суми квадратів різниці рангів Σd^2 вноситься до формули $r = 1 - 0,00075 \times \Sigma d^2$, де r – коефіцієнт кореляції (показник рівня самооцінки особистості).

Кількісні результати за тестовою методикою мають таку інтерпретацію. Коефіцієнт рангової кореляції r , може знаходитись в інтервалі від -1 до +1. Коефіцієнт, який складає не менше -0,37 та не більше +0,37 (із рівнем достовірності 0,05), свідчить про низький або нульовий зв'язок між уявленнями людини відносно свого ідеалу та реальних якостях. Якщо виключити недотримання досліджуваним інструкції, такі показники відображають недиференційоване уявлення індивідом відносно свого ідеального та реального Я. Значення коефіцієнта кореляції від +0,38 до +1 зазначає наявність позитивного зв'язку між Я-ідеальним та Я-реальним. Це можна трактувати, як прояв адекватної самооцінки, при цьому показник від +0,39 до +0,89 визначається як тенденція до завищення. Значення від +0,9 до +1 свідчать про неадекватне завищення самооцінювання. Значення коефіцієнта кореляції в інтервалі від -0,38 до -1 демонструє наявність вагомого негативного зв'язку між Я-ідеальним і Я-реальним. Така невідповідність інтерпретується як занижена самооцінка, та чим ближче коефіцієнт до -1, тим більше ступінь невідповідності.

Адекватність самооцінювання визначає той ступінь відповідності уявлень людини про себе, об'єктивним підставам цих уявлень. Рівень

самооцінки виражає ступінь реальних, ідеальних, або бажаних уявлень індивіда про себе.

В процесі формування самооцінки ключову роль відіграє співставлення образів Я-реального та Я-ідеального. При досяганні реальних характеристик, які відповідають еталону, ідеалу, рівень самооцінки буде підвищуватись. Самооцінка та самовідношення тісно пов'язані з рівнем домагань особистості, її мотиваційною сферою, емоційними особливостями. Поведінкові характеристики також залежать від самооцінки.

Індивідам із завищеною самооцінкою властиве гіпертрофоване оцінювання власних позитивні сторони, постановка цілей вище за реально досяжні, невідповідність рівня домагань об'єктивним можливостям. Надмірна самовпевненість, як результат неадекватної самооцінки та зависокого рівня домагань може призводити до некритичності мислення, недисциплінованості, відсутності самоконтролю. В поведінковими тенденціями можуть бути прийняття хибних рішень, здійснення ризикованих вчинків тощо. Втрата почуття необхідної обережності має негативний вплив на безпеку та ефективність життєдіяльності індивіда в цілому. Крім того відсутність або недостатність потреби у самовдосконаленні ускладнює процес самовиховання.

Люди із заниженою самооцінкою схильні до постановки цілей нижчих, ніж ті, які вони здатні досягнути, перебільшення значення невдач. Їм характерна інша полярність самовпевненості – надмірна невпевненість у собі, як правило за відсутності об'єктивних обґрунтувань. Невпевненість є стійкою властивістю особистості та призводить до формування у людини таких рис як смиренність, жертвеність, пасивність.

Розвитку невпевненості в собі можуть сприяти деякі суб'єктивні фактори: тип вищої нервової діяльності, темперамент та ін. Подолання невпевненості через процес самовиховання ускладнено через відсутність віри у власні можливості, перспективи та результат.

Адекватна самооцінка – передбачає рівне визнання людиною своїх сильних сторін та недоліків. В основі оптимальної самооцінки, яка виражається в такій позитивній рисі як впевненість, полягають необхідний досвід та відповідні знання. Впевненість виступає регулятором рівня домагань, та дозволяє об'єктивно оцінювати власні можливості в конкретній життєвій ситуації. Впевнену людину характеризують рішучість, твердість, вміння віднаходити та приймати логічні рішення, реалізуючи їх послідовно. Критичне відношення до власних помилок, дозволяє проаналізувати їх причини з метою уникнення їх у майбутньому. Розвинути адекватну самооцінку можна лише засобами самопізнання.

Опитувальник «Рівень домагань особистості» В. Гербачевського призначений для діагностики кількісних параметрів рівня домагань особистості.

Проблемні ситуації, з якими стикається досліджуваний під час відповідей на висловлювання опитувальника актуалізують низку потреб, серед яких виділяють пізнавальні, соціальні, потреби самосвідомості, підвищення самоповаги та ін. На підставі цих потреб суб'єкт оцінює значущість і складність завдання, обчислює витрати часу і зусиль, складає прогностичну оцінку розвитку своїх особистісних рис. За результатами проведення тестування визначається мотиваційна структура особистості учасника, що складає сутність його індивідуального мотиваційного профілю. До цієї структури входять п'ятнадцять складових. Ці складові є досліджуваними психологічними змістовими параметрами рівня домагань.

Досліджувані прочитали кожне висловлювання опитувальника, зробивши позначку, про міру погодження чи не погодження з ним. Далі відмітили свою відповідь, обвівши відповідну цифру в опитувальнику. Якщо повністю погоджувалися з висловлюванням – +3; якщо просто погоджувалися – +2; якщо швидше погоджувалися, ніж не погоджувалися – +1; якщо були абсолютно не згодні – -3; якщо просто були не згодні – -2; якщо швидше не погоджувалися, ніж погоджувалися – -1; у ситуаціях, коли

не могли ні погодитися з висловлюванням, ні відхилити його, то відмічали – 0.

Умовно психологічні змістові параметри мотиваційної сфери досліджуваного об'єднано у чотири блоки.

До першого блоку віднесено шість психологічних змістових параметрів, що представляють собою ядро мотиваційної структури особистості, саме: психологічний змістовий параметр 1 – внутрішній мотив. Демонструє захопленість завданням досліджуваного, поєднує ті аспекти, які надають виконанню завдання привабливості; психологічний змістовий параметр 2 – пізнавальний мотив. Характеризує зацікавленість суб'єкта результатами своєї діяльності; психологічний змістовий параметр 3 – мотив уникнення. Свідчить про боязнь низького результату і відповідних наслідків; психологічний змістовий параметр 4 – мотив змагання. Демонструє, значимість для суб'єкта високих результатів та досягнень в діяльності інших суб'єктів; психологічний змістовий параметр 5 – мотив до зміни поточної діяльності. Відображає тенденції до припинення тієї діяльності, яку він здійснює наразі; психологічний змістовий параметр 6 – мотив самоповаги. Простежується в процесі цілепокладання суб'єкта, прагнення ставити перед собою щоразу все більш важкі цілі в однотипній діяльності. Зазначені психологічні змістові параметри, утворюють ядро мотиваційної сфери особистості, виступають у ролі чинників, що безпосередньо спонукають індивіда до певного виду діяльності.

Другий блок утворюють психологічні змістові параметри, пов'язані з досягненням досить важких цілей. Вони відносяться до поточного стану справ: психологічний змістовий параметр 7 – надання особистісної значущості результатам власної діяльності; психологічний змістовий параметр 8 – рівень складності завдання; психологічний змістовий параметр 9 – прояв вольового зусилля. Висловлює оцінку ступеня інтенсивності вольового зусилля в ході роботи над завданням; психологічний змістовий параметр 10 – оцінка рівня досягнутих результатів. Характеризує можливості

суб'єкта в певному виді діяльності; психологічний змістовий параметр 11 – оцінка власного потенціалу.

Третій блок включає складові прогностичних оцінок діяльності суб'єкта: психологічний змістовий параметр 12 – запланований рівень мобілізації зусиль, необхідних для досягнення цілей діяльності; психологічний змістовий параметр 13 – очікуваний рівень результатів діяльності.

Четвертий блок психологічних змістових параметрів поєднує чинники відповідної діяльності. До неї входять два психологічні змістові параметри: психологічний змістовий параметр 14 – закономірність результатів. Відображає розуміння суб'єктом власних можливостей у досягненні поставлених цілей; психологічний змістовий параметр 15 – ініціативність. Свідчить про рівень ініціативи і винахідливості учасника, час розв'язання поставлених перед ним завдань. Раніше було сказано, що центральною ланкою в мотиваційній структурі є її психологічні змістові параметри, із числа яких, «самоповага» адекватно відображає експериментальну оцінку рівня домагань особистості. Оцінки кожного з наведених психологічних змістових параметрів мотиваційної структури особистості, дають можливість побудувати індивідуальний профіль учасника, у якому представлені кількісні співвідношення між усіма розглянутими психологічними змістовими параметрами. Складова самоповаги, адекватна експериментальній оцінці рівня домагань, формується на основі трьох висловлювань: 12. Чим кращий показуєш результат, тим більше хочеться його перевершити. 21. Я хочу ставити все більш і більш важкі цілі. 30. Чим важча мета, тим більше бажання її досягти. Сумарна кількість балів, яку може набрати учасник за даними висловлюваннями, становить від 3 до 21. Хоча нормативних даних для опитувальника не існує, тобто кожен індивідуальний результат за відповідними психологічними змістовими параметрами встановлюється у порівнянні з іншими психологічними змістовими параметрами індивідуального особистісного профілю досліджуваного, можна скористатися наступними експериментальними показниками рівня домагань:

низький рівень: 3 – 9 балів; середній рівень: 10 – 16 балів; високий рівень: 17 – 21 бал. За психологічними змістовими параметрами мотиваційної структури: 8. Складність завдання; 10. Оцінка рівня досягнутих результатів; 13. Очікуваний рівень результатів, досліджуваний може набрати сумарну кількість балів від 2 до 14. Рекомендуємо скористатися такими експериментальними показниками: низький рівень: 2 – 6 балів; середній рівень: 7 – 11 балів; високий рівень: 11 – 14 балів.

Для визначення рівня рефлексивності нами було обрано методику А.В. Карпова. Уявлення на яких базується обрана методика полягає у трьох положеннях.

1. Рефлексивність як психічна властивість, являє собою одну з основних граней інтегративної психічної реальності, яка співвідноситься з рефлексією в цілому. Іншими її видами є рефлексія в процесуальному статусі рефлектування, як особливий психічний стан. Зазначені три модули є взаємопов'язаними та взаємодетермінованими, утворюючи цілісну категорію «рефлексії». Обрана методика цінна тим, що орієнтується не лише на рефлексивність як психічну властивість, але й опосередковано враховує обидва інші модули – рефлексивність як процес, та рефлексивність як стан.
2. Методика враховує прояв рефлексивності по іншій важливій підставі – її спрямованості. За цим критерієм прийнято виокремлювати два типи рефлексії: інтрапсихічна та інтерпсихічна. Перша характеризується здатністю до самосприйняття змісту власної психіки. Друга – виражає здатність до розуміння психіки інших людей та включає в себе не лише здатність «поставити себе на місце іншого», але й складні механізми проєкції, ідентифікації, емпатії. Таким чином загальна властивість рефлексивності містить обидва зазначені типи, а рівень розвитку цієї властивості є водночас похідним від них обох.
3. Методика передбачає визначення специфічних поведінкових проявів - індикаторів властивості рефлексивності, з урахуванням основних видів

рефлексії за часовим принципом: ситуативної (актуальної), ретроспективної та перспективної рефлексії.

Ситуативна рефлексія забезпечує самоконтроль поведінки індивіда у поточній ситуації, її осмислення та аналіз. Здатність суб'єкта співвіднесення власних дій із актуальною ситуацією, координацію цих дій у відповідності із змінами умов та власним станом. Поведінкові характеристики цього виду рефлексії є обмірковування суб'єктом поточної діяльності, інтенсивність вдавання до аналізу подій, що відбуваються; спектр процесів прийняття рішення, схильність до самоаналізу в конкретних життєвих ситуаціях.

Ретроспективна рефлексія – схильність до аналізу подій минулого, або вже завершеної діяльності. За такого виду рефлексії, предметом її діяльності виступають мотиви та причини того, що вже відбулось: зміст минулої поведінки, її результативні параметри, зокрема допущені помилки. В цілому така рефлексія виражається в частоті та тривалості аналізування об'єктом себе, а також взагалі схильності до аналізування минулого та себе у ньому.

Перспективна рефлексія передбачає функцію аналізу майбутньої діяльності, поведінки; в цілому плануванням як таким, прогнозуванням результатів, тощо. Основними поведінковими характеристиками цього виду рефлексії є детальність планування власної поведінки, частота звернення до майбутніх подій, тенденція орієнтування на майбутнє.

Досліджувані відповіли на 27 тверджень опитувальника.

1. Прочитавши хорошу книгу, я завжди потім тривалий час думаю про неї; хочу обговорити її з ким-небудь.
2. Коли мене раптово про щось запитують, я можу відповісти перше, що спаде мені на думку.
3. Перш ніж зняти слухавку, щоб зателефонувати у справі, я зазвичай подумки планую майбутню розмову.
4. Вчинивши якийсь промах, потім я довго не можу відволіктись від думки про нього.

5. Коли я розмірковую над чимось, або веду бесіду з іншою людиною, мені бува цікаво пригадати, що послужило початком ланцюжка думок.
6. Перш ніж приступити то складного завдання, я намагаюсь не замислюватись про майбутні труднощі.
7. Головне для мене – уявити кінцеву мету своєї діяльності, деталі при цьому мають другорядне значення.
8. Бува, що я не можу зрозуміти, чому хтось незадоволений мною.
9. Я часто ставлю себе на місце іншої людини.
10. Для мене важливо детально уявити собі хід майбутньої роботи.
11. Мені було б важко написати серйозного листа, якби я наперед не склав би його план.
12. Я віддаю перевагу діям, а не роздумам над причинами своїх невдач.
13. Я доволі легко приймаю рішення відносно дорогої покупки.
14. Як правило, замисливши щось, я програю в голові свої замисли, уточнюючи деталі, розглядаючи усі варіанти.
15. Я турбуюсь про своє майбутнє.
16. Вважаю, що в багатьох ситуаціях потрібно діяти швидко, керуючись першою думкою, що прийшла в голову.
17. Часом я приймаю необдумані рішення.
18. Завершив розмову, бува, що я продовжую вести її подумки, наводячи все нові аргументи на захист своєї точки зору.
19. Якщо відбувається конфлікт, то, розмірковуючи над тим, хто в ньому винний, я перш за все розпочинаю із себе.
20. Перш ніж прийняти рішення, я завжди намагаюсь все обдумати та зважити.
21. У мене бувають конфлікти від того, що я часом не можу передбачити, якої поведінки від мене чекають оточуючі.
22. Буває, що обдумуючи розмову з іншою людиною, я ніби то подумки веду з нею діалог.

23. Я намагаюсь не замислюватись над тим, які думки та почуття в інших людях викликають мої слова та вчинки.
24. Перш ніж зробити зауваження іншій людині, я обов'язково подумаю, якими словами це краще зробити, щоб не образити її.
25. Вирішуючи складну задачу, я думаю над нею, навіть тоді, коли займаюсь іншими справами.
26. Якщо я з кимось сварюся, то в більшості випадків не вважаю себе винним.
27. Рідко буває так, що я жалкую про сказане.

З цих тверджень 15 є прямими (номера питань: 1, 3, 4, 5, 9, 11, 14, 15, 18, 19, 20, 22, 24, 25). Решта 12 – зворотні твердження, що необхідно враховувати при обробці результатів. Для отримання підсумкового балу додаються цифри у прямих питаннях, що відповідають відповідям досліджуваних, а у зворотних – значення, замінені на ті, що утворюються при інверсії шкали відповідей.

Для визначення рівня сформованості суб'єктивного контролю, що дозволяє оцінити ступінь готовності індивіда до покладення на себе відповідальності за те що з ним відбувається, нами використана методика «Шкала локусу контролю» Дж. Роттера.

Досліджувані, моделюючи типові ситуації, відповіли на 44 твердження опитувальника.

Локус контролю являє собою якість, яка характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний, або зовнішній локус контролю), або власним здібностям та зусиллям (інтернальний, або внутрішній локус контролю).

1. Просування по службі залежить від вдалого збігу обставин, ніж від власних зусиль людини.
2. Більшість розлучень відбувається через те, що люди не хочуть йти на поступки та пристосовуватись одне до одного.

3. Хвороба – справа випадку і якщо комусь судилося захворіти, то з цим нічого не зробиш.
4. Люди виявляються самотніми через те, що не проявляють інтерес та дружлюбність до оточуючих.
5. Здійснення моїх бажань часто залежить від везіння.
6. Марно робити зусилля для того, щоб завоювати симпатії інших людей.
7. Зовнішні обставини – батьки і добробут мають не менший вплив на сімейне благополуччя ніж відносини подружжя.
8. Я відчуваю, що маю невеликий вплив, на то зі мною відбувається.
9. Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли керівники повністю контролюють дії підлеглих, а не покладаються на їх самостійність.
10. Мої оцінки в школі нерідко залежали від випадкових обставин, наприклад від настрою вчителя, а не від моїх власних зусиль.
11. Коли я будує плани, то в цілому вірю в те, що зможу їх здійснити.
12. Те, що багатьом людям здається вдачею або везінням, насправді є результатом тривалих цілеспрямованих зусиль.
13. Вважаю що правильний спосіб життя може більше допомогти моєму здоров'ю, ніж лікарі та ліки.
14. Якщо люди не підходять один одному, то жодними зусиллями налагодити сімейне життя, у них швидше за все не вийде.
15. Те позитивне, що я роблю у житті, зазвичай гідно оцінюється іншими.
16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.
17. Я думаю, що випадок або доля не відіграють важливої ролі в моєму житті.
18. Я не намагаюся планувати своє життя далеко наперед, оскільки багато чого залежить не від мене, а від того як складуться обставини.
19. Мої оцінки в школі більш за все залежали від моїх зусиль та рівня підготовленості.

20. В сімейних конфліктах, я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.
21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.
22. Я віддаю перевагу такому керівництву, за якого можна самостійно визначати, що і як робити.
23. Вважаю, що мій спосіб життя ні в якій мірі не являється причиною моїх хвороб.
24. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям добитися успіху у своїй справі.
25. Врешті решт, за погане керування організацією відповідальні самі люди, які в ній працюють.
26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити у тих обставинах, які склалися у сім'ї.
27. Якщо я захочу, то можу повернути до себе майже будь-яку людину.
28. На підростаюче покоління впливає так багато різних обставин, що зусилля батьків по їх вихованню зазвичай виявляються марними.
29. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх власних рук.
30. Іноді важко зрозуміти, чому керівники вчиняють так, а не інакше.
31. Людина, яка не змогла досягти успіхів в своїй роботі, швидше за все просто не доклала достатніх зусиль.
32. Частіше за все, я можу добитися від членів моєї сім'ї того, чого я хочу.
33. В неприємностях та невдачах, які були в моєму житті, частіше були винні інші люди, а не я.
34. Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею слідкувати та правильно вдягати.
35. У складних обставинах краще почекати, доки проблеми не вирішаться самі по собі.
36. Успіх є результатом завзятої праці і мало залежить від випадку або визіння.

37. Я відчуваю, що від мене більше ніж від когось іншого, залежить щастя моєї сім'ї.
38. Мені завжди складно зрозуміти, чому я подобаюсь одним людям, та не подобаюсь іншим.
39. Я завжди намагаюся приймати рішення та діяти самостійно, а не сподіватися на допомогу інших людей та не покладатися на долю.
40. Нажаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі його старання.
41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які не можливо вирішити навіть при сильному бажанні.
42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати свої здібності, повинні винуватити в цьому лише себе.
43. Багато моїх успіхів видалися можливими, завдяки допомозі інших людей.
44. Більшість невдач у моєму житті відбулося від незнання або лінощів и мало залежало від везіння або невезіння.
- Підрахунок відповідей здійснювався окремо за кожною шкалою (кількість співпадінь за шкалою дорівнює кількості балів за нею).

1. Шкала загальної інтернальності:

«+» 2, 4, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 22, 25, 27, 29, 32, 34, 36, 37, 39, 42, 44;

«-» 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 14, 18, 21, 23, 24, 26, 28, 31, 33, 38, 40, 41, 43.

2. Шкала інтернальності в області досягнень.

«+» 12, 15, 27, 32, 36, 37;

«-» 1, 5, 6, 14, 26, 43.

3. Шкала інтернальності в області невдач:

«+» 2, 4, 20, 31, 42, 44;

«-» 7, 24, 33, 38, 40, 41.

4. Шкала інтернальності в області сімейних відносин:

«+» 2, 16, 20, 32, 37;

«-» 7, 14, 26, 28, 41.

5. Шкала інтернальності в області професійних відносин:

«+» 19, 22, 25, 42;

«-» 1, 9, 10, 30.

6. Шкала інтернальності у відношенні здоров'я - хвороби:

«+» 13, 34;

«-» 3, 23.

Екстернальний тип (0-11 балів) – індивіду властиво інтерпретувати події його життя, як такі що залежать не від його волі, а від третіх сил (бога, долі, середовища, випадку, везіння, дій інших людей тощо). Екстернали характеризуються емоційною не стабільністю, схильністю до неформального спілкування та поведінки, меншою, у порівнянні з полярною характеристикою, комунікабельністю, низьким самоконтролем та високою напругою. Через знижене почуття здатності впливати на власне життя, контролювати розвиток подій, люди з цим типом контролю, не приймають на себе відповідальність за все, що з ним відбувається.

Змішаний тип (12-32 бали) – переважає у більшості людей. Особливості їх суб'єктивного контролю можуть змінюватися в залежності від складності ситуації. Тобто за різних обставин людина може демонструвати як інтернальний так і екстернальний типи.

Ітернальний тип (33-44 бали) – особистість із високим рівнем суб'єктивного контролю, яка вважає, що більшість важливих подій її життя залежить від особистісних якостей (компетентності, цілеспрямованості, наполегливості, рівня здібностей) та є закономірними наслідками її власної діяльності. Ітернали вважають, що здатні впливати на події власного життя, керувати ними та нести відповідальність за них та своє життя в цілому. Для таких людей характерні емоційна стабільність, наполегливість, рішучість, комунікабельність, високий рівень самоконтролю, стриманість.

Шкала інтернальності в області досягнень. Високі показники за цією шкалою відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно позитивними подіями та ситуаціями. Люди із такими показниками вважають,

що самостійно досягли всього позитивного у своєму житті, та вони здатні з успіхом переслідувати цілі свого майбутнього. За низьких показників, можна констатувати приписування людиною своїх успіхів та досягнень зовнішнім обставинам.

Шкала інтернальності в області невдач. Високі показники по цій шкалі демонструють розвинене почуття суб'єктивного контролю, по відношенню до негативних подій та ситуацій, що проявляється у схильності звинувачувати самого себе в різного роду невдачах або стражданнях. Низькі показники по шкалі свідчать про схильність досліджуваного за подібні події іншим людям, або вважати їх результатом свого не успіху.

Шкала інтернальності в області сімейних відносин: Високі показники свідчать про те, що людина вважає себе відповідальною за події, у його сімейному житті. Низький рівень означає, що суб'єкт вважає не себе, а своїх партнерів причиною тих чи інших ситуацій, що виникають у сім'ї.

Шкала інтернальності в області професійних відносин. Високий рівень свідчить про те, що індивід вважає власні дії найважливішим фактором організації власної діяльності, відносин в колективі, кар'єрному просуванні, тощо. Низький показник вказує на те, що суб'єкт схильний приписувати більш важливе значення зовнішнім обставинам, колегам, везінню-невезінню, та інше.

Шкала інтернальності у відношенні здоров'я – хвороби. Високі показники – свідчать про відповідальність досліджуваного за власне здоров'я. У випадку захворювання, він звинувачує себе самого та вважає, що одужання також залежить від його дій.

На наш погляд, застосування обраних методик дозволить ефективно та точно дослідити психологічні змістові параметри професійної Я-концепції майбутніх психологів і здійснити порівняльний аналіз, що буде реалізовано у наступному підрозділі нашого дослідження.

3.2. Кількісне та якісне аналізування психологічних змістовних параметрів професійної Я-концепції майбутнього психолога

Проаналізуємо отримані результати емпіричного дослідження психологічних змістових параметрів професійної Я-концепції майбутнього психолога у такій послідовності:

1. Характеристика результатів дослідження за методикою діагностики самооцінки А.С. Будасі.
2. Характеристика результатів дослідження за опитувальником «Рівень домагань особистості» (В. Гербачевський);
3. Характеристика результатів дослідження за тестовою методикою діагностики рефлексивності А.В. Карпова;
4. Характеристика результатів дослідження за методикою «Локусу контролю» Дж. Роттера.

Характеристика результатів дослідження за методикою діагностики самооцінки А.С. Будасі.

Коефіцієнт рангової кореляції r , може знаходитись в інтервалі від -1 до $+1$, із рівнем достовірності $0,05$.

$-0,37$ до $+0,37$ (рубіж нульового зв'язку Я-ідеального та Я-реального, за умов хибності при виконанні завдання) – за результатами проведення виявлено 4 осіб, що становить $6,6\%$, з показниками від $+0,28$ до $+0,34$, що свідчить про низький зв'язок між уявленнями цих досліджуваних між уявленнями людини відносно свого ідеалу та реальних якостях.

$+0,38$ $+1$ (наявність позитивного зв'язку ідеального та реального Я). До зазначеного діапазону з показником коефіцієнту $+0,39$ $+0,89$ (тенденція до завищення) увійшли 52 особи, що становить $88,3\%$ вибірки.

Значення коефіцієнта $+09$ $+1$ (неадекватно завищена самооцінка) жодний досліджуваний не показав.

$-0,38$ -1 (занижена самооцінка) Значення коефіцієнта із негативним зв'язком продемонстрували 3 досліджувані (5%) в діапазоні $-0,41$ $-0,49$. Що демонструє певний рівень негативного зв'язку між реальним та ідеальним Я.

Перейдемо до висвітлення результатів первинної обробки за опитувальником «Рівень домагань особистості». Керуючись інтервалами низьких, середніх та високих значень показників рівня домагань особистості, ми оцінили отримані індивідуальні результати досліджуваних, орієнтуючись на шкалу, визначену за середніми значеннями та середньоквадратичним відхиленням. Результати первинної обробки представлено у табл. 2.1.

Таблиця 3.1

**Середні значення та середньоквадратичні відхилення за показниками
«Рівень домагань особистості» (n=136)**

№	Психологічні змістові параметри	Середня арифметична, \bar{x}	Середнє відхилення, σ
1	2	3	4
1.	Внутрішній мотив	12,66	3,29
2.	Пізнавальний мотив	15,67	3,23
3.	Мотив уникнення	10,82	3,30
4.	Мотив змагання	12,08	3,33
5.	Мотив зміни діяльності	12,81	3,51
6.	Мотив самоповаги	14,24	3,20
7.	Значущість результатів	9,32	3,22
8.	Складність завдання	6,01	2,78
9.	Вольове зусилля	12,38	3,01
10.	Оцінка рівня досягнутих результатів	9,66	2,33
11.	Оцінка свого потенціалу	14,36	3,23
12.	Намічений рівень мобілізації зусиль	14,12	3,14
13.	Очікуваний рівень результатів	9,64	2,27
14.	Закономірність результатів	13,55	3,12
15.	Ініціативність	13,07	2,93

Представимо у таблиці відсоткові частоти розподілу емпіричних даних досліджуваних за кожною шкалою (див. табл. 2.2). Констатуємо, що у всіх емпіричних даних дослідження психологічних змістових параметрів отримано традиційну криву розподілу емпіричних результатів, оскільки

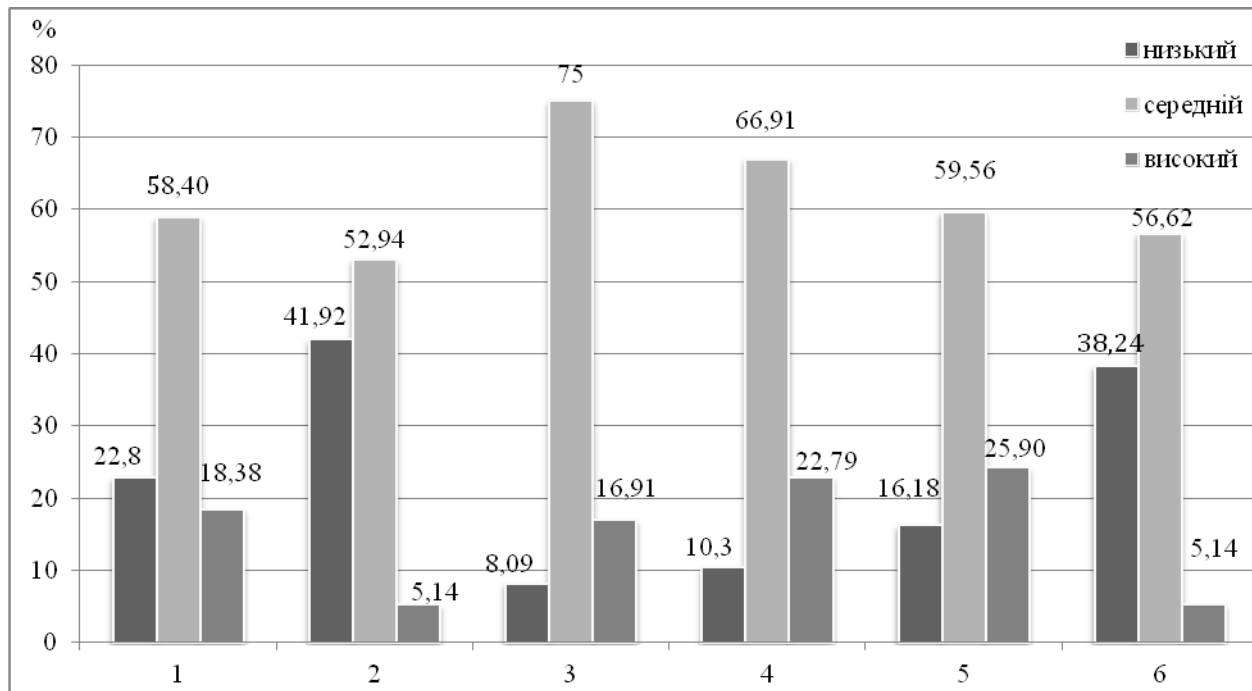
переважають значення середнього рівня значущості результатів, що знаходяться у межах від у 52,95% до 75,00% досліджуваних.

Таблиця 3.2

Відсотковий розподіл первинних результатів досліджуваних за показниками «Рівня домагань особистості» (n=136)

№	Психологічні змістові параметри	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
		n	%	n	%	n	%
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Внутрішній мотив	25	18,38	80	58,82	31	22,80
2.	Пізнавальний мотив	7	5,14	72	52,94	57	41,92
3.	Мотив уникнення	23	16,91	102	75,00	11	8,09
4.	Мотив змагання	31	22,79	91	66,91	14	10,30
5.	Мотив зміни діяльності	33	24,26	81	59,56	22	16,18
6.	Мотив самоповаги	7	5,14	77	56,62	52	38,24
7.	Значущість результатів	57	41,91	72	52,95	7	5,14
8.	Складність завдання	54	39,71	75	55,15	7	5,14
9.	Вольове зусилля	28	20,59	90	66,18	18	13,23
10.	Оцінка рівня досягнутих результатів	8	5,88	86	63,24	42	30,88
11.	Оцінка свого потенціалу	9	6,62	85	62,50	42	30,88
12.	Намічений рівень мобілізації зусиль	10	7,35	86	63,24	40	29,41
13.	Очікуваний рівень результатів	10	7,35	95	69,85	31	22,80
14.	Закономірність результатів	7	5,14	96	70,60	33	24,26
15.	Ініціативність	16	11,76	100	73,53	20	14,71

Мотиваційна структура особистості, визначена за допомогою опитувальника «РДО», об'єднує чотири групи: ядро мотиваційної структури; досягнення важких цілей; прогностична оцінка діяльності суб'єкта; відповідність виконуваної діяльності. Покажемо графічно результати досліджуваних вибіркової сукупності всіх ознак за групами мотиваційної структури особистості. На рис. 3.1 подано психологічні змістові параметри «ядра мотиваційної структури особистості».

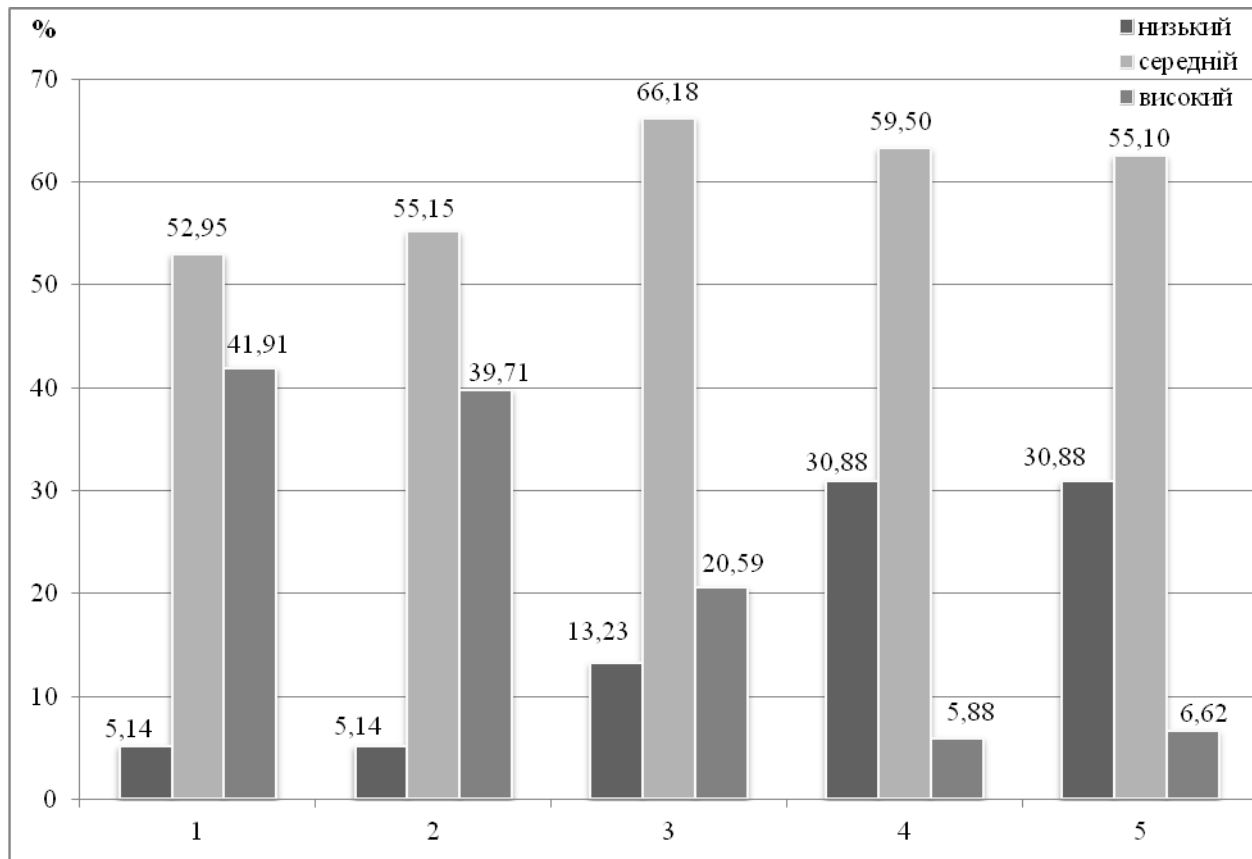


Примітка. 1. Внутрішній мотив; 2. Пізнавальний мотив; 3. Мотив уникнення; 4. Мотив змагання; 5. Мотив зміни діяльності; 6. Мотив самоповаги.

Рис. 3.1. Характеристика психологічних змістових параметрів «ядра мотиваційної структури особистості»

Профіль вибірки групи параметрів «ядро мотиваційної структури особистості» (n=136) показав відносно відмінну від попередніх емпіричних значень криву розподілу емпіричних результатів. Спостерігаємо достатньо високі значення низького рівня ознак внутрішнього мотиву (22,80%) і мотиву самоповаги (38,24%), які межують зі значеннями середнього рівня вимірюваних ознак. Очікувано високі результати середніх рівнів знаходяться у межах від 52,94% до 75,00% досліджуваних, низькі рівні – 8,09 % до 38,24%, і відповідно, високим рівнем володіють від 5,14% до 25,90% досліджуваних.

Результати визначення психологічних змістових параметрів «досягнення важких цілей» показано на рис. 3.2.

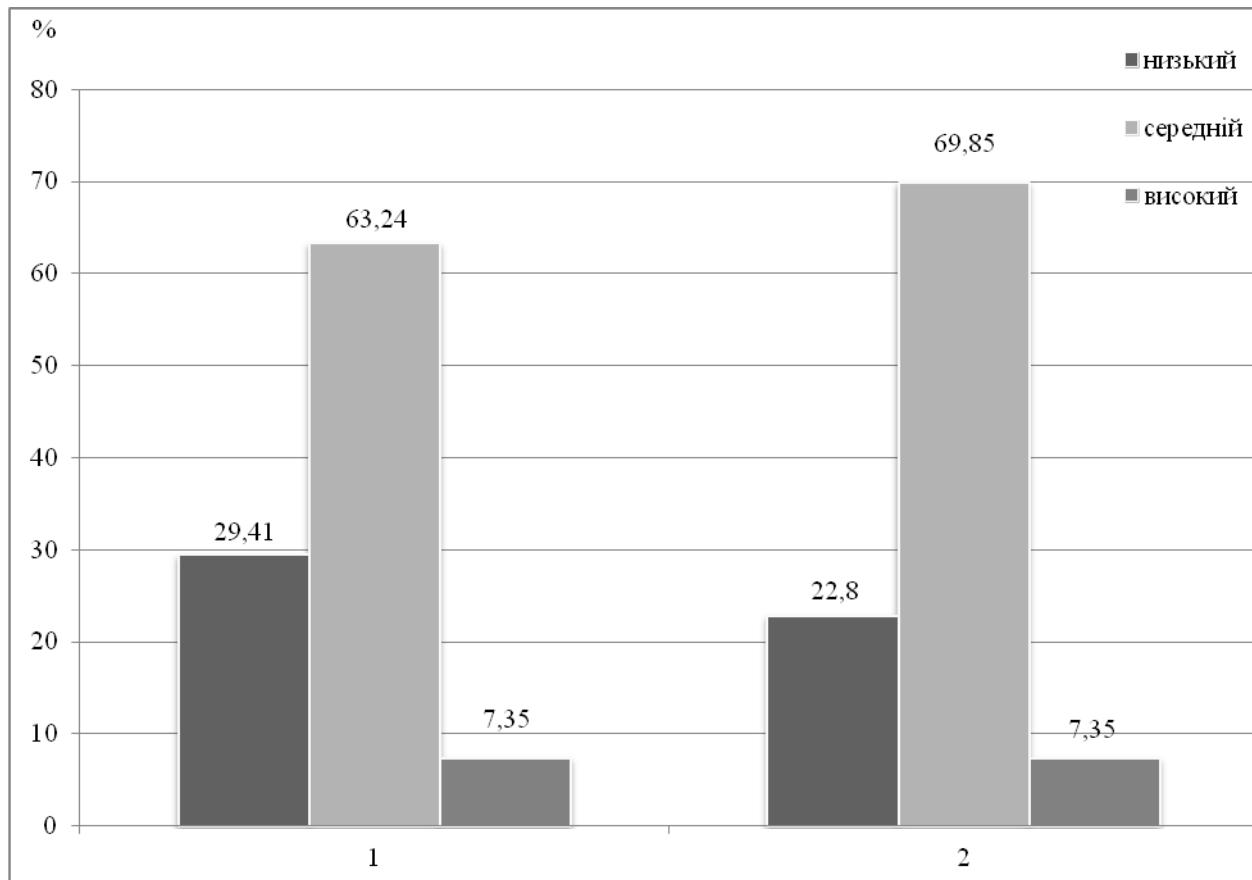


Примітка. 1. Значущість результатів; 2. Складність завдання; 3. Вольове зусилля; 4. Оцінка рівня досягнутих результатів; 5. Оцінка свого потенціалу.

Рис. 3.2. Характеристика психологічних змістових параметрів «досягнення важких цілей»

Профіль вибірки групи параметрів «досягнення важких цілей» мотиваційної структури особистості (n=136) показав абсолютно відмінну від попередніх емпіричних значень криву розподілу емпіричних результатів. Спостерігаємо високі значення високого рівня ознак оцінка рівня досягнутих результатів (59,50%) і вольове зусилля (66,18%). У значеннях інших параметрів: значущість результатів, складність завдання, оцінка свого потенціалу – має місце правильна крива розподілу емпіричних результатів. Високі результати високого рівня знаходяться у межах від 5,88% до 41,91% досліджуваних, низькі рівні – 5,14% до 30,88%, і відповідно, середнім рівнем володіють від 52,95% до 66,18% досліджуваних.

Результати визначення психологічних змістових параметрів «прогностична оцінка діяльності суб'єкта» графічно показано на рис. 3.3.

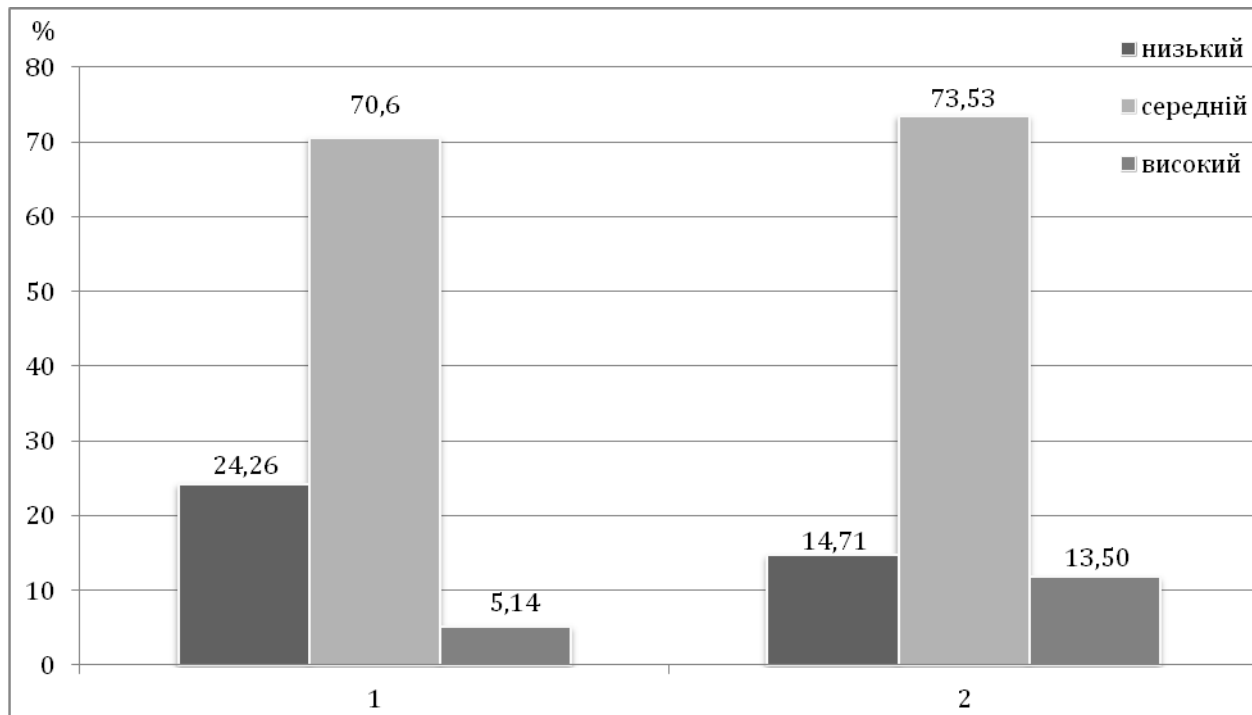


Примітка. 1. Намічений рівень мобілізації зусиль; 2. Очікуваний рівень результатів.

Рис. 3.3. Психологічні змістові параметри «прогностичної оцінки діяльності суб'єкта»

Профіль вибірки групи параметрів «прогностична оцінка діяльності суб'єкта» мотиваційної структури особистості (n=136) показав відносно схожу з групою «ядро мотиваційної структури особистості» криву розподілу емпіричних результатів. Спостерігаємо достатньо високі значення середнього рівня параметра «намічений рівень мобілізації зусиль» (63,24%) і параметра «очікуваний рівень результатів» (69,85%). Очікувано низькі результати високого рівня сягають позначки у двох психологічних змістових параметрів 7,35 досліджуваних, а низькі рівні – 22,80% й 29,41% досліджуваних.

Результати визначення психологічних змістових параметрів «відповідність виконуваної діяльності» показано графічно на рис. 3.4.



Примітка. 1. Закономірність результатів; 2. Ініціативність.

Рис. 3.4. Психологічні змістові параметри «відповідності виконуваної діяльності»

Профіль вибірки групи параметрів «відповідність виконуваної діяльності» мотиваційної структури особистості (n=136) показав відносно схожу з попереднім блоком «прогностичної оцінки діяльності суб'єкта» криву розподілу емпіричних результатів. Також спостерігаємо достатньо високі значення середнього рівня параметра «закономірності результатів» (70,60%) та «ініціативність» (73,53%). Очікувано низькі результати високого рівня знаходяться у межах 5,14% і 13,50% досліджуваних, низькі рівні – 14,71% і 24,26% досліджуваних.

Характеристика результатів дослідження рівня рефлексивності за методикою А.В. Карпова.

Обчислення методом переведу сирих балів в стени та опрацювання результатів дослідження дозволило дійти таких висновків:

0-3 низький рівень рефлексивності виявлено у 16 досліджуваних, що склало 26,6% вибірки.

4-7 середній рівень рефлексивності, встановлено 39 осіб, або 65% досліджуваних.

8-10 високий рівень рефлексивності, зафіксовано у 5 осіб, що становить 8,3% досліджуваних.

Характеристика результатів дослідження за методикою «Локусу контролю» Дж. Роттера.

Екстернальний тип (0-11) балів – результати дослідження показали 2 особи з екстернальними характеристиками суб'єктивного контролю, що склало 3,3% досліджуваних. Такий результат може сигналізувати про не дотримання досліджуваними інструкції проведення тестування. У разі виключення такої можливості, мова йде про так званий «чистий» екстернальний тип.

Змішаний тип (12-32) бали – переважає у більшості досліджуваних, 56 осіб, що складає 93,3 %. Люди змішаного типу в залежності від обставин можуть демонструвати як інтернальні так і екстернальні характеристики суб'єктивного контролю.

Інтернальний тип (33-44 бали) – як і у випадку з полярним типом, виявлено 2 особи з чистими інтернальними параметрами.

Проведене дослідження продемонструвало наявність позитивного кореляційного зв'язку самооцінки особистості з рівнем її домагань, а також характеристиками суб'єктивного контролю. Це дозволяє нам дійти висновку про стрижневу роль самооцінки у формуванні позитивної Я-концепції не лише майбутнього психолога, ай представників інших соціометричних професій. Водночас констатуємо, що взаємозалежності самооцінки, РДО, та локусу контролю не встановлено.

3.3. Методичні рекомендації щодо формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога

Процес формування позитивної професійної Я-концепції полягає в усвідомленні студентом самої суті майбутньої психологічної діяльності, з її особливостями і навантаженнями, що призводить до змін у когнітивному компоненті. Усвідомлюючи себе в професії відбувається зміна системи уявлень про себе, як суб'єкта цієї діяльності. В ході проведених досліджень, І. П. Андрійчук доходить висновків про несуттєві зміни в показниках Я-концепції на етапі професійної підготовки. Авторка наголошує, що лише третина студентів-психологів виявляють позитивні тенденції до формування позитивної Я-концепції [2]. В.В. Волошина переконана, що перші роки навчання у виші повинні бути насичені практичним змістом, збагаченим спеціальними техніками та технологіями, які б давали студенту змогу досягнути та усвідомити всі особливості професійної діяльності психолога, його рівень особистої відповідальності. Розуміючи реальність професії, під час практичних заходів, студенти повинні самостійно збагнути власні нахили та здібності, відповідно особливостей спеціалізації, визначити, з урахуванням власного темпераменту та рис характеру, переваги індивідуального чи групового консультування. За таких умов, майбутній психолог здатен створювати власну професійну перспективу [11]. Визначивши ключовими для формування професійної Я-концепції такі фактори, як гуманістична спрямованість педагогічного процесу, особистісно орієнтований вид підготовки, загальна позитивна установка особистості, рефлексивність, інтернальний локус контролю, прагнення до самовдосконалення, дослідники пропонують широкий спектр засобів як індивідуальної, так і групової форм взаємодії, спрямованих на вдале формування професійного Я-образу.

Основною, найбільш поширеною формою групової роботи, є психологічний тренінг. Доступність та ефективність методу, робить його

надзвичайно ефективним інструментом надбання, формування або відкриття професійно важливих, особистісних рис студента, на етапі професійної підготовки. Ю.В. Вінтюк розкриває механізми, за рахунок яких і відбувається особистісно-професіональне зростання майбутнього психолога:

1. Активне спілкування під час тренінгу поєднує в собі професійну спрямованість та особистісний рівень. Водночас відбувається формування професійно-значущих комунікативних навичок.
2. Робота в групі, під час виконання задач тренінгу, сприяє генерації навичок міжособистісної взаємодії.
3. Розвиток здібностей до аналізування ситуацій, згідно запропонованих тренером фабул. Набуття навичок, щодо процесу управління тренінгом.
4. Можливість застосування отриманого досвіду відносно себе, або в подальшій професійній діяльності. Отримання поглибленої інформації про себе та інших, сильні та слабкі сторони, готовність до тих чи інших ситуацій, тощо. Отриманий досвід активує процес подальшої самоактуалізації, шляхом збільшення особистісних переваг [9].

І.В. Шевцова розглядає особистісне зростання у двох площинах:

1. З позиції процесу
 - Усвідомлення позитивних та негативних сторін власної особистості
 - Усвідомлення можливостей
 - Підвищення рівня психологічних компетенцій
 - Вирішення внутрішніх конфліктів
 - Самоактуалізація
 - Інтерес до самопізнання
2. З позиції результату
 - Прийняття себе
 - Розуміння та прийняття оточуючих, гармонійні стосунки із ними.
 - Психічна рівновага та гармонія

- Досягнення нового рівня самореалізації [50].

В.М. Федорчук зазначає, що різноманіття методичних прийомів, які застосовуються під час тренінгового заходу, фактично зводяться до трьох його форм: дискусія, гра та медитація і методи невербальної активності. Основним показником ефективності тренінгу є його адекватність простота у використанні [24]. Дослідник пропонує комплексну авторську програму «Тренінг особистісного зростання», який спрямований на створення гуманістичного підґрунтя для саморозкриття, розвитку рефлексії власного «Я», розширення його вимірів, та дослідження власної, а отже і Я-концепції майбутнього психолога. Ми вважаємо, що особливої цінності такий проект набуває саме на початку навчальної професіоналізації, тобто на перших курсах навчання. По мірі відповідного усвідомлення студентом себе у професії, осягнення власного професійного Я, та відносно сталого позитивного формування інших елементів структури професійної Я-концепції, шляхом опрацювання професійно-важливих особистісних якостей методом «Тренінгу особистого зростання», доцільно перейти до більш предметних педагогічних заходів, таких як професійна інтервізія. Представлена Журавльов А.В. програма практикуму «Інтервізія: шлях до ефективного консультування та професійної кар'єри», визначає за мету формування у студента психолога інтелектуального, вольового, афективного та мотиваційного мікрорівнів особистості, які власне і детермінують успішність подальшої професійної діяльності. Робота в інтервізованих групах ґрунтується на методі загострення суперечностей, та активізації учасників до раціональної постановки професійних запитань. З огляду на специфіку не важко збагнути, що підготовка методом супервізії потребує високого рівня теоритичної знань, та готовності студентів консультативної практики. Саме тому, на нашу думку супервізія буде ефективним інструментом практичної підготовки майбутніх психологів на останньому курсі навчання у ЗВО.

Спираючись на емпіричні результати дослідження психологічних змістових параметрів мотиваційної сфери особистості за проведеними

методиками нами запропоновано методичні рекомендації щодо формування професійної Я-концепції майбутнього психолога. Тренінг розрахований на три зустрічі. Не частіше однієї зустрічі на тиждень. В кожному тренінговому занятті відпрацьовується по три вправи. Домашні завдання зводяться до спостереження та рефлексії. Особливої уваги слід приділяти обговоренню. Задача ведучого заохочувати учасників до цього процесу.

Вправа 1. Самопрезентація.

- Швидке, доброзичливе та ефективне знайомство учасників
- Створення підґрунтя для саморозкриття
- Розпізнання уявлень учасників про себе (когнітивний компонент)
- Формування установки власної цінності та значущості своєї особистості.

Реквізит: для кожного учасника – приладдя для письма (папір ручка).

Інструкція: Учасники починають із розповіді про себе, по черзі. Окрім біографічних відомостей необхідно говорити про особистісні характеристики, риси власної індивідуальності. Їх необхідно визначити не менше 10, з акцентом на позитивні.

Обговорення: Учасники групи та її керівник, можуть задавати запитання, щодо тих чи інших рис характеру, хобі доповідача, тощо

Для надання певної структурованості, або з метою впоратися у відведений час, можна повідомляти однакову інформацію: ім'я, захоплення, кілька позитивних рис характеру, значуща подія власного життя, або епізод, який найбільш запам'ятався. Проте ми вважаємо, що для реалізації гуманістичного принципу підготовки, самопрезентація буде ефективнішою та цікавішою у вигляді імпровізованого есе.

Вправа 2. Я-концепція

- Роз'яснення змісту Я-концепції, та основних її компонентів
- Визначити стан розвитку власної Я-концепції
- Подолати психологічні перешкоди повноцінного самовираження.

Міні-лекція: ведучий пояснює студентам-психологам зміст «Я-концепції» особистості, структуру її компонентів і функції, спрямованість (позитивна, негативна, амбівалентна). Зауважує на тому, що для професійного психолога особистісні утворення є консультаційним інструментом. Роз'ясняє особливості професійної Я-концепції психолога.

Ведучій промовляє, що кожній людині властиве уявлення відносно того, що робить її унікальною, формує її індивідуальність, та чим вона відрізняється від інших людей. В ході виконання наступних завдань необхідно з'ясувати, чи розділяє оточення мої когніції про себе, чи бачать мене інші таким, яким уявляю себе я? Що лежить в основі сприйняття мене іншими?

Вправа 3 «Лист до себе»

Мета: Моделювання учасниками Я-образу, формування позитивних очікувань.

Реквізит: для кожного учасника – приладдя для письма (папір ручка).

Інструкція: На окремому аркуші необхідно написати листа самому собі. В ньому якомога детальніше учасник розписує власні очікування від заходу, формує цілі, та напрямки змін на період програми. Також необхідно записати, в результаті якої події учасник міг би стати більш зрілим в особистісному плані. На згорнутому аркуші учасник робить позначку з метою подальшої ідентифікації листа, який до кінця тренінгового заходу знаходитиметься у керівника (ведучого). При своїй функціональній простоті, вправа є надзвичайно продуктивною, оскільки через письмову форму активується психонейронна модель активності психіки, яка спонукає студента шукати шляхів досягнення викладених очікувань, виконання планів та вирішення особистісних задач на зазначеному специфічному рівні. На нашу думку, після завершення тренінгу необхідно аналогічно письмово проаналізувати результати яких вдалося досягти, та зазначити причини через які їх досягти не вдалось за можливе.

Вправа 4. «Виміри власного Я»

Мета:

- рефлексія власного Я, розширення його вимірів
- Розвинення ідентифікації

Реквізит: для кожного учасника – бланки з реченнями, приладдя для письма (папір ручка).

Інструкція: Учасникам пропонується на власний розсуд закінчити речення.

Я – склянка із водою...

Я – почуваю себе шматочком льоду, коли...

Я – прекрасна квітка...

Я – могутня скеля...

Я – немов небесна зірка...

Я – здатен (здатна) бути громом, коли...

Я – людина...

Я – можу бути...

Я – цікава книга...

Я – стежка...

Я – ніби буква «О»...

Я – роса

Я - можу бути вітром...

Ми переконані, що список диспозиційних речень, необхідно підбирати під якісний склад групи студентів психологів, з певною провокативною складовою, що спонукає до нестандартних та інтроспективних відповідей.

Обговорення: Після уважного аналізу, обговорити що вразило учасників? Які речення були продовжені відразу, а які викликали утруднення? Які не було бажання продовжувати? Які думки є близькими кожному учаснику.

Вправа 5: Хто я такий?

1. Необхідно надати 10 відповідей на запитання, фіксуючи їх саме в такій формі, в якій вони прийшли на думку.

2. Надати відповідь на те саме запитання, інтерпретуючи його від імені одного із своїх батьків.
3. Надати відповідь на те ж питання, інтерпретуючи його від імені найближчого друга/подруги.

Далі необхідно здійснити порівняльний аналіз трьох блоків відповідей, та в письмовій формі зазначити таке:

1. Визначити схожість
2. Віднайти відмінності, та пояснити їх з позиції поведінки з різними людьми, та ролями при спілкуванні з близькими. Інші думки з цього приводу.
3. Чи можливо пояснити відмінності індивідуальними особливостями інших людей, вплив їх очікувань на формування суджень про учасника, які він їм приписує.
4. Вказати які із власно наданих відповідей стосувались:
 - а) Фізичних характеристик (красота, сила, здоров'я)
 - б) Психологічних особливостей (інтелектуальна та емоційна сфери)
 - в) соціальних ролей (професія, сімейний стан та ін.)

Після цього пропонується встановити черговість, яку учасник вважає доцільною із зазначених трьох груп якостей. Проаналізувати, чи збережена початкова позиція відносно своєї самохарактеристики. Якщо позиція змінилась, необхідно записати в новій послідовності свої якості.

Ведучий може поставити додаткові запитання: Як учасник поводить себе з іншими людьми? Його роль бере у спілкуванні? Чим зумовлені відмінності у сприйнятті його оточуючими: їх індивідуальними особливостями або власними особистісними рисами?

Виконаний в письмовій формі висновок і буде вербальним, словесно зафіксованим визначенням Я-концепції особистості учасника. Такий підхід дає можливість відслідкувати залежність Я-концепції від значимих інших, сторонніх осіб, що сприймають учасника, від власного імені, від ціннісних орієнтирів.

Далі ведучий просить учасників порахувати кількість позитивних та негативних рис, якостей та параметрів. Виключно позитивні характеристики свідчать про завищену самооцінку. При їх домінуванні можна говорити про адекватність самооцінки. При переважанні негативних – констатувати неадекватно занижену.

Під час обговорення встановлюється: чи залишаються учасники на первинних позиціях самохарактеристики? Якщо ні, пропонується записати первинні характеристики у новому порядку. Пояснити ті з них які додалися чи змінились.

Вправа 6. «Хто Я»?

Мета:

- створення психологічного портрету власного Я.
- Розвиток рефлексії
- Інвентаризація якостей власного Я.

Інструкція. На аркуші паперу дати відповідь на питання «Хто Я», від 10 і більше разів, одним словом, використовуючи лише іменники або прикметники. Вправа виконується при кожній зустрічі групи. Список відповідей постійно поповнюється та корегується.

Обговорення: Здійснюється на останньому занятті групи.

Вправа 6. «Мої сильні сторони».

- Визначення сильних сторін особистості кожного учасника.
- Надання позитивної полярності Я-концепції учасників.
- Розвиток рефлексії.

Інструкція:

1. У розслабленому стані із заплющеними очима учасники пригадують події власного життя, не кваплячись, протягом 10 хвилин, починаючи з дитячих. Пригадувати кожне досягнення, кожному досконало виконану справу, кожную заслугу, якою учасник може пишатися. Уникати зауважень, які зменшують або спотворюють заслуги учасника. Особливу увагу слід приділити тим подіям, які без його участі дістали

негативного розвитку. Згадати вчинки які для учасника дались не легко, не зважаючи на те, що для когось вони не уявляють складності (опанування іноземної мови, припинення токсичних стосунків, тощо).

На другому етапі, кожен із учасників, максимально відверто розповідає про свої переваги. Йдеться про його інтереси, внутрішні ресурси, про те, що він цінує в собі, що дає почуття самовпевненості та самодовіри.

Важливо, щоб спікер не зменшував своїх чеснот, говорив відкрито, не заперечуючи сказаного.

Окрім окреслення власних сильних сторін, учасники вчаться мислити та висловлюватись про себе в позитивному ракурсі.

2. Відведений час 3-4 хвилини. У разі дострокового закінчення, час, що залишився належить спікеру. Він вправі провести його у мовчанні, учасники не задають йому питань, не уточнюють деталей та не обговорюють почуте. Учасник, що говорить не зобов'язаний пояснювати чи розкривати свою позицію, яку він вважає сильною стороною. Черга йде по колу.
3. Після останнього виступу, ведучий пропонує провести інвентаризацію своїх сильних сторін, зафіксувавши їх письмово, з урахуванням не лише тих що були проговорені, але і тих які кожен усвідомлює в собі тут і тепер.
4. Група ділиться на рівне число учасників для обговорення в підгрупах питання: Як завдяки своїм сильним сторонам здобути щось істинно цінне, що не обмежується власними інтересами і потребами. Потім у форматі всієї групи, учасники діляться як вони використовуватимуть власні сильні сторони для особистісного зростання.

Обговорення: Учасники діляться відчуттями від проведеної роботи, обговорюють виниклі труднощі, висловлюють думки, які склалися відносно них самих, після виконання вправи, роблять висновки.

Вправа 7. «Упевненість в собі. Самооцінка»

Мета: визначити рівень упевненості в собі, самооцінку.

Інструкція. Продумайте запропоновані нижче твердження, вказавши на окремому аркуші (за чотирибальною шкалою) своє ставлення до них. Кожен бал означає таке:

Я думаю про це:

4 бали - дуже часто;

3 бали - часто;

2 бали - іноді;

1 бал - рідко;

0 балів - ніколи.

1. Мені хочеться, щоб мої друзі підбадьорювали мене.
2. Я постійно відчуваю свою відповідальність у роботі.
3. Я турбуюся про своє майбутнє.
4. Багато хто мені заздрить.
5. Я менш ініціативний, ніж інші.
6. Я турбуюся за свій психічний стан.
7. Я боюся виглядати дурнем.
8. Зовнішній вигляд інших кращий, ніж мій.
9. Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я часто роблю помилки.
11. Прикро, що я не вмію говорити гарно з людьми.
12. Я уникаю зачіпати почуття інших людей, навіть якщо мене образили.
13. Я вважаю за краще виконувати письмові роботи, ніж пройти через співбесіду.
14. Я соромлюся повертати товари, якщо виявляю на них дефект.
15. Моє життя даремне.
16. Багато хто неправильно думає про мене.

17. Мені ні з ким поділитися своїми думками.
18. Люди чекають від мене дуже багато чого.
19. Люди не дуже цікавляться моїми досягненнями.
20. Я легко бентежуся.
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміють мене.
22. Я не почуваю себе у безпеці.
23. У багатьох ситуаціях я хвилююся даремно.
24. Я почуваю себе незручно, коли входжу в кімнату, де вже сидять люди.
25. Я відчуваю, що люди говорять про мене за моєю спиною.
26. Я почуваю себе скутим.
27. Я впевнений, що люди переживають життєві труднощі легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною повинна статися яка-небудь неприємність.
29. Мене хвилює думка про те, як люди ставляться до мене.
30. Прикро, що я не дуже товариський.
31. Мені важко відмовити людині в її проханні (сказати «ні»).
32. Я не наважуюся призначати побачення і приймати запрошення на побачення через свою сором'язливість.

Результати:

Від 0 до 25 балів, означає, що учасник переважно впевнений у своїх діях. Кількість від 26 до 45 балів означає середній рівень, а від 46 і вище - низький рівень самооцінки і невпевненість в собі (переживання щодо критичних зауважень у свою адресу, сумнів стосовно правильності своїх дій). Варто звернути увагу на сферу життєдіяльності, в якій учасник переживає невпевненість у собі.

Обговорення. Учасники коментують свої результати? Висловлюються стосовно їх згоди, щодо отриманих даних? Який висновок ви зробили?

Ведучий коментує результати, та мотивує учасників до розвитку впевненості у собі. У разі виявлення у учасників низькі показники самооцінювання, підібрати конкретні техніки, або цілісні програми з корекції самооцінки, та провести додатковий цикл занять з їх опрацювання. Індивідуальний метод роботи є актуальним при виявленні одиночних випадків. Авторський курс Б.М. Літвака «Сім кроків до стабільної самооцінки» цілком адаптований як для групових, так і для індивідуальних форм взаємодії.

Вправа 8. «Беру відповідальність на себе»

Мета: допомогти учасникам тренінгу усвідомити свою відповідальність за події, які відбуваються з кожним з них. Формування домінантної позиції інтернального локусу контролю.

Вступне слово від ведучого. «Чи згодні ви з твердженням, що ніхто за нас не проживе наше життя. Ф. Перлз писав про те, що людина стає особистістю тільки тоді, коли вона добровільно і свідомо бере на себе відповідальність за свою поведінку, за свої вчинки, слова, дії, за своє ставлення до інших, до світу, до себе, за свою долю і за своє життя. Учений стверджував, що якщо цього немає, то ви залишаєтеся маленькими дітьми, скільки б вам не було років» [24].

Інструкція. Учасникам пропонується проаналізувати, за що ми відповідаємо у своєму житті. Необхідно подумати (до 5 хвилин) і записати відповіді на питання, за що кожен з учасників відповідає у своєму житті? Особисто учасник? Записується усе, що згадає учасник. Далі спробуйте розподілити відповіді у двох колонках: «відповідаю повною мірою» та «відповідаю недостатньою мірою».

Додатково пропонується скласти список, за що учасник у своєму житті не бере на себе відповідальність, але усвідомлює необхідність у цьому.

Ведучий акцентує увагу на тому, що в цій вправі йдеться тільки про відповідальність кожного за себе, за свою долю і своє життя.

Обговорення. Які труднощі були при виконанні вправи? Аналіз причин того, що за дещо відповідальність недостатня? Порівняння своєї відповідальності, з відповідальністю інших учасників тренінгу? Як бути зі списком того, за що учасники не відповідаєте у своєму житті, хоча усвідомлюють необхідність у цьому? Які зміни відбулися у учасників після виконання вправи?

Вправа 9. «Гірська вершина»

Мета:

- допомогти людині увійти в дисоційований стан, щоб побачити і усвідомити свої проблеми ніби з боку;
- підвищити впевненість у собі.

Інструкція. Уявіть, що ви стоїте біля підніжжя величезної гори, з усіх сторін від вас величезні гори - Памір, Тібет, Гімалаї, Карпати. Десь на вершині гори пливуть хмари. Як чудово вгорі! Вам хочеться бути там. Ви можете літати... В небі літає Орел над скелями... Мить - і ви самі стаєте Орлом. Розправивши свої крила, ви ловите потік повітря і літаєте. Ви бачите хмари, які пливуть під вами. Вдалині на землі мініатюрні будинки, люди. Вам чути крик птахів, які пролітають повз вас. Оберіть собі зручну ділянку і спустіться туди. З недосяжної висоти подивіться на те, що залишилось там далеко біля підніжжя гори. Якими дріб'язковими, незначними бачите звідси ті проблеми, які вас хвилювали! Оцініть - чи варті вони зусиль і переживань ваших! Звідси, з висоти, вам легко побачити способи розв'язання проблем.

Знову злетіть і відчуйте прекрасне почуття польоту. Нехай воно надовго запам'ятається вам. А зараз знову станьте собою, тим, хто стоїть біля підніжжя гори. Помахайте рукою на прощання в небі Орлу, який летить, який

зробив доступним для вас нове сприйняття світу. Подякуйте йому. Ви знову тут, у цій кімнаті. Ви знову повернулися сюди після своєї чудової подорожі.

Обговорення. Чи вдався політ? Які почуття під час польоту пережили учасники? Чи змінилося їх ставлення до власних проблем? Чи знають вони способи розв'язання власних проблем?

Вправа 10. «Лист до себе». Замість підведення підсумків.

Мета: моделювання учасниками власного «Я - образу» після тренінгу.

Матеріали: папір А4.

Інструкція. У перший тренінговий день ви на окремому аркуші паперу писали листа самому собі, якими ви бачите себе наприкінці тренінгу. Ваші очікування від занять, власні цілі, наскільки, у чому, як ви змінитесь. Також писали, в результаті якої події ви могли б стати більш особистісно зрілим. Це був ваш лист у майбутнє. Оскільки в нас останнє заняття, то настав час відкрити вашого листа. Зверху на своїх листах ви ставили (малювали) позначки, за якими ви впізнаєте свій лист. Давайте проаналізуємо ваші очікування.

Обговорення. Чи підтвердилися очікування учасників? Що саме підтвердилося із того, що вони можуть розповісти? Що не підтвердилося? Яка причина? Чи отримали щось позитивне (негативне) на тренінгу, чого взагалі не могли передбачити? Що саме?

Лаконічний формат запропонованого тренінгового засобу обумовлений кількома факторами. По перше програма розрахована на участь студентів-психологів з певним рівнем теоретичної підготовки та відповідного рівня інтелектуального розвитку. По друге комплекс запропонованих вправ, має логічну структуру, та містить змістове наповнення професійної Я-концепції майбутнього психолога. По третє малочисельні зустрічі, з оптимальним інтервалом, за відсутності практичних завдань самопідготовки, дозволяють

інтегрувати запропоновану нами програму у навчальний процес, включаючи додаткові навчальні навантаження.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволяє зробити наступні висновки у відповідності до поставлених завдань.

1. Проведений теоретичний аналіз Я-концепції особистості. Визначено роль та місце феномену «Я» у психологічних, філософських та соціологічних теоріях особистості. Розглянуто основні підходи досліджень, які стали теоретико концептуальним підґрунтям психології Я-концепції в цілому. Досліджено відмінності різнопарадигмальних наукових поглядів, які є результатом багатовекторності та полікомпонентності конструкту. Проведено аналіз багатокомпонентної структури особистості, з виокремленням наступних компонентів: компоненти Я-концепції; модальності Я-концепції; рівні або аспекти Я-концепції; темпоральні складові Я-концепції.

2. Розглядаючи аспекти Я-концепції, нами був прийнятий за основу класичний поділ на фізичний, соціальний та особистісний рівні. Проте ми вважаємо певною мірою неможливим розчинити, діяльність людини, в тому числі професійний її вимір, у широкому спектрі загалу соціальних взаємодій. Запропоновано доповнити цей блок складових, четвертим – діяльнісним рівнем.

3. Проведено структурно-функціональне аналізування професійної Я-концепції особистості. На підставі інтегративного підходу визначено поняття похідного конструкту – професійної Я-концепції особистості, визначено її функції. Досліджено структуру професійної Я-концепції в повному обсязі структури первинного комплексу – базової Я-концепції.

4. Визначено змістовні параметри та психологічні характеристики професійної Я-концепції майбутнього психолога. Акцентовано увагу на структурно-семантичних особливостях професійної діяльності психолога, зокрема високому рівні особистісної підготовки, вмінні оперувати специфічними формами пізнання тощо.

5. Досліджено особливості формування професійної Я-концепції на стадії здобуття фахової освіти. В якості специфіки формування Я-концепції під час професійного навчання, нами визначений майже одночасний перехід двох вікових рубежів, виняткової психологічної важливості з їх чисельними новоутвореннями: перехід від підліткового до юнацького віку, який відбувається на початку навчання у вищі, та від юнацького віку до періоду ранньої дорослості на старших курсах вишу. Нами зазначено на диспропорційність формування компонентів професійної Я-концепції. Рецисивної позиції на стадії професійної підготовки дістає поведінковий компонент. Ми дослідили ознаки реальної професійної поведінки майбутнього психолога, на етапі навчання, так би мовити у теоретичному просторі. Соціальні очікування особистості на етапі академічної підготовки майбутнього фахівця, в умовах обмеженої, відсутністю практичного досвіду очевидності є стрижневим чинником конструювання реального образу майбутньої професії.

6. Визначено основні чинники формування позитивної професійної Я-концепції майбутнього психолога. Особистісно орієнтовані форми навчання за умов гуманістичної спрямованості та загального позитивного вектору, при взаємодії з викладачем у відкритому діалоговому просторі, є базисною площиною для формування необхідних професійно-релевантних утворень майбутнього психолога.

7. Здійснено кількісне та якісне аналізування психологічних змістовних параметрів професійної Я-концепції майбутнього психолога, таких як стабільна позитивна самооцінка з відповідним рівнем домагань, високий ступінь рефлексивності та інтернальний локус контролю.

8. Підготовлено методичні рекомендації – короткостроковий тренінговий курс для студентів, не лише психологічних спеціальностей, спрямований на позитивне формування професійної Я-концепції та її оптимізацію.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. «Наука жить», Киев, 1997, 34 с.
2. Андрійчук І.П., Місце консультаційної практики у процесі підготовки майбутніх психологів, Філософсько-психологічні аспекти лідерства в бізнесі, освіті та державі Збірник тез IV Міжнародної науково-практичної конференції, Львів, 2019
3. Андрійчук І.П. Формування позитивної Я-концепції особистості майбутніх практичних психологів у процесі професійної підготовки: дисертація канд. психол. наук: 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. - К., 2003.
4. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб.: Евразия, 2000.
5. Бернс Р., Развитие Я-концепции и воспитание /Пер. с англ. - М.: "Прогресс", 1986, 420 с.
6. Бодалев А. А., Жуков В. И., Лаптев Л. Г., Сластенин В. А. Психология и педагогика учебное пособие – Москва : Изд-во Института психотерапии, 2002. – 585 с.
7. Большой психологический словарь Издание 4-е, расширенное под редакцией Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко
8. Вестбрук Д. Кенерлі Г., Кірк Д. «Вступ у когнітивно-поведінкову терапію», Свічадо, Львів-2014,
9. Вінтюк Ю.В., Застосування тренінгів особистісного розвитку в підготовці майбутніх фахових психологів, «Молодий вчений» № 2 (54) лютий 2018 р. Львів, 2018
10. Володіна К.А., Формирование образа будущей профессии у студентов психологов на начальном этапе профессиональной подготовки в вузе, дис. Шадринск, 2015, 174 с.

11. Волошина В.В. Психологічні основи вибору майбутнім психологом спеціалізації професійної діяльності, Київ, 2011
12. Галузьяк В. М. Критерії особистісної зрілості майбутніх фахівців соціономічних професій. Розвиток особистості майбутнього психолога в умовах трансформації суспільства: монографія / В. І. Шахов, О. М. Паламарчук [та ін.]. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. С. 86–106.
13. Голубева О.В, Лебедева Т.Е., Иновационная экономика: перспективы развития и совершенствования, Нижегородский государственный педагогический университет им. К. Минина, Нижний Новгород, №7(33), 2018
14. Данілова Т.М., Формування гуманістичної спрямованості особистості майбутнього психолога, автореферат канд. психол. наук, інститут психології ім. Г.М. Костюка, Київ, 2004.
15. Демчук О. А. Локус контролю в структурі Я-концепції особистості як когнітивна детермінанта вибору копінг-стратегій. Науковий вісник Херсонського державного університету : Збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». 2016. Випуск 2. Т. 1. С. 53–58.
16. Джанерьян С. Т. Профессиональная Я-концепция: Системный подход: дис. ... д-ра психол. наук / С.Т. Джанерьян. – Ростов н/Д: РГБ, 2006. – 605 с.
17. Джанерьян С. Т., Системный подход в изучении профессиональной Я-концепции. Вестник ОГУ, 2005
18. Драндров Г.Л., Богослова Е.Г., Сюкиев Д.Н. Критерии развития позитивной я-концепции личности, Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 10-1. – С. 143-148; URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11879>
19. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис, Москва 1996, 340с
20. Жданович А.А., Карьерные ориентации в структуре профессиональной Я-концепции студентов

21. Затворнюк О.М. Формування у майбутніх психологів готовності до професійного самовдосконалення, дисертація канд. педаг. Наук, Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. - К., 2016.
22. Ибрагимова Е. Ф. Особенности становления профессиональной Я-концепции будущих психологов. Вестник совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. Челябинск, 1, 2016.
23. Исаева Н.Е. Концептуальная модель становления профессиональной субъектности будущих психологов, Известия ВГПУ, психологические проблемы современного образования, 2008
24. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики, Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45-57.
25. Кон А. С. Открытие "Я". М., 1978.
26. Кузина М.В. Развитие Я-концепции студента в процессе обучения иностранным языкам в ВУЗе, автореферат канд. педаг. наук, Саратов. 2016.
27. Кули Ч. Социальная самость. В кн.: Американская социологическая мысль: Тексты. М.: МГУ, 1994.
28. Леонтьев. А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.: МГУ, 1974
29. Литвак Б.М., 7 шагов к стабильной самооценке, издательство «Полиграфт», Минск, 2018-232.
30. Литвак М.Е. Если хочешь быть счастливым»
31. Литвак М.Е., Епифанцева Н.Г., Шафранова Т.Ю., Логика и жизнь, Феникс, Ростов-на-Дону, 2013
32. Магур Л. М. Розвиток здатності до рефлексії майбутніх психологів засобами активного соціально-психологічного пізнання (АСПП) / Л. М. Магур // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. - Вип. 45 (69). - С. 150-154.

33. Маслоу А. Мотивация и личность. Питер СПб 2014
34. Мид Дж. «избранное», Москва 2009
35. Осёдло В.И., Винтоняк В.Ф. Теоретические аспекты профессионального «я-образа» личности [Электронный ресурс] // Психология и право. 2013. Том 3. № 2. URL: <https://psyjournals/psyandlaw/2013/n2/61025.shtml>
36. Острова В.Д. Перспективна ідентичність як чинник соціально-психологічної адаптації студентської молоді, дис., Київ, 2015
37. Попович І. С. Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика: навч.-метод. посіб. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 158 с.
38. Попович І.С., Роль соціально-психологічних очікувань у професійному становленні та розвитку особистості, 2015
39. Попович І. С. Самооцінка як критерій соціально-психологічних очікувань. Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. К.: «ГНОЗІС», 2010. Т. 12, ч. 3. С. 326–333.
40. Прокопьева Е.В., Профессиональная Я-концепция психолога.
41. Реан А.А., Психология человека от рождения до смерти, «Издательство АСТ», 2015.
42. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994 Терминологическая правка В.Данченко К.: PSYLIB, 2004
43. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия, Москва, 1997
44. Рикель А.М. Профессиональная Я-концепция и профессиональная идентичность в структуре самосознания личности. Психологические исследования. М., 2, 2011.
45. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2002, 526 с.
46. Селье Г., Стресс без дистресса, М., «Прогресс», 1979 г..
47. Семиздралова О.А., Эмоциональный компонент профессиональной

- деятельности учителя. Научно-теоритический журнал Челябинского института переподготовки и повышения квалификации работников образования, выпуск 1, Челябинск, 2009
48. Синчурина М.Г. Структура Я-концепції: интеграция научных представлений. Сибирский педагогический журнал, 2/2012
 49. Синчурина М.Г. формирование профессиональной я-концепции будущего специалиста в области рекламы, дис. к.п.н, 2014
 50. Федорчук, В. М. Тренінг особистісного зростання, навч. посіб. «Центр учбової літератури», К. 2014. – 250 с.
 51. Фрейд З. Я и Оно, зборник, Москва 2015
 52. Шевцова И.В., Тренинг тренеров: 9 дней личностного роста, СПб.:, Речь, 2006 – 128с.
 53. Шевцова И.В., Упражнения и рекомендации для тренинга личностного роста, СПб.:, Речь, 2007 – 192с.
 54. Широких А.О., Рефлексія як чинник життєвого проектування особистості, «Молодий вчений» № 8 (60) серпень, 2018 р, Рівне, 2018.
 55. Юнг К. Исследование феноменологии самости
 56. Ягупов В. В. Педагогіка [Текст] / В.В.Ягупов : навчальний посібник. – Київ : Либідь, 2002. – 560 с.
 57. Янчук В.А. Введение в современную социальную психологию. – Минск: АСАР, 2005, с. 251-352.
 58. Яценко Т.С., Педченко О.В., Глибинне пізнання психіки–основа професійної підготовки психолога, Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки.-2014.-Вип. 45.-С. 3-18.- Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2014_45_
 59. Super J. T. Self-Concept and Need for Achievement of Men With Physical Disabilities / J. T. Super, J. R.Block //J. of General Psychology. – 1992. – V.119. –№1. – P. 73-80.

60. Blynova, O., Kruglov K., Semenov, O., Los, O., Popovych, I. Psychological Safety of the Learning Environment in Sports School as a Factor of Achievement Motivation Development in Young Athletes, *Journal of Physical Education and Sport*, 2020, 20(1), 14-23. DOI: 10.7752/jpes.2020.01002
61. Khmil, V. V., Popovych, I. S. (2019). Philosophical and Psychological Dimensions of Social Expectations of Personality. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*, 16, 55-65.
62. Popovych, I. S., Blynova, O. Ye., Bokshan, H. I., Nosov, P. S., Kovalchuk, Z. Ya., Piletska, L. S., Berbentsev, V. I. The Research of the Mental States of Expecting a Victory in Men Mini-football Teams. *Journal of Physical Education and Sport*, 2019, 19(4), 2343-2351. DOI: 10.7752/jpes.2019.04355
63. Popovych, I. S., Blynova, O. Ye. Research on the Correlation between Psychological Content Parameters of Social Expectations and the Indexes of Study Progress of Future Physical Education Teachers, *Journal of Physical Education and Sport*, 2019, 19(3), 847-853. DOI: 10.7752/jpes.2019.s312
64. Popovych, I., Kononenko, O., Kononenko, A., Stynska, V., Kravets, N., Piletska, L., Blynova, O. Research of the Relationship between Existential Anxiety and the Sense of Personality's Existence. *Revista Inclusiones*, 2020, Vol: 7 num Especial, 41-59.
65. Popovych, I., Zavatskyi, V., Tsiuniak, O., Nosov, P., Zinchenko, S., Mateichuk, V., Zavatskyi, Yu., Blynova, O. Research on the Types of Pre-game Expectations in the Athletes of Sports Games, *Journal of Physical Education and Sport*, 2020, 20(1), 43-52. DOI: 10.7752/jpes.2020.01006
66. Rotter J. B. *Social Learning and clinical psychology* / Juliann B. Rotter. – Engl. C/. (NJ): Prentice – Hall, 1954. – 242 p.
67. Vroom V. H. *Work and Motivation* / Victor V. Vroom. – New York: Jossey Bass, 1994. – 324 p.

Додаток 1

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

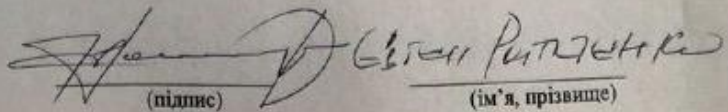
Я, Ротченко Євген Анатолійович,
учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, УСВІДОМЛЮЮ, що академічна
добročесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ:

- дотримуватися:
 - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
 - принципів та правил академічної доброчесності;
 - нульової толерантності до академічного плагіату;
 - моральних норм та правил етичної поведінки;
 - толерантного ставлення до інших;
 - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
 - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
 - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
 - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
 - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
 - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
 - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
 - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
 - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
 - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
 - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
 - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
 - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
 - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
 - не підроблювати документи;
 - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
 - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
 - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
 - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
 - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
 - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
 - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

04.11.2020
(дата)


(підпис)

Євген Ротченко
(ім'я, прізвище)