

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

**ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ
ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ
Кваліфікаційна робота (проект)**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала здобувачка 2 курсу 07-231Мз групи
Спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійної програми «Психологія»

Наталія КОРНАГА

Керівник: кандидатка психологічних наук,
доцентка Олена ШЕЛЕСТОВА

Рецензент: кандидатка психологічних наук,
доцентка Людмила ГРИДКОВЕЦЬ

Івано-Франківськ, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ.....	8
1.1. Поняття та суть професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.....	8
1.2. Структура професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.....	9
Висновки до розділу I.....	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ	22
2.1. Опис процедури та методів емпіричного дослідження.....	22
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження	24
2.3. Розробка комплексної стратегії удосконалення професійної підготовки психологів до роботи з проблемними клієнтами.....	34
Висновки до розділу II	54
ВИСНОВКИ	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	58
ДОДАТКИ	66

ВСТУП

Актуальність дослідження. Формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами є складним та багатограним процесом, який вимагає не лише спеціальних знань, а й розвинених комунікативних навичок, емпатії та емоційної стійкості. Проблемні клієнти, зокрема особи з девіантною поведінкою, тимчасово переселені особи або клієнти з психологічними травмами, потребують індивідуального підходу та особливих технік взаємодії, що робить підготовку майбутніх психологів до роботи та такими клієнтами пріоритетною в освітньому процесі [22 - 25].

Розвиток професійної готовності передбачає створення системи психологічних і педагогічних умов, що стимулюють формування як теоретичних, так і практичних навичок. Зокрема, дослідники, такі як Л. Степаненко, підкреслюють важливість формування навичок роботи з маргінальними групами, а Г. Луцик акцентує на підготовці до взаємодії з підлітками з девіантною поведінкою [36; 24]. Ці дослідження показують, що успішне навчання майбутніх психологів потребує як розвитку професійного мислення так і здатності використовувати критичне мислення та ефективні стратегії копінг-поведінки у складних ситуаціях.

Крім того, дослідження В. Бліновської [4] наголошує на важливості формування комунікативної компетентності, що є необхідною для підтримки довірливих стосунків із клієнтами та професійного вирішення їхніх проблем. Це підкреслює, що підготовка психологів має включати інтерактивні методи навчання, такі як тренінги та рольові ігри, які дають студентам змогу на практиці опановувати навички ефективної комунікації та емоційної стійкості. Таким чином, тема формування професійної готовності психологів до роботи з проблемними клієнтами є актуальною та потребує розгляду сучасних педагогічних і психологічних підходів навчання.

У своїй роботі ми спирались на наукові наробітки Р. Бердо, А. Білокінь, В. Бліновська, М. Горенко, І. Гуляк, Л. Данилевич, В. Добровольська, Т. Завроцька, Є. Іванов, А. Іващенко, І. Калиновська, Т. Кетлер-Митницька, І. Криворучко, Г. Луцик, Л. Мороз, С. Діхтяренко, Л. Попіль, С. Сембрат, В. Синишина, Л. Степаненко, А. Таран та ін.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Ця робота відповідає актуальним напрямкам наукових досліджень у сфері підготовки психологів та забезпечує наукове підґрунтя для формування ефективних моделей професійної готовності спеціалістів. Робота виконана в межах науково-дослідних тем кафедри психології «Особистісні та ситуаційні ресурси особистості в умовах життєвої та суспільної кризи» (державний реєстраційний номер 0119U103458).

Мета кваліфікаційної роботи: підвищити ефективність професійної підготовки майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами, зокрема, через вдосконалення їхньої комунікативної компетентності, емоційної стійкості та здатності до ефективного вирішення складних професійних завдань.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні основи формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.
2. В межах дослідження формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами провести діагностику рівня готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.
3. Розробити комплексну стратегію удосконалення професійної підготовки майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Об'єкт дослідження: процес професійної підготовки майбутніх психологів у закладах вищої освіти, спрямованих на формування їхньої готовності до роботи з проблемними клієнтами.

Предмет дослідження: педагогічні та психологічні умови, методи та засоби формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Методи і методики дослідження:

- *теоретичні методи:* аналіз наукової літератури з психології для вивчення існуючих підходів до професійної підготовки психологів, зокрема, до роботи з проблемними клієнтами; синтез і узагальнення результатів досліджень, що стосуються розвитку професійної готовності, комунікативних навичок і емоційної стійкості майбутніх психологів; моделювання та розробки моделі формування професійної готовності психологів до роботи з проблемними клієнтами;

- *емпіричні методи:* опитувальник професійної готовності (розроблений спеціально для оцінки компетенцій і мотиваційної готовності майбутніх психологів); карта наступної професійної поведінки, яка включає фіксацію показників комунікативних і міжособистісних навичок студентів у навчальних ситуаціях; опитувальник «Індекс комунікативної компетентності» (для вимірювання рівня розвитку комунікативних умінь); тест емоційної стійкості (для визначення рівня здатності до саморегуляції в стресових ситуаціях); методика діагностики копінг-стратегій (для оцінки способів подолання стресу, що важливо при роботі з проблемними клієнтами) [6];

- *методи статистичної обробки даних:* обробка отриманих даних з використанням методів математичної статистики для аналізу результатів анкетування, тестування та спостережень.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у поглибленні наукових знань про формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами. Дослідження збагачує

теорію і практику психологічної підготовки завдяки уточненню психологічних і педагогічних умов, які забезпечують ефективне формування професійних навичок та готовності до роботи з клієнтами, що мають особливі психологічні потреби.

У роботі запропоновано модель формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами, яка сприяє розвитку ключових компетенцій, таких як комунікативна компетенція, емоційна стійкість і стресостійкість, ще більше для ефективної взаємодії з клієнтами, що мають особливі психологічні потреби. Поглиблені знання охоплюють розуміння психологічних і педагогічних умов, що забезпечує розвиток навичок роботи з різними категоріями клієнтів, які потребують особливого підходу, таких як клієнти з девіантною поведінкою, емоційними або поведінковими труднощами. Проведений аналіз дозволяє визначити основні компоненти та умови, необхідні для формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у поглибленні наукових знань про формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами. Дослідження збагачує теорію і практику психологічної підготовки завдяки уточненню психологічних і педагогічних умов, які забезпечують ефективне формування професійних навичок та готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Практичне значення одержаних результатів. Отриманий матеріал може стати основою для вдосконалення навчальних програм у закладах вищої освіти, які готують майбутніх психологів, зокрема, результати дослідження можуть бути використані для розробки та впровадження нових курсів і тренінгів, які, в свою чергу, сприятимуть розвитку професійних навичок студентів у роботі з проблемними клієнтами. Ці

курси можуть охоплювати розвиток комунікативної компетентності, емоційної стійкості та стресостійкості.

Апробація результатів дослідження. Матеріали дослідження обговорювались на засіданнях кафедри психології (протокол від 05.12.2025 р. № 8), а також опубліковані у вигляді статті: **Корнага Н.Т. Формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.** *Магістерські студії: електронний альманах. 2025. Вип. XXV. С.*

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 40 джерел, та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ

1.1. Поняття та суть професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Професійна готовність майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами це інтегральне особистісне та професійне утворення, яке відображає сформованість у студентів-психологів системи знань, умінь, навичок, професійно значущих якостей та мотиваційно-ціннісних орієнтацій, необхідних для ефективної взаємодії з клієнтами, що перебувають у складних життєвих ситуаціях чи виявляють девіантні форми поведінки.

Дослідження О. Бабич [1] доводить, що формування професійної готовності майбутніх психологів нерозривно пов'язане з розвитком діалогічної взаємодії. Саме вміння вибудовувати діалог із клієнтом забезпечує ефективність психологічної допомоги, особливо у складних випадках. Ключовими чинниками цього процесу виступають емпатія, конгруентність, рефлексія та комунікативна компетентність.

На думку В. Добровольської та І. Калиновської, важливою складовою готовності є спеціальна методична підготовка психологів до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами, що передбачає знання інклюзивних практик і здатність забезпечувати індивідуальний підхід [10; 16]. Г. Луцик акцентує на значенні розвитку професійного мислення, критичності та сформованості копінг-стратегій як основи ефективної роботи з підлітками-девіантами [22 - 25]. А. Таран передбачає сформованість навичок кризового консультування, толерантність і емпатійність [37]. Т. Завроцька розширює це бачення, підкреслюючи важливість уміння працювати в умовах реабілітаційних центрів міждисциплінарних команд [13].

Важливим аспектом суті готовності є також особистісні чинники. За даними Л. Данилевич, А. Іващенко, Л. Попіль, Т. Кетлер-Митницької та Л. Мороз і С. Діхтяренка, професійна готовність неможлива без сформованості внутрішньої мотивації, професійної рефлексії, інтернальності, ціннісних орієнтацій та сенсожиттєвих установок [9; 15; 32; 18; 28]. Водночас В. Синишина і І. Маріонда, С. Сембрат та В. Бліновська наголошують на значенні інтерактивних і тренінгових технологій, що сприяють розвитку комунікативної компетентності й професійної культури психолога [34; 33; 4].

1.2. Структура професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами

Структура професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами це цілісна система, що включає взаємопов'язані компоненти. Основними такими компонентами є: когнітивно-поведінковий; особистісно-орієнтований; комунікативний; інтерактивні технології навчання; рефлексія та критичне мислення; мотиваційна та емоційна готовність.

Когнітивно-поведінковий компонент акцентує увагу на взаємозв'язку між думками, почуттями і поведінкою людини. Цей компонент використовується для роботи з клієнтами, які мають проблеми з регуляцією поведінки, низьку самооцінку, стресові та тривожні стани. Науковці, такі як Л. Данилевич, акцентують на розвитку в майбутніх психологів здатності до саморефлексії та розуміння власних емоцій і думок як основи для якісної роботи з клієнтами [9]. Згідно з дослідженнями І. Криворучко, майбутні психологи, які навчаються за цим компонентом, оволодівають такими техніками, як когнітивна реструктуризація, яка дозволяє клієнтам змінювати негативні думки на більш адаптивні. Це допомагає фахівцям працювати з клієнтами, схильними до депресивних або тривожних станів, та забезпечує кращу емоційну стабільність клієнтів [19]. Т. Завроцька зазначає, що для

ефективної роботи з клієнтами в реабілітаційних установах психологи повинні володіти навичками зміни мислення клієнта для формування більш адаптивних реакцій [13]. Важливою складовою підготовки є розвиток навичок управління поведінковими реакціями клієнтів. Зокрема, дослідження І. Гуляк підкреслює роль когнітивно-поведінкових методів для роботи з дітьми з розладами аутистичного спектра, де критично важливими є навички самоконтролю та управління емоційними реакціями. Це забезпечує психологам стратегії для корекції поведінки, зокрема у клієнтів, схильних до агресивної поведінки або соціальної ізоляції [8]. Майбутні психологи повинні оволодіти методиками, що сприяють розвитку адаптивної поведінки у стресових ситуаціях. У працях Г. Луцик наголошується на важливості навчання студентів методам вирішення конфліктів, що є актуальним для роботи з клієнтами, які мають схильність до девіантної поведінки. Ці навички дозволяють психологам підтримувати конструктивний діалог та формувати у клієнтів здатність до подолання складних ситуацій без прояву деструктивної поведінки [22]. Важливим аспектом когнітивно-поведінкового компоненту є розвиток рефлексивних навичок, які сприяють глибокому усвідомленню майбутніми психологами власних когнітивних установок і реакцій. Це допомагає їх коригувати свою поведінку під час роботи з клієнтами та уникати емоційного вигорання. Дослідження А. Іващенко показують, що високий рівень рефлексії дозволяє психологам адекватніше реагувати на стресові ситуації і забезпечувати собі емоційну стабільність під час роботи з проблемними клієнтами [15]. Р. Бердо наголошує на значенні інформаційних технологій у підготовці психологів за когнітивно-поведінковим компонентом. Використання цифрових ресурсів, таких як онлайн-курси, інтерактивні симуляції та віртуальні консультативні моделі, надає можливість майбутнім психологам закріплювати навички роботи з різними когнітивними та поведінковими патернами. Це важливо для опанування методик та інструментів, які дозволяють психологам

моделювати роботу з клієнтами у віртуальному середовищі перед застосуванням їх у реальних умовах [2]. Т. Завроцька звертає увагу на важливість навчання психологів стратегіям когнітивно-поведінкової саморегуляції, які дозволяють їм запобігати емоційному вигоранню. Це включає навички управління стресом і адаптивного мислення, що допомагає їм залишатися емоційно стабільними та ефективними у своїй роботі [13].

Особистісно-орієнтований компонент формування професійної готовності майбутніх психологів, особливо для роботи з проблемними клієнтами, підкреслює важливість особистісного розвитку, внутрішньої мотивації, емоційної стабільності та саморефлексії. Згідно з дослідженням Р. Бердо, процес формування професійної готовності психолога значною мірою залежить від розвитку самоідентифікації та самопізнання. Це особливо важливо для роботи з проблемними клієнтами, оскільки психолог повинен бути здатний усвідомлювати і розуміти власні емоції, установки та особистісні обмеження. Особистісно-орієнтований компонент сприяє розвитку у майбутніх психологів здатності до емоційної регуляції і рефлексії, що є основою для глибшого розуміння клієнтів [2]. Готовність до роботи з проблемними клієнтами включає розвиток внутрішньої мотивації та емоційної стабільності. І. Гуляк акцентує на важливості мотиваційної готовності для психологів, які працюють із вразливими групами клієнтів, такими як діти з розладами аутистичного спектра. Емоційна стійкість допомагає психологу зберігати професіоналізм у складних ситуаціях, адекватно реагувати на потреби клієнтів і уникати емоційного вигорання. Це досягається через особистісно-орієнтовані тренінги та практики, що розвивають психологічну стійкість і здатність до емоційної саморегуляції [8]. У роботі з проблемними клієнтами важливою є здатність психолога до глибокої рефлексії та об'єктивної самооцінки. А. Іващенко зазначає, що розвиток рефлексивних умінь допомагає фахівцям ефективно

аналізувати власні помилки та покращувати свою професійну діяльність. Особистісно-орієнтований компонент сприяє формуванню професійної рефлексії, завдяки якій психолог може краще розуміти та керувати власними емоціями, що особливо важко у взаємодії з проблемними клієнтами [15]. Згідно з дослідженнями Л. Данилевич, формування професійної готовності передбачає особистісний та професійний саморозвиток, зокрема розвиток здатності до самоконтролю, самодисципліни і постійного навчання. Це важливо для роботи з клієнтами, які можуть викликати у психолога емоційний резонанс або неприйняття. Професійний саморозвиток дозволяє майбутнім фахівцям формувати стратегії для саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, що сприяє професіоналізації та стійкості у складних професійних умовах [9]. Дослідження Т. Кетлер-Митницької демонструє важливість інтернальності (внутрішнього контролю) як складової професійної готовності психолога. Особистісно-орієнтований компонент підтримує розвиток інтернальної позиції, що дозволяє майбутнім психологам відчувати відповідальність за свої дії та рішення у професійній діяльності. Інтернальність сприяє підвищенню здатності психолога до самостійного вирішення складних завдань і адаптації до непередбачуваних обставин у роботі з проблемними клієнтами [18]. Розвиток критичного мислення є ще одним важливим аспектом особистісно-орієнтованого компоненту. За результатами дослідження Г. Луцик, критичне мислення допомагає психологам не лише оцінювати поведінку та висловлювання клієнтів, але й аналізувати свої власні професійні методи та компоненти. Це дозволяє знижувати ризики емоційного вигорання та підвищувати якість надання психологічної допомоги клієнтам із складними випадками, зокрема схильними до девіантної поведінки [25]. М. Горенко акцентує, що креативність є ключовою якістю для психологів, оскільки допомагає адаптувати методи та компоненти до індивідуальних потреб клієнтів. В умовах роботи з

проблемними клієнтами, які часто потребують нестандартних підходів, креативне мислення дозволяє психологам знаходити нові способи вирішення складних ситуацій [7].

Комунікативний компонент формування професійної готовності майбутніх психологів, особливо до роботи з проблемними клієнтами, охоплює такі напрями:

1. Комунікативна компетентність. А. Білокінь досліджував комунікативні особливості майбутніх психологів з різним рівнем самооцінки. Його дослідження підкреслює важливість розвитку комунікативної компетентності як критично важливого елементу в роботі з проблемними клієнтами. Успішне застосування комунікативного компоненту залежить від рівня впевненості в особі, який впливає на ефективність комунікації та взаємодії з клієнтом [3]. Є. Іванов підкреслює, що комунікативна компетентність є основою успішної взаємодії з клієнтами. Цей компонент передбачає формування навичок активного слухання, емпатійного сприйняття, а також здатності задавати ефективні запитання, що допомагає глибше зрозуміти потреби клієнта [14].

2. Професійно-комунікативна діяльність. В. Бліновська розглядає комунікативну діяльність як необхідний аспект професійної підготовки. Вона наголошує, що інтеграція комунікативних тренінгів у підготовку психологів сприяє формуванню готовності до вирішення конфліктів і ефективного управління стресовими ситуаціями під час взаємодії з клієнтами з особливими потребами або поведінковими розладами [4].

3. Інтерактивні технології та тренінги. В. Синишина та І. Маріонда звертають увагу на інтерактивні технології, які розвивають професійні навички психологів-практиків. Використання інтерактивних методик, таких як рольові ігри та практичні вправи, підвищує комунікативну готовність студентів. Це важливо для формування вмінь слухати, вести

діалог, адекватно реагувати на емоційні прояви клієнта та надавати підтримку [34].

4. Психолого-педагогічні умови. Т. Кетлер-Митницька досліджує психолого-педагогічні умови формування інтернальності як чинника професійної готовності психологів. Зокрема, внутрішня готовність до професійного саморозвитку та адаптація до викликів роботи з проблемними клієнтами базуються на здатності управляти власними емоціями, що є необхідним для комунікативної взаємодії [18].

5. Особистісні характеристики та готовність до роботи з проблемними клієнтами. І. Криворучко аналізує психологічні аспекти готовності психологів до професійної діяльності, виділяючи значення особистісних якостей, таких як стресостійкість, емпатія, терпимість та вміння працювати з різними типами клієнтів. Ці риси є основою для налагодження комунікації з клієнтами, які мають емоційні чи поведінкові проблеми [19]. Комунікативний компонент акцентує увагу на побудові довірливих відносин між психологом і клієнтом. Є. Іванов вказує, що взаємна довіра є критично важливою для досягнення прогресу, особливо з проблемними клієнтами, які можуть мати труднощі з відкритістю через минулі травми або негативний досвід спілкування [14].

Інтерактивні технології навчання, спрямовані на формування професійної готовності майбутніх психологів, дослідження виділяють такі ключові теоретичні компоненти:

1. Роль інтерактивних технологій у формуванні професійних здібностей.

В. Синишина та І. Маріонда підкреслюють значення інтерактивних методів навчання як факторів, що сприяють розвитку професійних навичок майбутніх психологів. Вони стверджують, що інтерактивні методи, такі як рольові ігри, симуляції та робота в групах, допомагають студентам розвивати емпатію, критичне мислення та навички комунікації, необхідні для роботи з проблемними клієнтами [34]. Л. Мороз і С. Діхтяренко акцентують, що під час аналізу симуляційних

кейсів та розгляду реальних прикладів з практики студенти навчаються аналізувати поведінку клієнтів, розглядати різні компоненти до вирішення проблем і приймати обґрунтовані рішення, що особливо важливо в роботі з клієнтами зі складними життєвими обставинами [28].

2. Тренінгові технології як засіб формування професійної культури. С. Сембрат аналізує роль тренінгових технологій, які впливають на формування професійної культури та навичок емоційного інтелекту майбутніх психологів. Ці технології допомагають підготувати студентів до роботи з емоційно нестабільними клієнтами, навчити їх розуміти власні емоції та регулювати їх під час роботи з клієнтами. Використання тренінгів сприяє формуванню особистісної стійкості, необхідної для роботи з людьми в складних життєвих ситуаціях [33].

3. Інтерактивні методи як засіб адаптації до інклюзивного середовища. І. Калиновська досліджує підготовку психологів до роботи в інклюзивних навчальних закладах, де необхідні навички інтеграції інтерактивних методів для роботи з дітьми з особливими потребами. Ці методи дозволяють студентам-психологам адаптувати свої комунікативні підходи відповідно до специфічних потреб різних груп клієнтів [16].

4. Інтерактивні вправи для підготовки до роботи з маргінальними соціальними групами. Л. Степаненко у своїй роботі підкреслює значення інтерактивних вправ, які допомагають майбутнім психологам навчатися ефективній взаємодії з представниками маргінальних груп, включаючи людей з девіантною поведінкою. Інтерактивні методики дозволяють студентам практикувати стратегії спілкування та створювати безпечне середовище для взаємодії з проблемними клієнтами [36].

5. Ефективність симуляційних технологій. В. Бліновська досліджує ефективність симуляцій, таких як рольові ігри та змодельовані кейси, для підготовки до реальних психологічних практик. Вона підкреслює, що завдяки симуляціям студенти отримують можливість отримати практичний досвід у контрольованих умовах, де можна обговорити т а

проаналізувати свої дії. Це дозволяє студентам впевненіше взаємодіяти з клієнтами та приймати ефективні рішення в реальних умовах [4].

б. Формування стресостійкості та емоційного самоконтролю. Л. Мороз і С. Діхтяренко акцентують, що робота з проблемними клієнтами часто супроводжується високим емоційним навантаженням. Використання інтерактивних методик у навчальному процесі дозволяє студентам формувати стресостійкість і розвивати навички емоційного самоконтролю, які необхідні для збереження професійної ефективності під час реальних консультацій [28].

Рефлексія та критичне мислення як важливих складників професійної готовності майбутніх психологів, зокрема для роботи з проблемними клієнтами, базується на таких основних компонентах:

1. Рефлексія як основа саморозвитку. А. Іващенко розглядає професійну рефлексію як механізм саморозвитку, що дозволяє майбутнім психологам усвідомлено аналізувати власні дії та приймати відповідні рішення. Рефлексія сприяє не лише розумінню себе, а й адекватному сприйняттю потреб клієнтів, особливо тих, які виявляють девіантну або проблемну поведінку. Це важливо для психологів, оскільки дозволяє працювати з клієнтами, ґрунтуючись на глибокому розумінні власних цінностей та особистісних меж [15].

2. Критичне мислення як інструмент для аналізу складних ситуацій. Г. Луцик акцентує увагу на ролі критичного мислення у формуванні готовності майбутніх психологів до роботи з підлітками з девіантною поведінкою. Вміння мислити критично дозволяє психологам ефективно оцінювати поведінку клієнтів та приймати зважені рішення. Критичне мислення сприяє розвитку здатності аналізувати різні аспекти ситуації та уникати поспішних висновків, що є необхідним у випадках роботи з проблемними клієнтами, які можуть проявляти нестандартні або конфліктні реакції [25].

3. Формування рефлексивних навичок у процесі професійного навчання.

Л. Данилевич зазначає, що рефлексивні навички можна розвивати через навчання, що включає самоспостереження та самооцінку. Цей компонент дозволяє студентам отримувати цінний досвід для подальшого застосування в професійній діяльності. Професійна рефлексія сприяє не лише розумінню власного досвіду, а й адекватній адаптації до непередбачуваних ситуацій, які часто виникають у роботі з проблемними клієнтами [9].

4. Інтерактивні технології для розвитку рефлексії та критичного мислення.

В. Синишина та І. Маріонда підкреслюють, що інтерактивні технології, такі як рольові ігри та симуляційні вправи, створюють можливості для розвитку рефлексії та критичного мислення. Під час таких занять студенти мають змогу практикувати аналіз власних дій у змодельованих складних ситуаціях, що готує їх до роботи з клієнтами, котрі вимагають уважного підходу та аналізу їх поведінки [34]. А. Таран наголошує, що критично-інтерактивний компонент передбачає розвиток критичного мислення та вміння ставити під сумнів власні інтерпретації та очікування стосовно клієнта. У контексті роботи з переселенцями, це дозволяє психологу гнучкіше адаптуватися до потреб клієнтів і реагувати на їхні унікальні обставини [37].

5. Роль професійної рефлексії в роботі з маргінальними групами.

Л. Степаненко розглядає професійну рефлексію як необхідний компонент роботи з маргінальними групами, де клієнти часто мають інші соціокультурні установки та проблеми. Вона наголошує, що рефлексія дозволяє психологу не лише оцінювати, а й адаптувати компонент до кожного окремого клієнта. Це особливо важливо для майбутніх психологів, які стикаються з різними типами складних клієнтів та потребують гнучкого і індивідуального підходу [36].

Мотиваційна та емоційна готовність майбутніх психологів є фундаментальними аспектами їх професійної підготовки, особливо для

роботи з проблемними клієнтами [31]. Основні теоретичні компоненти до розвитку цих якостей вивчалися у різних дослідженнях:

1. Мотиваційна готовність та життєві орієнтації. І. Гуляк та Г. Луцик досліджували мотиваційні аспекти професійної готовності психологів, підкреслюючи, що внутрішня мотивація є ключовим елементом ефективної взаємодії з клієнтами, особливо з тими, хто стикається з важкими життєвими ситуаціями. Вони підкреслюють, що високий рівень мотивації допомагає студентам проявляти емпатію, терпимість і готовність до вирішення складних завдань у професійній діяльності [8; 23 - 24].

2. Сенсожиттєві орієнтації та їхній вплив на професійну готовність. Л. Попіль зазначає, що сенсожиттєві орієнтації визначають мотиваційну структуру особистості та безпосередньо впливають на мотиваційну готовність майбутніх психологів. Орієнтація на саморозвиток та самовдосконалення сприяє активнішому залученню в навчання та професійну діяльність. Це особливо важливо у роботі з проблемними клієнтами, коли психологу необхідно зберігати стійкість та мотивацію навіть у складних ситуаціях [32].

3. Емоційна готовність і розвиток емоційного інтелекту. Дослідження В. Добровольської зосереджуються на емоційній готовності психологів, що включає розвиток емоційного інтелекту. Це здатність розуміти та управляти власними емоціями, а також емоційно підтримувати клієнтів. Навички емоційного інтелекту допомагають психологам уникати емоційного вигорання, що є частою проблемою при роботі з емоційно нестабільними або проблемними клієнтами [10].

4. Мотиваційні чинники та копінг-стратегії. Г. Луцик розглядає копінг-стратегії як важливий аспект формування готовності до роботи з клієнтами, які демонструють девіантну поведінку або стикаються з життєвими труднощами. Психологи повинні вміти швидко адаптувати свої підходи, зберігаючи мотивацію та позитивне ставлення до вирішення

проблем клієнта. Це вимагає використання здорових копінг-стратегій та високого рівня стресостійкості, що, в свою чергу, підтримує мотивацію до роботи навіть у стресових умовах [22].

5. Вплив емоційної стійкості на професійну готовність. Л. Данилевич у своїй роботі зазначає, що емоційна стійкість є необхідною якістю для майбутніх психологів. Вона дозволяє їм ефективно працювати в умовах напруження та складних психологічних ситуацій, зберігаючи при цьому професіоналізм та не втрачаючи мотивації. Емоційна стійкість також допомагає уникати ризику емоційного вигорання та підвищує загальну ефективність роботи з клієнтами, які потребують значної емоційної підтримки [9]. Г. Луцик зазначає, що здатність до рефлексії та самоаналізу є невід'ємною складовою роботи психолога з девіантними підлітками. Це дозволяє майбутнім фахівцям критично оцінювати свої методи роботи, емоційні реакції та розвивати емпатію, необхідну для встановлення довірливих відносин із клієнтом [23].

6. Психолого-педагогічний компонент. Г. Луцик у своїй роботі зазначає, що цей компонент орієнтований на створення умов, які стимулюють інтерес до професії через дистанційне навчання, підтримуючи мотивацію до навчання та професійного зростання. У дистанційній освіті особливо важливо враховувати психологічні аспекти взаємодії, що приє формуванню мотиваційної та емоційної готовності [24].

Висновки до розділу I.

У процесі формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами важливо забезпечити інтеграцію різних компонентів, які доповнюють один одного та допомагають всебічно підготувати фахівців до майбутньої діяльності.

По-перше, **когнітивно-поведінковий компонент** забезпечує базову компетентність у розумінні психологічних механізмів, що лежать в основі людської поведінки. Він акцентує увагу на тому, як психологи можуть впливати на переконання, установки та поведінку клієнтів, що дозволяє їм ефективно працювати з особами, які мають проблеми з саморегуляцією або страждають від поведінкових розладів. Цей компонент особливо корисний для майбутніх психологів, які мають навички аналізу поведінки клієнтів та здатні запропонувати конкретні практичні рекомендації [17].

По-друге, **особистісно-орієнтований компонент**: формує у студентів здатність до самопізнання та емоційної саморегуляції; дозволяє краще розуміти емоційні потреби клієнтів та створювати безпечну атмосферу для спілкування; сприяє формуванню професійної рефлексії, яка допомагає майбутнім психологам аналізувати власний досвід та виявляти слабкі місця у своїй професійній діяльності.

Комунікативний компонент: підкреслює важливість розвитку навичок міжособистісного спілкування, які є критично важливими в роботі з проблемними клієнтами; дозволяє встановлювати довірчі відносини з клієнтами, що сприяє розкриттю глибинних емоційних та психологічних проблем.

Інтерактивні технології навчання (наприклад, тренінги, рольові ігри, моделювання ситуацій) дають можливість студентам отримати практичний досвід у відносно безпечному середовищі. Це дозволяє розвинути професійні навички, такі як адаптивність та швидке прийняття рішень, допомагає студентам розвинути креативне мислення.

Рефлексія та критичне мислення є необхідними для професійного зростання психологів, особливо в контексті прийняття обґрунтованих рішень під час роботи з проблемними клієнтами. Здатність до критичного аналізу та об'єктивної оцінки своєї діяльності дозволяє уникати професійних помилок і забезпечує розвиток конструктивного підходу до роботи з різними типами клієнтів. Рефлексивні практики допомагають психологам краще зрозуміти власні реакції та використовувати отриманий досвід для постійного професійного самовдосконалення.

Нарешті, **мотиваційна та емоційна готовність** передбачає розвиток внутрішньої мотивації до надання допомоги іншим, забезпечує здатність підтримувати позитивний професійний настрій навіть у складних випадках та дозволяє краще адаптуватися до потреб клієнта [39-40].

Таким чином, підготовка майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами вимагає інтеграції когнітивно-поведінкових, комунікативних та особистісно-орієнтованих підходів, доповнених інтерактивними технологіями навчання та розвитком рефлексії. Ці компоненти забезпечують всебічну підготовку фахівців, здатних працювати у складних умовах, що сприяє підвищенню якості психологічної допомоги та ефективному вирішенню проблем клієнтів [27].

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ

2.1. Опис процедури та методів емпіричного дослідження. У межах дослідження формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами ми використали методики: *тест на «Самооцінку психічних станів»* (адаптований варіант методики Г. Айзенка) та *тест на визначення психічного стану в умовах спілкування з проблемними особами* (автори Н. Потапчук, О. Берегова). *Характеристика вибірки:* для дослідження вибірка становила 40 респондентів, здобувачів Херсонського державного університету, спеціальність психологія. Перед початком опитування учасникам надано інформацію про мету дослідження та роз'яснено інструкції щодо виконання завдань кожної методики. Для підвищення достовірності результатів дослідження проводилося анонімно: респондентів просили зазначити лише вік та стать.

Тест на «Самооцінку психічних станів» (адаптований варіант методики Г. Айзенка) містить 40 тверджень, які описують чотири основні психічні стани: агресивність, тривожність, фрустрацію та ригідність (по 10 тверджень на кожний стан). Застосування тесту дає можливість оцінити рівень агресії та тривоги, здатність до подолання невдач, рівень самооцінки, а також гнучкість чи ригідність у різних життєвих і професійних ситуаціях. Оцінювання здійснюється за такими критеріями:

I. Тривожність: 0-7 балів – не тривожні особистості; 8-14 балів – середня тривожність допустимого рівня; 15-20 балів – високий рівень тривожності.

II. Фрустрації: 0-7 балів – стійкість до невдач, висока самооцінка; 8-14 балів – середній рівень, наявна фрустрація; 15-20 балів – низька самооцінка, уникання труднощів, виражена фрустрованість.

III. Агресивність: 0-7 балів – спокійна, врівноважена особистість; 8-14 балів – середній рівень агресивності; 15-20 балів – схильність до агресивної поведінки, труднощі у спілкуванні та роботі з людьми.

IV. Ригідність: 0-7 балів – відсутність ригідності, здатність легко переключатися; 8-14 балів – середній рівень ригідності; 15-20 балів – висока ригідність, незмінність поведінки, переконань і поглядів, навіть якщо вони не відповідають реальним обставинам.

Тест на визначення психічного стану в умовах спілкування із проблемними особами (Н. Потапчук, О. Берегова) містить 20 тверджень, які описують ситуації взаємодії з психологічно складними клієнтами. Даний тест дозволяє оцінити рівень готовності майбутніх психологів до роботи з такими клієнтами, виявляючи їхні психоемоційні реакції (передбачає вивчення рівня тривожності та виявляючи їхні психоемоційні реакції (передбачає вивчення рівня тривожності та агресивності) у процесі спілкування з проблемними клієнтами. Структура тексту поділена на два блоки: перші 10 питань (з 1 по 10) – визначають рівень ситуативної тривожності; наступні 10 питань (з 11 по 20) – визначають рівень агресивності особистості. Критерії щодо оцінювання вищевказаних психічних станів:

- 1) Для ситуативної тривожності: 0-7 балів – тривожність відсутня; 8-14 балів – середня тривожність, допустимий рівень; 15-20 балів – високий рівень тривожності.
- 2) Для агресивності особистості: 0-7 балів – агресивність відсутня (особистість врівноважена, спокійна, емоційно стабільна); 8-14 балів – середній рівень агресивності; 15-20 балів – високий рівень агресивності, наявні труднощі у взаємовідносинах з оточуючими, наявна схильність до провокування конфліктів та конфліктних ситуацій.

Методика дозволяє виявити тривожність та агресивність, які характерні для ситуацій спілкування, взаємодії із психологічно складними особами.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

На початковому етапі дослідження було використано тест «Самооцінка психічних станів» (адаптований варіант методики Г. Айзенка). Аналіз проводився за такими шкалами: тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність. **Показники рівня тривожності** подані на рис. 2.1.

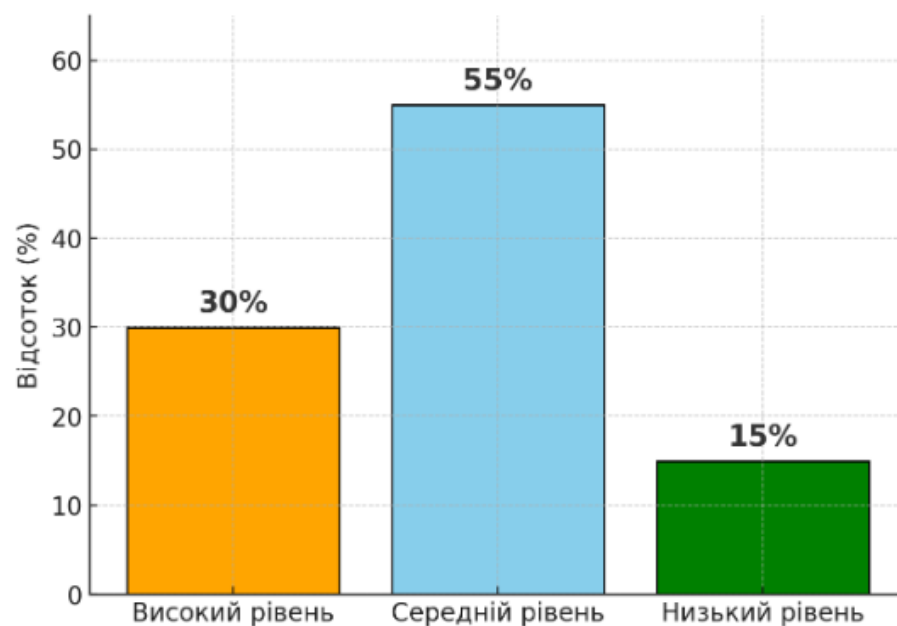


Рисунок 2.1 Результати діагностики рівня тривожності майбутніх психологів

Зафіксовано, що у 30% майбутніх психологів спостерігається високий рівень тривожності під час роботи з проблемними клієнтами, тоді як у 55% він середній і лише у 15% – низький. Цей факт свідчить про необхідність глибшого розуміння причин, що викликають це явище. Розглянемо ключові фактори, що пояснюють підвищену тривожність.

Фактори, що підсилюють тривожність:

1. Нестача практичного досвіду. Однією з головних причин є відсутність реальної практики. Студенти-психологи часто стикаються з випадками, які вимагають не тільки ґрунтовних знань, а й високої емоційної стійкості. Недостатній досвід призводить до невпевненості у

власних силах, що у свою чергу, підвищує рівень тривоги. Вони можуть відчувати себе не готовими до складнощів, що стоять перед ними.

2. Високі професійні вимоги та очікування. Майбутні психологи постійно перебувають під тиском, намагаючись відповідати високим стандартам професії. Цей тиск може йти від викладачів, супервізорів, колег, а також самих клієнтів. Страх не виправдати очікування, особливо, коли йдеться про розв'язання складних психологічних проблем, створює додатковий стрес та тривожність.

3. Емоційне перевантаження. Глибока емпатія до клієнтів є важливою якістю психолога, але вона може мати й зворотну сторону – емоційне вигорання. Майбутні фахівці, які ще не навчилися ефективно керувати власними емоціями, особливо вразливі до цього. Вони можуть занадто заглиблюватися в проблеми клієнтів, що призводить до емоційного виснаження та зростання тривожності.

4. Невпевненість в ефективності терапії. Тривога може виникати через сумніви щодо правильності обраних методів і підходів. Майбутні психологи бояться зробити щось не так, особливо у важких випадках. Це постійне занепокоєння щодо результативності їхньої роботи та страх невдачі стають серйозним джерелом стресу.

5. Етичні та моральні дилеми. Робота з людьми часто пов'язана з складними етичними ситуаціями, що вимагають ухвалення відповідальних рішень. Невизначеність у таких питаннях може посилювати тривожність, оскільки існує страх прийняти неправильне рішення і нашкодити клієнту. Це вимагає від них зваженості та готовності до складних виборів.

6. Вплив особистого досвіду. Особисті проблеми або травматичні події в минулому можуть робити майбутніх психологів більш схильними до тривожності. Якщо проблеми клієнтів резонують з їхніми власним досвідом, це може викликати додаткове емоційне навантаження.

7. Страх оцінки та критики. Молоді фахівці часто переживають, як їхню роботу сприймуть досвідчені колеги та супервізори. Страх бути оціненим і критикованим створює додатковий тиск, що підсилює тривожність.

Таким чином, високий рівень тривожності у майбутніх психологів є результатом взаємодії багатьох чинників, включаючи відсутність досвіду, високі професійні очікування, емоційне виснаження, невпевненість у своїх силах, етичні дилеми, вплив особистих проблем та страх критики. Усі ці аспекти потребують уваги та підтримки для формування стійких та ефективних фахівців.

Потім було проведено детальний **аналіз рівня агресивності** у структурі готовності майбутніх психологів до роботи з клієнтами, які мають психологічні проблеми. Результати цього дослідження представлені на рисунку 2.2, що дає змогу більш глибоко зрозуміти розподіл агресивних реакцій серед респондентів.

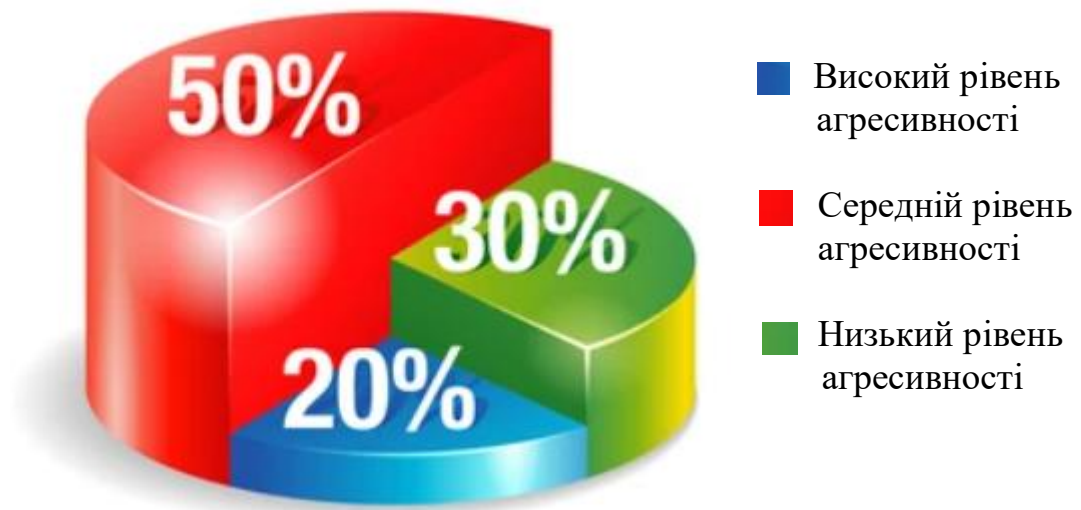


Рисунок 2.2 Результати діагностики рівня агресивності майбутніх психологів

За даними дослідження, високий рівень агресивності спостерігається у 20% опитуваних майбутніх психологів. Середній рівень агресивності був характерний для 50% респондентів, що свідчить про помірковану здатність контролювати агресивні імпульси у більшості молодих

фахівців. Натомість 30% опитуваних продемонстрували низький рівень агресивності, що може відображати їхню кращу емоційну саморегуляцію у роботі з складними випадками.

Причини високого рівня агресивності серед майбутніх психологів можуть бути багатогранними та мати комплексний характер. Одним із ключових чинників є недостатність навичок самоконтролю, особливо в контексті управління емоціями та стресовими станами, які можуть виникати під час спілкування з проблемними клієнтами. Зазвичай студенти-психологи на початку професійного шляху не мають достатнього досвіду у врегульованні внутрішніх напружень, що у складних ситуаціях може проявлятися у формі агресивних реакцій.

Крім того, високі професійні вимоги, очікування викладачів, наставників, а також внутрішнє прагнення до ідеалу створюють додаткове емоційне навантаження. Постійний тиск щодо необхідності досягати певних стандартів підсилює ризик виникнення стресових станів, що іноді виражаються агресією у відповідь на невдачі або конфлікти.

Важливу роль відіграє також емоційне вигорання, яке розвивається через роботу з емоційно складними кейсами. Постійні напруженість та емоційне виснаження знижують здатність майбутніх психологів адекватно реагувати на стрес та керувати агресивними імпульсами. Через це фахівці можуть ставати більш вразливими до негативних емоцій, що посилює агресивність.

Особистісні характеристики психологів також суттєво впливають на прояви агресії. Особистий досвід травматичних подій або конфліктних стосунків може формувати схильність до агресивної поведінки у стресових ситуаціях. Крім того, такі риси як низька терпимість до фрустрації та імпульсивність можуть значно підвищувати ризик агресивних виявів.

Ще одним фактором є недостатня супервізія та підтримка з боку досвідчених колег і наставників. Відсутність належного контролю та

підтримки може викликати відчуття ізоляції та перевантаження, що в свою чергу провокує зростання агресивності як реакції на стрес.

Наслідки високого рівня агресивності у майбутніх психологів є досить серйозними для їхньої професійної діяльності та особистого благополуччя. Передусім, агресивність може суттєво погіршувати взаємини з клієнтами, перешкоджаючи формуванню довіри та ефективної співпраці, що є фундаментальними для успішної психотерапії. Клієнти в такій ситуації відчують дискомфорт і незахищеність, що значно знижує якість психологічної допомоги.

Також агресивна поведінка може спричиняти конфлікти у колективі, зокрема з колегами та супервізорами. Це створює напружену атмосферу, яка не лише ускладнює командну роботу, а й негативно позначається на загальній ефективності професійної діяльності. Конфлікти призводять до зниження морального духу, створюють додатковий стрес та дестабілізують робоче середовище.

Підвищений рівень агресивності сприяє також розвитку професійного вигорання, оскільки постійне відчуття гніву і фрустрації швидко виснажує емоційні ресурси психолога. Це знижує стійкість до стресу, підвищує ризик втрати мотивації, зниження якості виконання професійних обов'язків та загального задоволення від роботи.

Крім професійних наслідків, агресивність негативно впливає на психічне здоров'я майбутніх психологів. Тривала наявність негативних емоцій може викликати розвиток тривожних розладів, депресії та інших психологічних проблем, що значно погіршує загальний емоційний стан і ускладнює ефективність їхньої роботи.

Таким чином, високий рівень агресивності у структурі готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами обумовлюється недостатністю навичок емоційного регулювання, надмірним стресом і вимогами, емоційним вигоранням, особистісними характеристиками та нестачею підтримки. Наслідки такого стану

включають погіршення стосунків з клієнтами, конфлікти в колективі, професійне вигорання та потенційно негативний вплив на психічне здоров'я психологів.

Наступним був проведений детальний аналіз рівня фрустрації у структурі готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами, результати якого відображені на рисунку 2.3.

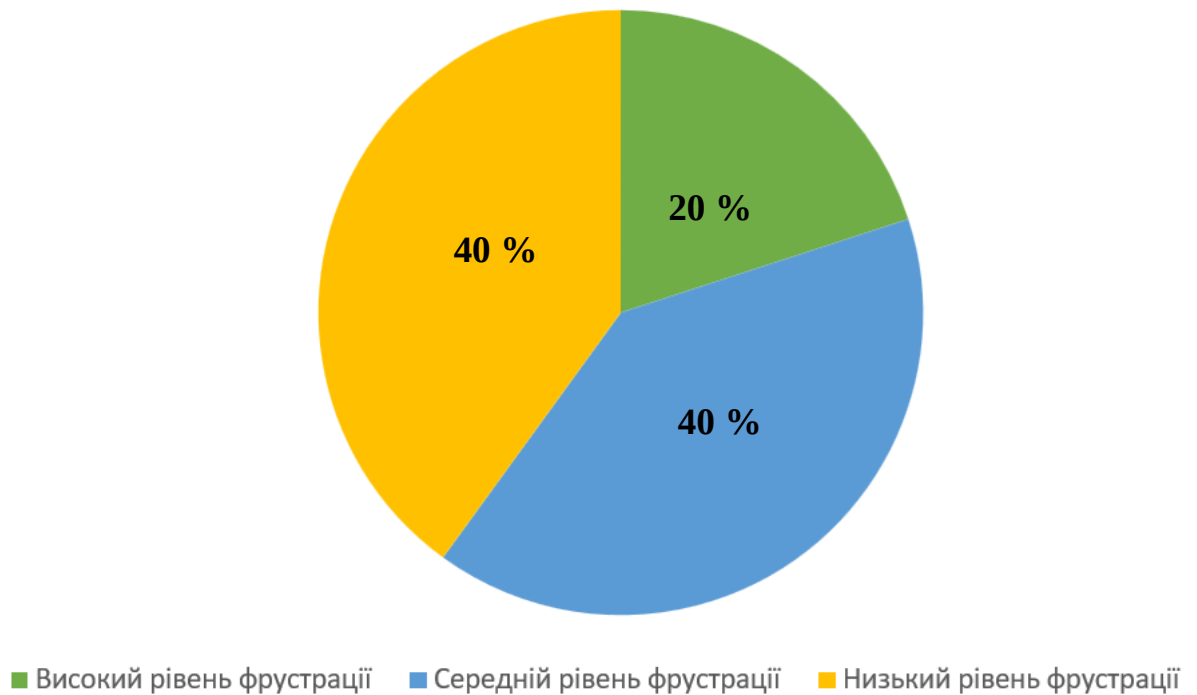


Рисунок 2.3 Результати діагностики рівня фрустрації майбутніх психологів

Згідно з отриманими даними, високий рівень фрустрації спостерігається у 20% респондентів, тоді як середній рівень відзначено у 40% опитуваних, і рівень, що є низьким, також зафіксовано у 40% майбутніх психологів. Такий розподіл демонструє різні ступені переживання психологічного дискомфорту серед студентів, які готуються до професійної діяльності.

Причини високого рівня фрустрації серед майбутніх психологів можуть мати складний та багатогранний характер. Однією з основних причин є недостатній досвід і брак практичних навичок, необхідних для

ефективної роботи зі складними випадками та проблемними клієнтами. Часто психологи-початківці стикаються з ситуаціями, які вимагають високого рівня професійної компетентності та впевненості у своїх діях, а відсутність цих якостей викликає відчуття безпорадності і, як наслідок, фрустрацію [29].

Додатковий чинник – це надмірні очікування і тиск від викладачів, супервізорів, а також власні високі вимоги. Постійне прагнення відповідати цим очікуванням створює стрес і емоційне навантаження, що призводить до посилення фрустраційних рефлексій у випадку, коли виникають труднощі або невдачі.

Особливу роль відіграє також емоційна залученість і глибока емпатія до клієнтів. Майбутні психологи, які сильно співпереживають проблемам клієнтів, можуть відчувати емоційне виснаження, безсилля та розчарування, емоційне виснаження, безсилля та розчарування, особливо тоді, коли терапевтичний процес не дає очікуваних результатів. Це посилює психологічний дискомфорт і призводить до фрустрації через відчуття власної неефективності.

Крім того, складність і багатогранність проблем, з якими стикаються клієнти, часто перевантажують молодих фахівців. Вони можуть відчувати нездатність знайти адекватні рішення у складних життєвих ситуаціях, що призводить до зростання психологічного напруження і фрустрації.

Невизначеність щодо ефективності застосовуваних методів і підходів також стає джерелом фрустрації. Сумніви у власній правоті та професійності можуть послаблювати впевненість, що збільшує психологічний дискомфорт і емоційні труднощі.

Наслідки високого рівня фрустрації у майбутніх психологів є багатоаспектними і можуть мати серйозний вплив на професійну діяльність і психічне здоров'я.

По-перше, фрустрація часто призводить до емоційного виснаження та професійного вигорання, що суттєво знижує здатність ефективно працювати з клієнтами.

По-друге, вона може спричиняти зниження мотивації, ентузіазму і загального інтересу до професійної діяльності, негативно впливаючи на якість психологічної допомоги.

По-третє, фрустрація може провокувати негативні емоційні реакції, такі як роздратування, агресія, які шкодять взаємовідносинам як із клієнтами, так і з колегами, створюючи несприятливий емоційний клімат на робочому місці.

По-четверте, тривале перебування у стані фрустрації може вести до розвитку психічних розладів – депресивних та тривожних станів, що ще більше погіршує загальний психічний стан і життєздатність молодих психологів.

По-п'яте, фрустрація обмежує здатність до саморефлексії, навчання і професійного розвитку, що є критично важливим для підвищення ефективності та якості роботи психолога з часом.

Таким чином, високий рівень фрустрації у структури готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами обумовлений поєднанням таких факторів, як недостатність досвіду, надмірні очікування, глибока емоційна залученість, складність проблем клієнтів і сумніви у методах роботи. Цей комплекс чинників може призвести до емоційного вигорання, зниження мотивації, погіршення міжособистісних стосунків, ризику психічних розладів та уповільнення професійного зростання.

Далі було проведено оцінку рівня ригідності в структурі готовності майбутніх психологів до роботи з клієнтами, які мають психологічні проблеми, результати якої представлені на рисунку 2.4.

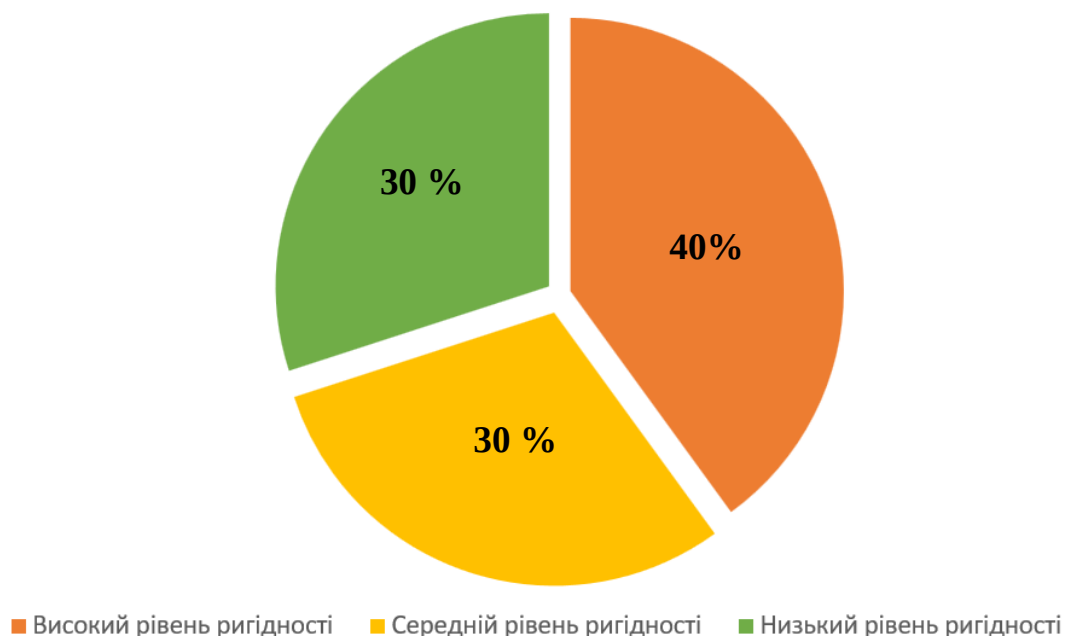


Рисунок 2.4 Результати діагностики рівня ригідності майбутніх психологів

Згідно з отриманими даними, високий рівень ригідності було зафіксовано у 40% респондентів, середній рівень ригідності був характерний для 30% майбутніх психологів, а ще 30% опитаних продемонстрували низький рівень ригідності. Такий розподіл говорить про різноманіття проявів жорсткості мислення та поведінки серед студентів, які готуються до професійної діяльності у складних психологічних ситуаціях.

Ригідність у цьому контексті розуміється як жорсткість або негнучкість, що виявляється у мисленні, поведінці та підходах до професійної діяльності та вирішення завдань. Вона має кілька важливих аспектів, які можуть суттєво зменшувати ефективність роботи психолога з проблемними клієнтами.

Перш за все, ригідність може проявлятися у відсутності гнучкості у виборі та застосуванні методів і підходів до розв'язання проблем. Майбутні психологи з жорстким стилем мислення можуть дотримуватися лише одного узагальненого підходу, навіть якщо він не дає позитивних результатів у конкретній ситуації. Така поведінка не дозволяє їм

адаптувати стратегії відповідно до індивідуальних потреб кожного клієнта, що суттєво обмежує якість надання психологічної допомоги.

Другим важливим аспектом є нездатність приймати нові знання і інтегрувати їх у практичну діяльність. Схильність до консерватизму і стійких переконань ускладнює оновлення професійної бази у світлі сучасних наукових досягнень. Це призводить до того, що майбутні психологи можуть використовувати застарілі або менш ефективні методи, що обмежує їхню конкурентоспроможність і якість роботи.

Ще одним проявом ригідності є емоційна негнучкість. Психологи, які мають стійкі жорсткі емоційні реакції, можуть відчувати труднощі із проявом емпатії, співчуття і встановлення довірчих, відкритих стосунків із клієнтами. Відсутність емоційної адаптованості ускладнює адекватне реагування на емоційні потреби клієнтів, що негативно впливає на терапевтичний процес.

Ригідність може також проявлятися у негнучкості міжособистісних відносин. Майбутні психологи з такою характеристикою можуть суворо обмежувати межі взаємодії з клієнтами, уникаючи творчих і нестандартних підходів. Це створює перешкоди для формування продуктивного терапевтичного альянсу, що є основою якісної психологічної роботи.

Крім того, ригідність шкодить процесу саморефлексії та професійного розвитку. Психологи з негнучким мисленням менш схильні до критичного аналізу власної діяльності та усвідомлення власних помилок, що гальмує їхній професійний ріст і розвиток навичок.

Для подолання ригідності та підвищення гнучкості мислення у майбутніх психологів важливо впроваджувати спеціальні навчальні та тренінгові програми, які сприяють розвитку адаптивності, критичного мислення та емоційної інтелігентності. Це підвищує їхню здатність коригувати стратегії роботи відповідно до ситуацій і потреб клієнтів.

У наступному етапі дослідження використовували тест Н. Потапчука і О. Берегової, що дозволяє діагностувати психічний стан майбутніх психологів у ситуаціях спілкування з проблемними клієнтами, а саме рівні тривожності та агресивності. Результати підтвердили, що такі ситуації викликають високий рівень тривожності і агресії не лише у студентів молодших курсів, а й у старших, при цьому понад 20% старшокурсників відзначили надмірне хвилювання уявою майбутньої професійної взаємодії з психологічно складними особами.

Таким чином, ригідність у структурі готовності майбутніх психологів є важливим фактором, який може суттєво обмежувати їхню ефективність та якість психологічної допомоги через негнучкість мислення, консерватизм, емоційну закостенілість, складнощі у міжособистісних відносинах та відсутність самокритики. Подолання цих перешкод є важливим завданням у підготовці компетентних і адаптивних психологів, готових успішно працювати з клієнтами, які мають складні психологічні проблеми.

2.3. Розробка комплексної стратегії удосконалення професійної підготовки психологів до роботи з проблемними клієнтами

Підготовка майбутніх психологів до ефективної роботи з клієнтами, які мають складні психологічні проблеми, є надзвичайно важливим завданням у межах їх професійної освіти. Для цього необхідна розробка стратегії, що поєднує глибоке теоретичне розуміння, практичні навички та етичні компетенції, які разом формують комплексний підхід до роботи з проблемними клієнтами [30].

Ключові компоненти стратегії. Для підвищення професійної готовності психологів до роботи з клієнтами з психологічними труднощами стратегія повинна передбачати такі основні елементи:

1. Теоретична підготовка. Основою професійної готовності є міцна теоретична база, яка охоплює різні аспекти клітинної психології і

психопатології, включно з методами діагностики та етичними нормами професії. Структура цього компоненту:

- *основи клінічної психології та психопатології* – вивчення закономірностей виникнення, перебігу та корекції психічних розладів, а також розуміння взаємозв'язку між психічними та соматичними процесами. Майбутні фахівці повинні детально вивчити різні категорії психологічних розладів, серед яких: афективні розлади, зокрема депресія і біполярний розлад; тривожні розлади, такі як генералізований тривожний розлад, панічний розлад і посттравматичний стресовий розлад; розлади особистості, наприклад, межовий та антисоціальний розлади; психотичні розлади, наприклад, шизофренія та інші.
- *теорії особистості* – ознайомлення з класичними та сучасними концепціями структури, динаміки і розвитку особистості, що дозволяє майбутньому психологу усвідомлено підходити до індивідуалізації психодіагностичної та корекційної роботи. Вивчення різноманітних теоретичних підходів допомагає краще усвідомити вплив індивідуальних особливостей на поведінку та психічний стан клієнтів. Слід включити: психоаналітичну теорію З. Фрейда; гуманістичні теорії, такі як концепція самоактуалізації Абрахама Маслоу; когнітивно-біхевіоральні теорії, які розкривають взаємозв'язок між думками, емоціями та поведінкою.
- *діагностичні методи* – засвоєння принципів і технік психодіагностики, уміння підбирати адекватні інструменти для вивчення психічних станів і властивостей людини. Формування навичок роботи з діагностичними інструментами – важливий момент у навчанні. Психологи мусять опанувати: використання DSM-5 як основного довідника для діагностики психічних розладів; роботу з психологічними тестами і опитувальниками, що дозволяють оцінювати особистість, когнітивні функції та емоційний стан.
- *етнічних стандартів у психології* – формування професійної відповідальності, дотримання норм конфіденційності, гуманістичного

ставлення до клієнта та етичної взаємодії у процесі психологічної допомоги. Глибоке розуміння етики у професійній діяльності, зокрема, правил конфіденційності, інформованої згоди та іншої етичної поведінки при роботі з клієнтами, є невід'ємною частиною професійної підготовки.

Практичне застосування. Для закріплення теоретичних знань і розвитку практичних навичок доцільно використовувати навчальні кейси, що моделюють реальні ситуації роботи з проблемними клієнтами.

Приклад кейсу «Діагностика та лікування біполярного афективного розладу (БАР)». Опис ситуації: новий клієнт, 32-річна жінка, звертається з скаргами на різкі перепади настрою, труднощі зі сном і втратою працездатності.

Завдання для студентів:

- *Діагностика.* Провести психологічний аналіз випадку, визначивши характерні симптоми маніакальної та депресивної фаз. Здійснити диференційну діагностику, відмежувавши БАР від інших афективних або тривожних розладів. Визначити комплекс психодіагностичних методик, які можна використати для дослідження емоційного стану, когнітивних особливостей і рівня тривожності клієнта.
- *Терапія.* Описати медикаментозні та психотерапевтичні підходи, а також стратегії кризового втручання і методи мінімізації ускладнень.
- *Етичний блок.* Проаналізувати можливі етичні дилеми, які можуть виникнути під час роботи з клієнтом, що має біполярний розлад. Забезпечити конфіденційність при одночасній взаємодії з клієнтом і його родиною. Обговорити принцип інформованої згоди при направленні клієнта до психіатра. Надати рекомендації щодо етичного супроводу клієнта в періоди загострення або нестабільного стану.
- *Методичний (навчальний) блок.* Для ефективного засвоєння матеріалу рекомендується застосовувати різноманітні методи, серед яких: індивідуальний аналіз клінічної ситуації; групова дискусія для аналізу

кейсу та колективного пошуку рішень; рольові ігри психолога та клієнта з відтворенням консультативної бесіди; аналіз відеореєстрації або аудіозапису консультативної сесії; написання аналітичних робіт, що розглядають різні аспекти терапії та діагностики.

Такий багатокомпонентний підхід забезпечує не лише поглиблення теоретичних знань студентів, але й розвиток умінь критичного аналізу, формування етичної відповідальності та практичної компетентності, що є необхідними складовими професійної готовності психолога до ефективної роботи з проблемними клієнтами.[12]

2. Навчання практичним навичкам: комплексний підхід до розвитку професійної компетентності психологів у роботі з проблемними клієнтами. Навчання практичним навичкам у сфері психології передбачає використання інтерактивних методик, що дозволяють студентам не лише отримати теоретичні знання, а й набути реальний досвід взаємодії з клієнтами, які демонструють складні поведінкові та емоційні прояви. До таких методів належать рольові ігри, симуляції та тренінги, які спрямовані на розвиток комунікативних умінь, емпатії, уміння встановлювати межі та безпечно керувати кризовими ситуаціями.
Структура цього компоненту:

- *рольові ігри* – це один із найефективніших методів формування практичних навичок у майбутніх психологів. Під час рольових ігор студенти відтворюють типові ситуації взаємодії з клієнтами – наприклад, консультування агресивного, тривожного, депресивного чи маніпулятивного клієнта. Мета: навчити студентів застосовувати теоретичні знання у практиці, формувати гнучкість поведінки та комунікативну компетентність. Результат: розвиток емпатії, уміння розпізнавати емоційні стани клієнта, відпрацювання професійних реакцій у складних міжособистісних ситуаціях.

- *симуляції* – передбачають відтворення реальних умов психологічної практики з використанням сценаріїв, відео- або аудіозаписів, а також акторів або аудіозаписів, а також акторів або комп’ютерних програм, що імітують поведінку клієнтів. Мета: створити безпечне середовище для відпрацювання дій у кризових або етичних ситуаціях без ризику для реальних клієнтів. Результат: формування готовності діяти у непередбачуваних умовах, розвиток навичок кризового втручання, прийняття рішень під тиском та в умовах обмеженого часу.

- *інтерактивні тренінги* – цей формат навчання поєднує групову динаміку, рефлексію та практичне опрацювання навичок. Тренінги можуть бути присвячені розвитку емоційного інтелекту, комунікативної толерантності, навичок саморегуляції, профілактики професійного вигорання. Мета: сприяти особистісному зростанню студентів, підвищенню їхньої стресостійкості та професійної зрілості. Результат: засвоєння стратегій ефективної взаємодії, покращення командної роботи, усвідомлення власних емоційних реакцій і меж. Формати тренінгів: майстер-класи та воркшопи з технік активного слухання, емпатії та ефективної комунікації; тренінги з ненасильницького спілкування, спрямовані на навчання управлінню конфліктними та кризовими ситуаціями.

- *практичні заняття* – це систематичні навчальні сесії, під час яких студенти застосовують здобуті знання та навички на практиці – у формі міні-консультацій, аналізу випадків, ведення протоколів зустрічей, складання психологічних характеристик або планів втручання. Практикуми об’єднують теоретичні знання з навичками, отриманими під час інтерактивних вправ, допомагаючи учасникам глибше інтегрувати матеріал. Мета: інтегрувати теоретичну, методичну та практичну підготовку. Результат: формування комплексної професійної компетентності – від діагностики до побудови консультативного процесу,

уміння аналізувати власну роботу й дотримуватись етичних стандартів психологічної допомоги.

Приклад навчального кейсу. Тема: «Ефективна комунікація та кризове втручання під час роботи з агресивним клієнтом». Завдання кейсу:

- сформувані вміння розпізнавати ознаки агресії та емоційного напруження клієнта;
- відпрацювати навички активного слухання, емпатійного реагування та вербальної деескалації;
- навчитися підтримувати професійні межі та зберігати психологічну рівновагу у кризовій ситуації.

Опис ситуації. До психолога звертається клієнт – чоловік 35 років, який скаржиться на «постійне роздратування» і конфлікти на роботі. Уже з перших хвилин зустрічі він говорить підвищеним тоном, перебиває фахівця, демонструє недовіру до психологічної допомоги, звинувачує попередніх консультантів у некомпетентності. У поведінці простежується емоційна напруга, імпульсивність і прагнення до домінування.

Завдання для студентів

Комунікаційні навички:

- за допомогою рольової гри продемонструвати вміння встановлювати контакт із клієнтом у стані емоційної напруги шляхом застосування техніки активного слухання (уточнення, перефразування, відображення почуттів) щоб знизити рівень агресії;
- виявити емпатію без втрати професійної дистанції;
- контролювати невербальні сигнали (позиція тіла, голос, міміка), що сприяють деескалації агресії.

Стратегії кризового втручання:

- виявити ранні ознаки зростання напруги та запобігти загостренню ситуації;
- використовувати короткі, чіткі та нейтральні фрази для стабілізації діалогу;

- застосовувати принципи безпечної комунікації: спокійний тон, уповільнений темп, збереження дистанції;
- сформулювати план подальших дій після стабілізації емоційного стану клієнта (перенесення фокусу на роботу з причинами агресії).

Встановлення та дотримання професійних меж:

- визначити допустимі межі професійного контакту, зберігаючи повагу до клієнта;
- навчитися говорити «ні» у професійно прийнятній формі;
- усвідомлювати ризики емоційного залучення та маніпуляцій із боку клієнта;
- підтримувати баланс між емпатійністю і професійною позицією.

Методи навчання:

- рольова гра – моделювання консультативної ситуації з агресивним клієнтом;
- групова дискусія – аналіз труднощів і правильних дій після завершення гри;
- відеоспостереження або відеоаналіз – перегляд і розбір запису рольової сесії для самооцінки;
- рефлексивне обговорення – усвідомлення власних емоцій, реакцій і поведінкових стратегій.

Цей кейс створений для формування цілісного професійного досвіду майбутніх психологів, що поєднує знання, навички й етичну свідомість у процесі взаємодії з проблемними клієнтами. Завдяки його виконанню студенти: отримують можливість практично застосувати теоретичні знання у безпечному навчальному середовищі; розвивають навички саморегуляції, саморефлексії та конструктивного реагування на стрес; набувають впевненості у власних професійних діях і готуються до реальної консультативної практики.

3. Супервізія і наставництво: фундаментальні складові професійного розвитку психологів.

Регулярна супервізія з боку досвідчених психологів виступає одним із ключових елементів підготовки майбутніх фахівців у галузі психології. Цей процес має не лише навчальний, а й корекційний характер, оскільки супервізія дозволяє психологам ретельно аналізувати власні випадки роботи з клієнтами, отримувати об'єктивний і конструктивний зворотний зв'язок, а також своєчасно коригувати і вдосконалювати професійні методики взаємодії.

Значення супервізії та наставництва. Супервізія та наставництво є ключовими компонентами професійного ставлення майбутнього психолога, особливо у процесі навчання роботі з проблемними клієнтами. Вони забезпечують зв'язок між теоретичними знаннями та практичною діяльністю, створюючи умови для безпечного, контрольованого й усвідомленого професійного зростання [20].

Основні складові супервізійного процесу:

1. *Регулярні супервізійні сесії.* Регулярні зустрічі психолога з досвідченим супервізором допомагають осмислити власну практику, побачити труднощі у взаємодії з клієнтами та знайти ефективні способи їх подолання. Під час супервізійних сесій розглядаються конкретні випадки з практики, аналізуються емоційні реакції фахівця, зокрема, професійне виснаження, та обговорюються неусвідомлені установки, що можуть впливати на роботу. У результаті таких зустрічей формується план професійного розвитку, підвищується рівень саморефлексії, саморегуляції та якість психологічної допомоги клієнтам.

2. *Наставництво.* Це індивідуальна підтримка молодого психолога більш досвідченим колегою. Воно допомагає сформувати професійну ідентичність, розвинути практичні навички та адаптуватися до професійного середовища [35]. Наставник обговорює з учнем реальні випадки з практики, ділиться власним досвідом, показує приклади

ефективної роботи з клієнтами та надає зворотний зв'язок. Така співпраця сприяє розвитку впевненості, професійної самостійності й готовності приймати відповідальні рішення у складних ситуаціях.

3. Групова супервізія. Це спільне обговорення професійних випадків у невеликій групі психологів під керівництвом супервізора. Вона створює безпечний простір для обміну досвідом, взаємної підтримки та навчання. Один учасник розповідає про свій випадок, інші аналізують ситуацію, пропонують різні підходи, а супервізор допомагає узагальнити висновки. Така форма роботи розвиває колективне мислення, запобігає професійному вигоранню й допомагає фахівцям знайти нові стратегії роботи з проблемними клієнтами.

Загалом, супервізія і наставництво являють собою невід'ємну складову професійного становлення психолога. Вони забезпечують можливість безпечного обговорення складних випадків, аналізу власних дій та емоційних реакцій, а також сприяють розвитку професійної рефлексії. Завдяки цим формам підтримки фахівець не лише вдосконалює свої знання і навички, але й зберігає психологічну рівновагу, запобігає вигоранню та формує впевненість у власній компетентності. Таким чином, супервізія і наставництво виконують важливу роль у підвищенні якості психологічної допомоги й сталому розвитку професійної спільноти.

Приклад кейсу для супервізії та наставництва

Тема: Навчання через досвід: супервізія з клієнтом, що демонструє приховану агресію та маніпулятивну поведінку.

Опис ситуації: Клієнт, чоловік 28 років звертається до психолога з скаргами на труднощі у взаєминах із колегами та керівництвом. .

Мета кейсу:

- навчити студентів розпізнавати приховану агресію та маніпулятивні патерни поведінки клієнта;

- відпрацювати техніки саморегуляції та збереження професійної позиції;
- розвинути навички конструктивного зворотного зв'язку через супервізію;
- навчитися аналізувати власні реакції й формувати план подальшої роботи з клієнтом.

Сценарій навчального заняття: Один з студентів (роль психолога) презентує випадок взаємодії з «клієнтом». Супервізор (викладач або старший студент) допомагає учасникам визначити ключові труднощі, емоційні реакції та поведінкові патерни клієнта. Група обговорює можливі інтервенції: як реагувати на сарказм, уникання відповідей, переведення відповідальності. Разом формулюється стратегія безпечної комунікації, спрямована на стабілізацію ситуації та підтримку професійної дистанції.

Роль супервізора: ставити уточнюючі запитання, спрямовувати увагу на емоційні реакції психолога, допомагати побачити альтернативні способи реагування.

Рольова гра: В рамках практичного тренінгу Марія разом з іншим студентом, який виконує роль клієнта, проводить навчальну консультацію. Ситуація побудована на основі реального кейсу – роботи з клієнтом, що демонструє приховану агресію та маніпулятивну поведінку.

Студент, який грає клієнта, отримує короткий сценарій: він звертається з скаргами на напружені стосунки з колегами, відчуття недооціненості й несправедливості. Під час діалогу він має проявляти пасивну агресію, наприклад, через іронію, звинувачення, ображений тон, або спроби перевести відповідальність на психолога («А ви впевнені, що розумієте, про що я говорю?», «Здається, ви зараз просто повторюєте загальні фрази»).

Завдання Марії, як молодого психолога, встановити контакт, утримувати професійні межі, не піддаватися на провокації та уважно

фіксувати емоційні сигнали клієнта. Вона повинна спробувати: розпізнати приховані емоційні стани (роздратування, образу, недовіру); застосувати техніку активного слухання (перефразування, уточнення, емоційне віддзеркалення); спокійно реагувати на маніпулятивні висловлювання; підтримувати атмосферу безпеки, не вступаючи в суперечку.

Після завершення рольової гри, група переходить до супервізійного обговорення. Наставник коментує поведінку Марії, звертаючи увагу на її тон, невербальні реакції, спроби регулювати напруження. Обговорюється, які моменти сприяли конструктивній взаємодії, а які могли підсилити агресію клієнта. Після цього Марія заповнює рефлексивний звіт, де описує: свої почуття під час гри; ситуації, у яких відчула внутрішнє напруження; які техніки допомогли втримати професійну позицію; що хотіла б змінити у своїй поведінці наступного разу.

Методи навчання, що застосовуються у процесі супервізії та наставництва, поєднують різні підходи, спрямовані на всебічний розвиток і поглиблення професійної компетентності майбутніх психологів. До них належать:

- *Аналіз клінічних випадків.* Метод, під час якого студенти розглядають реальні або змодельовані ситуації з практики психолога. Вони аналізують поведінку клієнта, визначають основні проблеми шукають можливі шляхи їх розв'язання та обговорюють етичні аспекти роботи. Такий підхід допомагає формувати аналітичне мислення й уміння приймати професійні рішення.
- *Рольові ігри* дають змогу студентам відпрацьовувати навички взаємодії з клієнтами у безпечному навчальному середовищі. Один учасник виконує роль психолога, інший – клієнта, а решта спостерігають і аналізують процес. Це сприяє розвитку емпатії, комунікативної гнучкості та впевненості у професійній поведінці.

- *Моделювання консультаційних ситуацій* передбачає створення умов, максимально наближених до реальної психологічної практики. Студенти тренуються проводити консультації, працювати з емоційними проявами клієнта, підтримувати професійні межі та використовувати різні техніки допомоги.
- *Групові дискусії* дають можливість колективно обговорювати складні випадки, ділитися досвідом, порівнювати різні підходи та вчитися аргументовано відстоювати власну позицію. Такий формат сприяє розвитку критичного мислення й командної взаємодії.
- *Індивідуальні консультації з супервізором* – форма особистої роботи студента з досвідченим фахівцем, під час якої обговорюються конкретні труднощі, що виникають у процесі навчання або практики. Супервізор допомагає проаналізувати професійні ситуації, дає рекомендації щодо розвитку навичок, вказує на сильні сторони й зони росту. Такий метод сприяє формуванню впевненості, професійної рефлексії та навичок самостійного прийняття рішень.
- *Використання відеозаписів психологічних сесій* передбачає перегляд і спільний аналіз консультаційних ситуацій, зафіксованих на відео. Метод допомагає побачити деталі невербальної поведінки, інтонацій, реакцій клієнта і психолога, що часто залишаються непоміченими під час живої взаємодії. Завдяки цьому студенти вчаться більш уважно ставитися до комунікативних нюансів, розвивають навички самостереження та корекції власного стилю роботи.

Загалом, описані методи допомагають студентам розвивати критичне мислення, удосконалювати професійні навички та вчитися ефективно діяти у складних ситуаціях під час роботи з клієнтами. Важливу роль у цьому процесі відіграє супервізор, який підтримує, консультує та допомагає майбутньому психологу усвідомити свої сильні сторони, подолати труднощі й упевнено розвиватися в професійній діяльності.[5]

4. Емоційна резильєнтність: створення та впровадження тренінгів зі стресостійкості та технік самодопомоги для майбутніх психологів.

Розвиток емоційної резильєнтності є надзвичайно важливою складовою підготовки психологів, що працюють із клієнтами, які перебувають у складних психоемоційних станах. Ця здатність допомагає фахівцям ефективно регулювати власні емоції, витримувати напруження професійної діяльності та швидко відновлюватись після стресових подій, зберігаючи при цьому високу якість роботи.

Основні складові навчального процесу з емоційної резильєнтності:

1. *Тренінги з стресостійкості.* Практичні заняття спрямовані на освоєння різноманітних методів релаксації, медитації, дихальних технік і принципів майндфулнесу, які допомагають знижувати рівень стресу і зберігати психологічну рівновагу в складних ситуаціях.
2. *Воркшопи з самодопомоги.* Студенти опановують конкретні інструменти підтримки власного психічного здоров'я – техніки майндфулнес, позитивної візуалізації, ведення щоденника емоцій, планування відпочинку та енергетичного відновлення. Особлива увага приділяється розвитку усвідомленості, балансу між роботою та особистим життям і профілактиці емоційного вигорання.
3. *Сесії рефлексії та самоаналізу.* Цей етап спрямований на осмислення власних переживань, поведінкових реакцій і стратегій подолання стресу. Студенти обговорюють отриманий досвід, діляться висновками, формують індивідуальні плани розвитку емоційної стійкості. Сесії допомагають підвищити рівень самосвідомості, прийняття себе та здатність зберігати внутрішню рівновагу у професійній діяльності.

Приклад кейсу для розвитку емоційної резильєнтності

Тема: Формування ефективних стратегій емоційної резильєнтності при роботі з клієнтами, що переживають глибокі травми.

Ситуація: Молода психологиня Марія проходить практику у центрі психологічної допомоги. До неї звертається клієнт – чоловік, який нещодавно втратив дружину в автокатастрофі. Під час консультації, Марія помічає, що емоційно виснажується: після зустрічей довго не може заснути, відчуває тривогу та безсилля. Вона усвідомлює, що її стан заважає ефективній роботі з клієнтом.

Завдання для студентів:

1. Визначити, які фактори вплинули на емоційне виснаження психолога.
2. Запропонувати конкретні техніки самодопомоги, які могли б допомогти Марії відновити ресурс (наприклад: дихальні вправи, ведення емоційного щоденника, короткі перерви між сесіями, техніка «заземлення»).
3. Скласти план дій психолога для підтримання власної стресостійкості на тривалий період.
4. Обговорити, як розвиток емоційної резильєнтності впливає на якість допомоги клієнтам.

Методи навчання:

1. Інтерактивні воркшопи та семінари – спрямовані на практичне опанування технік емоційної саморегуляції та обмін досвідом між студентами.
2. Індивідуальні й групові консультації з супервізорами чи наставниками – допомагають відстежувати особистий прогрес у розвитку стресостійкості.
3. Рефлексивні звіти та самоаналіз – сприяють усвідомленню власних емоційних реакцій і вдосконаленню стратегій управління емоціями.

Цей комплексний кейс має на меті зміцнення емоційної стійкості майбутніх психологів, що є ключовою умовою запобігання професійному вигоранню та підтримання високої ефективності роботи у складних психотерапевтичних ситуаціях.

5. Міждисциплінарний підхід: навчання майбутніх психологів ефективній співпраці з фахівцями суміжних галузей для комплексної підтримки клієнтів.

Сучасна психологічна практика потребує інтеграції знань і ресурсів з різноманітних галузей охорони здоров'я та соціальної роботи. Тому важливо формувати в студентів уміння співпрацювати з психіатрами, лікарями, соціальними працівниками та іншими спеціалістами. Така взаємодія сприяє цілісному розумінню потреб клієнта та забезпечує повноцінну підтримку його фізичного, психічного й соціального благополуччя.

Основні принципи міждисциплінарної підготовки

1. *Робота у мультидисциплінарних командах.* Навчання передбачає формування навичок ефективної комунікації і спільної роботи з різнопрофільними фахівцями. Психологи опановують способи взаємодії з лікарями, психіатрами, соціальними працівниками та іншими спеціалістами, щоб координувати дії та забезпечити комплексну підтримку клієнта.
2. *Семінари та воркшопи з міжпрофесійної взаємодії.* Залучення експертів з різних галузей допомагає засвоїти основи міждисциплінарної співпраці, розвивати навички конструктивного обговорення, вирішення конфліктів та спільного прийняття рішень.
3. *Кейс-конференції.* Регулярні спільні зустрічі команд дозволяють обговорювати конкретні клінічні випадки, аналізувати підходи до лікування та планувати узгоджені стратегії підтримки і догляду за клієнтами.

Приклад кейсу для міждисциплінарної роботи

Тема: Комплексний підхід у роботі з клієнтом, який страждає на хронічний біль.

Опис ситуації: Клієнт, 45 років, звертається з скаргами на хронічний біль у спині та обмежену рухливість, що впливають на якість життя та

психоемоційний стан. Лікарі попередньо діагностували хронічний міофасціальний синдром. Пацієнт відчуває депресивні симптоми, тривогу та зниження мотивації до фізичної активності.

Мета кейсу: Навчити майбутніх психологів ефективній взаємодії з різнопрофільними фахівцями для забезпечення цілісної підтримки клієнта, враховуючи фізичні, психологічні та соціальні аспекти проблеми.

Завдання для студентів:

1. Визначити роль психолога у мультидисциплінарній команді (лікар, фізіотерапевт, соціальний працівник).
2. Обговорити можливі стратегії психологічної підтримки, включаючи методи зниження стресу, емоційної регуляції та мотивації до реабілітації.
3. Скласти план координації дій з іншими спеціалістами для комплексного ведення пацієнта.
4. Провести рефлексію власних комунікативних та організаційних навичок у роботі в команді.

Семінари з міжпрофесійної співпраці:

- Ліна активно бере участь у тематичних семінарах, присвячених стратегіям взаємодії між фахівцями різних галузей.
- Під час занять розвиваються комунікативні навички, необхідні для аргументованого обговорення та координації планів лікування в команді.

6. Етична підготовка: формування глибокого розуміння професійних та етичних стандартів у роботі психолога з клієнтами, особливо з проблемними.

Етична підготовка є важливою складовою професійного становлення майбутніх психологів, оскільки їхня робота передбачає постійне зіткнення зі складними моральними дилемами та високий рівень відповідальності перед клієнтом. Навчальний процес у цій сфері має на меті сформувати здатність діяти згідно з етичним кодексом психолога,

підтримувати довіру у взаємодії з клієнтом і забезпечувати безпечний простір для психотерапевтичної роботи. Студенти навчаються розпізнавати потенційні етичні ризики, аналізувати професійні ситуації з точки зору етики та приймати рішення, що ґрунтуються на принципах доброчесності, конфіденційності, поваги до гідності людини й професійної відповідальності.

Основні компоненти етичної підготовки

1. *Вивчення професійних кодексів.* Студенти знайомляться з міжнародними та національними етичними кодексами, що регулюють діяльність психологів. Ці документи визначають норми професійної поведінки, права та обов'язки фахівця, а також принципи захисту прав і гідності клієнта, формуючи базу для етичної практики.
2. *Аналіз сценаріїв етичних дилем.* Майбутні психологи розглядають реальні та змодельовані ситуації, у яких виникають моральні суперечності. Вони обговорюють можливі шляхи розв'язання, оцінюють наслідки прийнятих рішень і вчаться діяти відповідно до професійних стандартів і гуманістичних цінностей.
3. *Рольові ігри та симуляції етичних конфліктів.* Відтворення навчальних ситуацій з потенційними етичними порушеннями допомагає студентам тренувати навички прийняття рішень, конструктивного діалогу з клієнтом і колегами, а також формує готовність діяти відповідально у складних моральних контекстах.

Приклад кейсу для етичної підготовки

Тема: Збереження конфіденційності в складних професійних ситуаціях

Опис ситуації: Молода психологиня отримує клієнта-підлітка, який ділиться інформацією про суїцидальні думки та конфлікти в родині. Під час консультації він просить не повідомляти батьків чи інших осіб про сказане, аргументуючи це страхом покарання. Психологиня стикається з

етичною дилемою: з одного боку – зобов'язання зберегти конфіденційність, з іншого – необхідність запобігти потенційній загрозі життю клієнта.

Завдання:

1. Визначити ключові етичні принципи, що регулюють питання конфіденційності та безпеки клієнта.
2. Проаналізувати можливі варіанти дій психолога та їх наслідки для клієнта, родини й професійної репутації.
3. Розробити алгоритм прийняття рішень у ситуаціях, коли необхідно поєднати дотримання етичних норм із виконанням правових зобов'язань.

Методи навчання: Аналіз кейсу в малих групах з подальшою спільною дискусією. Рольова гра «Психолог – Клієнт – Наставник» для відпрацювання варіантів комунікація. Рефлексивна сесія, під час якої студенти обговорюють власні емоційні реакції, труднощі та моральні орієнтири у прийнятті рішень.

Завдання для студентів:

1. *Етичне обговорення* – аналіз положень професійних кодексів щодо конфіденційності та захисту клієнта; обговорення оптимальних дій у ситуації з етичної точки зору.
2. *Рольова гра* – імітація консультативної бесіди між психологинею та підлітком з подальшим пошуком безпечного способу обговорення питання розкриття інформації; відтворення ситуації спілкування психолога з батьками або супервізором, де необхідно аргументовано пояснити власне рішення щодо дотримання чи часткового розкриття конфіденційних даних; аналіз комунікативних стратегій, які дозволяють зберегти довіру клієнта навіть у разі повідомлення третіх осіб.
3. *Рефлексивний звіт* – підготовка письмового аналізу власних дій у ролі психолога: опис етапів прийняття рішення, аргументація вибору на основі етичних принципів (благо клієнта, недопущення шкоди, професійна

відповідальність); висвітлення особистих етичних труднощів, які виникли під час виконання завдання, та шляхів їх подолання.

Цей кейс і запропонована система навчальних заходів мають на меті забезпечити не лише засвоєння етичних норм на теоретичному рівні, а й формування у майбутніх психологів практичних навичок їх реального застосування. Такий підхід сприяє розвитку моральної зрілості, професійної відповідальності та здатності ефективно діяти в умовах етичних дилем. У результаті студенти вчаться приймати виважені рішення, підтримувати довіру клієнтів і забезпечувати високі стандарти психологічної допомоги.

Рекомендації щодо роботи з проблемними клієнтами

При консультуванні людей із суїцидальними намірами, фахівці (зокрема Р. Федоренко) [38] рекомендує дотримуватись низки рекомендацій:

- Регулярно проводити зустрічі для постійної підтримки та зменшення відчуття ізоляції.
- Акцентувати увагу клієнта на позитивних аспектах його життя, допомагаючи виявити внутрішні ресурси та сили.
- Не панікувати і не відволікати клієнта; уникати апеляцій до логіки, що може поглибити відчуття нерозуміння.
- Залучати до підтримки близьких (родичів, друзів).
- Забезпечити можливість зв'язку з консультантом у будь-який час для регуляції емоцій.
- При високому ризику суїциду інформувати родичів і розглядати госпіталізацію, довіряючи власній інтуїції навіть за заперечення клієнта.
- Зберігати професійну дистанцію та не дозволяти маніпуляцій через погрози самогубства.

- Усвідомлювати, що консультант не може повністю гарантувати запобігання самогубству; основна відповідальність на клієнті.
- Документувати всі дії для підтвердження дотримання професійних стандартів.

Основні рекомендації у роботі з клієнтами, які мають проблеми з алкоголем (Л. Магдисюк) [26]:

- Консультування проводити тільки у стані тверезості клієнта.
- Враховувати амбівалентність контакту, підтримуючи залежність від терапевтичних відносин замість алкоголю.
- Контролювати власні реакції контрпереносу; завдання консультанта – підтримка тверезості, а не примус.
- Визначати межі толерантності клієнта до почуття провини; у разі неможливості консультувати – тимчасово призупинити роботу, залишаючи відкритою можливість подальшого звернення [11].

Отже, ефективне психологічне консультування потребує від майбутнього психотерапевта зрілої особистісної позиції, здатності до гнучкого мислення, відповідальності та володіння сучасними техніками роботи з клієнтами. Важливо, щоб консультант умів вибудовувати гармонійні взаємини, застосовувати методи, спрямовані на опрацювання глибинних внутрішніх структур особистості. Окрему роль відіграє індивідуальний стиль діяльності психолога-консультанта, адже саме він впливає на довіру клієнтів, які часто сумніваються у можливості отримати допомогу. Продуктивний стиль професійної взаємодії передбачає досвід роботи з різними типами проблемних клієнтів, готовність до безперервного професійного розвитку, опанування нових методів, технік і підходів психологічної допомоги [21].

Висновки до розділу II

У другому розділі роботи було проведено комплексне емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення рівня формування професійної готовності майбутніх психологів до взаємодії з проблемними клієнтами. Розділ включав три підрозділи: опис процедури та методів дослідження, аналіз отриманих результатів, а також розробку стратегії удосконалення підготовки фахівців.

У підрозділі 2.1 детально відображено вибір методології дослідження, що включала адаптовані психодіагностичні інструменти, зокрема тест «Самооцінка психічних станів» за методикою Г. Айзенка, а також спеціалізований тест на визначення психічного стану при спілкуванні з проблемними особами (Н. Потапчук, О. Берегова). Визначено репрезентативну вибірку студентів різних курсів, що надало можливість оцінити стан готовності з урахуванням рівня навчання та психологічного досвіду.

У підрозділі 2.2 проведено аналіз отриманих даних, що показав високий рівень тривожності та агресивності серед студентів при уявленні про роботу з психологічно складними клієнтами. Особливо помітні труднощі спостерігаються серед студентів старших курсів, понад 20% яких демонструють підвищений рівень емоційного напруження уявляючи майбутню професійну взаємодію. Ці дані підкреслюють потребу у вдосконаленні як теоретичної, так і практичної складових підготовки психологів, з акцентом на розвиток емоційної стабільності та саморегуляції.

Підрозділ 2.3 зосереджений на створенні комплексної стратегії підвищення професійної готовності майбутніх фахівців до роботи з проблемними клієнтами. Запропонована стратегія охоплює:

- поглиблену теоретичну підготовку, що включає опанування клінічної психології, психопатології, теорій особистості, етичних принципів, а

також вивчення особливостей роботи з опором та трансферентними реакціями клієнтів;

- розвиток практичних умінь через інтерактивні форми навчання (рольові ігри, симуляційні вправи, тренінги), спрямовані на формування навичок ефективної комунікації, емпатії, дотримання професійних меж і управління кризовими станами.

Таким чином, результати проведеного дослідження доводять необхідність цілісного підходу до підготовки майбутніх психологів, який інтегрує теоретичні знання, практичні компетенції та психоемоційну стійкість – ключові складові професійної ефективності у роботі з проблемними клієнтами.

ВИСНОВКИ

У межах першого завдання нашої роботи, було здійснено аналіз теоретичних засад формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами. Встановлено, що ефективна підготовка фахівців передбачає інтеграцію когнітивно-поведінкових, комунікативних та особистісно-орієнтованих підходів, поєднаних із використанням інтерактивних методів навчання та розвитком рефлексивних умінь. Такий комплексний підхід забезпечує гармонійне поєднання теоретичних знань і практичних навичок, сприяє підвищенню якості психологічної допомоги та формує здатність майбутніх психологів ефективно працювати з проблемними клієнтами.

Відповідно до другого завдання нами було проведено діагностику рівня готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами. Для цього використовувалися методики: тест на «Самооцінку психічних станів» (адаптивний варіант методики Г. Айзенка) і тест на визначення психічного стану в умовах спілкування з проблемними особами (автори Н. Потапчук, О. Берегова). Отримані результати підтвердили, що такі ситуації викликають у студентів як молодших, так і старших курсів підвищений рівень тривожності та агресивності. Зокрема понад 20% старшокурсників зазнають значного емоційного напруження при уявленні професійної взаємодії з проблемними клієнтами.

Щодо третього завдання, нами була розроблена стратегія удосконалення професійної готовності психологів до роботи з проблемними клієнтами. Ця стратегія включає два основні компоненти:

- Теоретична підготовка, що охоплює фундаментальні знання з клінічної психології, психопатології та методів діагностики. В програму навчання включено вивчення різноманітних психічних розладів, теорій особистості, етичних норм психологічної практики, а також стратегій ефективної роботи з опором клієнтів і трансферентними реакціями.

- Навчання практичним навичкам за допомогою рольових ігор, симуляцій і інтерактивних тренінгів, що сприяють розвитку умінь активного слухання, емпатійного реагування, постановки меж і кризового менеджменту. Такий підхід дозволяє майбутнім психологам набути практичного досвіду, який є суттєвим для успішної роботи з проблемними клієнтами.

Отже, виконання завдань роботи підтвердило актуальність і необхідність всебічної підготовки психологів, що поєднує теоретичну глибину, практичний досвід і психологічну саморегуляцію як складові готовності до професійної діяльності у сфері роботи з проблемними клієнтами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. БАБИЧ, Олеся Олександрівна. Особливості формування діалогічної взаємодії з клієнтами у процесі професійної підготовки практичного психолога. 2024. Master's Thesis. Волинський національний університет імені Лесі Українки.
<https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/25493>
2. БЕРДО, Р. С. Концептуальні засади використання інформаційних технологій в процесі формування готовності майбутнього психолога до професійної самоідентифікації. 2020.
http://info.dgu.edu.ua/bitstream/123456789/1018/1/e65c66723e9c5d3733f19bdc5fa7d924_removed.pdf
3. БІЛОКІНЬ, А. А. Психологічні особливості комунікативної компетенції майбутніх психологів із різною самооцінкою. 2024.
<https://reposit.nupp.edu.ua/handle/PoltNTU/17198>
4. БЛІНОВСЬКА, Владислава Сергіївна. Підготовка майбутніх бакалаврів з практичної психології до професійно-комунікативної діяльності. 2020.
<https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/44963>
5. ВАРЧЕНКО, Каріна Олександрівна. Психологія розвитку професійного мислення майбутніх психологів у процесі фахової підготовки. 2024.
<https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/24753>
6. ВАСИЛЬЄВА, В. В.; ШУЛДИК, А. В.; КРАВЧЕНКО, О. О. ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА освітній ступінь магістр.
<https://fspu.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/01/%D0%92%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%94%D0%B2%D0%B0-%D0%92.%D0%92.pdf>
7. ГОРЕНКО М. В. КРЕАТИВНІСТЬ ЯК ЗНАЧУЩА ХАРАКТЕРИСТИКА ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ. Функціонування творчого мислення в умовах інформаційної невизначеності, 2022, 47.

<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730807/1/%D0%9C%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%96%D0%B0%D0%BB%D0%B8%20%D0%A5%D0%A5%D0%86%D0%86%20%D0%92%D1%81%D0%B5%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97%20%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE-%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D1%97%2024.05.2022.pdf#page=47>

8. ГУЛЯК, Ірина Романівна. Мотиваційна готовність майбутніх психологів до роботи з дітьми з розладами аутистичного спектра: кваліфікаційна робота магістра: 053 Психологія/І.Р.Гуляк; Хмельниц.нац.ун-т. – Хмельницький, 2021. – 85с.

<https://elar.khmnu.edu.ua/handle/123456789/12412>

9. ДАНИЛЕВИЧ, Лариса. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2024, 1 (73): 227-233.

<https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/702/714>

10. ДОБРОВОЛЬСЬКА, Віталіна Ігорівна. Особливості розвитку професійної компетентності майбутніх психологів до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. 2023.

<https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f843b93a-57e6-43d7-9b26-273704b1d87c/content>

11. ДЯЧУК, Марина Василівна. *Особливості формування толерантності як професійної компетентності майбутніх психологів*. 2024. PhD Thesis. Тернопіль, ЗУНУ.

https://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/51334/1/%D0%94%D1%8F%D1%87%D1%83%D0%BA_%D0%9F%D0%A1-41.pdf

12. ЄГЗАРОВА, Юлія Леонідівна. Формування і розвиток професійно важливих якостей майбутнього психолога. 2023.

<https://dspace.onu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2cdfb90c-6cb7-4d75-84ec-6bae7c423b58/content>

13. ЗАВРОЦЬКА, Тамара Аділівна. Готовність майбутніх психологів до роботи в реабілітаційних установах. 2022.

<https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/127e0a1d-89ba-4e79-906c-de3fd531fbbf/content>

14. ІВАНОВ, Євген Олександрович. ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. In: *The 5th International scientific and practical conference “Current challenges of science and education” (January 15-17, 2024)* MDPC Publishing, Berlin, Germany. 2024. 612 p. 2024. p. 378. <https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2024/01/CURRENT-CHALLENGES-OF-SCIENCE-AND-EDUCATION-15-17.01.24.pdf#page=378>

15. ІВАЩЕНКО, Альона Ігорівна. *Професійна рефлексія як механізм саморозвитку майбутніх психологів*. 2020. PhD Thesis. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/39575/Ivashchenko_dis.pdf?sequence=1&isAllowed=y

16. КАЛИНОВСЬКА, ІРИНА СЕРГІЇВНА. *Підготовка майбутніх практичних психологів до роботи в умовах інклюзивного навчання учнів загальноосвітніх навчальних закладів*. 2020. PhD Thesis. Умань, 2020.

https://nauka.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/%D0%94%D0%B8%D1%81_%D0%9A%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97.pdf

17. КАНДИБИ, Вероніки; КОЗИРА, Петро; УГРИН, Ольга. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНИХ ТА ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.

<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4688/1/%D0%9A%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D0%B1%D0%B0%20%D0%92%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%BD%D1%96%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%20%D0%B1%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D1%80.%20%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.pdf>

18. КЕТЛЕР-МИТНИЦЬКА, Тетяна. УДК 378.091. 313: 53: 378.147: 159. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРНАЛЬНОСТІ ЯК ЧИННИКА ГОТОВНОСТІ ДО ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. *Науковий журнал Хортицької національної академії*, 2020, 2 (3): 88-98.

<https://journal.khnnra.edu.ua/index.php/files/article/download/107/107>

19. КРИВОРУЧКО, Ірина Яківна. Психологічні особливості готовності майбутніх психологів-консультантів до професійної діяльності. 2021.

<https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/b0ab6092-cf5b-4ae4-9561-964cc60ef032/content>

20. КУШНІР, Ірени; МАЙОРЧАК, Наталія; ЛЯЛЮК, Галина. ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА.

<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4692/1/%D0%9A%D1%83%D1%88%D0%BD%D1%96%D1%80%20%D0%86%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%20%D0%B1%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D1%80.%20%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%84%>

[D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.pdf](#)

21. ЛЕНЬО, Юлії; КОЗИРА, Петро; УГРИН, Ольга. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ ПСИХОЛОГІВ-ВИПУСКНИКІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.

<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4757/1/%D0%9B%D0%B5%D0%BD%D1%8C%D0%BE%20%D0%AE.%D0%A0.%20%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.pdf>

22. ЛУЦИК, Галина. КОПІНГ-ПОВЕДІНКА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПІДЛІТКАМИ-ДЕВІАНТАМИ. *Наукові перспективи (Naukovì perspektivi)*, 2023, 12 (42).

<http://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/8333/8378>

23. ЛУЦИК, Галина Олександрівна. Педагогічні умови формування готовності майбутніх психологів до роботи з підлітками, схильними до девіантної поведінки. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*, 2020, 93: 94-99.

<https://www.ps.journal.kspu.edu/index.php/ps/article/view/4367/3864>

24. ЛУЦИК, Галина. Розвиток професійного мислення майбутніх психологів в процесі підготовки до роботи з підлітками-девіантами в умовах дистанційного навчання. *Scientific Collection «InterConf»*, 2022, 134: 177-180.

<https://www.ps.journal.kspu.edu/index.php/ps/article/view/4367>

25. ЛУЦИК, Галина. РОЛЬ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У ФОРМУВАННІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ ЗІ СХИЛЬНИМИ ДО ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКАМИ. *Scientific Collection «InterConf»*, 2022, 118: 141-145.

<https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/download/1021/1047>

26. МАГДИСЮК, Людмила; ФЕДОРЕНКО, Раїса, *Основи психологічного консультування: навч. посіб. / – Луцьк: Вежа-Друк, 2022. – 360 с.*

<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20907/1/opsykons.pdf>

27. МЕДЯНИК, А. Ю.; ВАХОЦЬКА, І. О. ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ.

[https://fspo.udpu.edu.ua/wp-](https://fspo.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/01/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D1%8F%D0%BD%D0%B8%D0%BA-%D0%90.-%D0%AE..pdf)

[content/uploads/2025/01/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D1%8F%D0%BD%D0%B8%D0%BA-%D0%90.-%D0%AE..pdf](https://fspo.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/01/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D1%8F%D0%BD%D0%B8%D0%BA-%D0%90.-%D0%AE..pdf)

28. МОРОЗ, Л.; ДІХТЯРЕНКО, С. ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ. *Вісник Національного університету оборони України*, 2022, 89-98.

<http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/255479/255299>

29. ПАНАСЕНКО, Анастасія Євгенівна. Психологічні чинники розвитку професійної компетентності майбутніх психологів. 2024.

<https://elibrary.kdpu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11076>

30. ПАСТОЩУК, Г. Д. *Чинники та шляхи забезпечення формування готовності майбутніх психологів до роботи з неповними сім'ями*. ВЧЕНІ ЗАПИСКИ, 2020, 32020131.

https://www.psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3_2020/24.pdf

31. ПЛЯКА, Б. В. Розвиток мотиваційної готовності студентів психологів до роботи. 2024.

https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/3324/1/%D0%9F%D0%BB%D1%8F%D0%BA%D0%B0_%D0%94%D0%B8%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D0%BC.pdf

32. ПОПІЛЬ, Лілія Ярославівна. *Вплив сенсожиттєвих орієнтацій на мотиваційну готовність до професійної діяльності майбутніх психологів*. 2023. PhD Thesis. Тернопіль, ЗУНУ.

http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/50299/1/%D0%9F%D0%BE%D0%BF%D1%96%D0%BB%D1%8C_%D0%9F%D0%A1%D0%BC-21_original_26042024_090221.pdf

33. СЕМБРАТ, Степан. *Формування професійної культури майбутніх психологів засобами тренінгових технологій*. 2024. PhD Thesis. Тернопіль, ЗУНУ.

<http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/51345/1/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D0%B1%D1%80%D0%B0%D1%82%20%D0%A1.%2C%20%D0%9F%D0%A1-41%20%281%29.pdf>

34. СИНИШИНА, Вікторія; МАРІОНДА, Іван. Інтерактивні технології навчання як чинник розвитку професійних здібностей майбутніх психологів-практиків. 2021.

<https://dspace.nau.edu.ua/bitstream/NAU/49859/1/%d1%81%d0%b8%d0%bd%d0%b8%d1%88%d0%b8%d0%bd%d0%b04.pdf>

35. СОНЕЦЬ, Інна Сергіївна. *Формування ідентичності та готовності до професійної взаємодії при підготовці студентів-психологів до проходження психокорекційної практики*. 2021.

<https://elibrary.kdpu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/5548>

36. СТЕПАНЕНКО, Людмила Михайлівна. *Теорія і методика професійної підготовки майбутніх психологів до взаємодії з маргінальними соціальними групами*. 2020. PhD Thesis.

https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/39662/Stepanenko_dis.pdf?sequence=1

37. ТАРАН, Анастасії. *ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ТИМЧАСОВО ПЕРЕСЕЛЕНИМИ ОСОБАМИ*. 2023. PhD Thesis. ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ.

<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/5843/1/%D0%A2%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BD%20%D0%90%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%81%D1%96%D1%8F%20%D0%90%D0%BD%D>

[0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.%20%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.%20%D0%94%D0%A4%D0%9D.%20%D0%91%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D1%80.%202022-2023%20%D0%BD.%D1%80.pdf](#)

38. ФЕДОРЕНКО, Раїса Петрівна, *Психологія суїциду* [Текст]: навч. посіб. / – Вид. 2-ге, змін. та доп. – Луцьк: Вежа-Друк, 2022. – 492 с.
<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi71/0051645.pdf>

39. ХАОЖАНЬ, Цю. Психологічна готовність майбутніх психологів до професійної діяльності. 2023.
<https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/39854>

40. ЧЕРЕВАЧ, Ю. В. Мотиваційна готовність студентів-психологів до професійної діяльності. 2024.
<https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/handle/123456789/3969>

Додаток А

Тест «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком)

№ п/п	Психічні стани	підходить	Не дуже підходить	Не підходить
		2	1	0
1	Не відчуваю у собі впевненості			
2	Часто червонію без причини			
3	Мій сон мене непокоїть			
4	Легко починаю нудьгувати			
5	Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві			
6	Мене лякають труднощі			
7	Люблю аналізувати свої недоліки			
8	Мене легко переконати			
9	Я підозріливий			
10	Важко перенешу час очікування			
11	Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід			
12	Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом			
13	У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе			
14	Нещастя та невдачі нічому мене не вчать			
15	Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною			
16	Я часто почуваю себе беззахисним			
17	Іноді у мене буває стан відчаю			
18	Відчуваю розгубленість перед труднощами			
19	У важкі хвилини життя іноді поведжуся як дитина, хочу, щоб мене пожаліли			
20	Вважаю недоліки свого характеру невинними			
21	Залишаю за собою право вирішального голосу			
22	Часто при розмові перебиваю співрозмовника			
23	Мене легко розсердити			
24	Люблю робити зауваження іншим			

25	Хочу бути авторитетом для оточуючих			
26	Не задовільняюсь малим, хочу більшого			
27	Коли розгніваюсь, погано себе стримую			
28	Більше люблю керувати, ніж підкорятися			
29	У мене різка, грубовата жестикуляція			
30	Я злопам'ятний			
31	Мені важко змінювати звички			
32	Нелегко переключати увагу			
33	З обережністю ставлюсь до всього нового			
34	Мене важко переконати			
35	Нерідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися			
36	Нелегко зближуюся з людьми			
37	Мене розчаровує навіть незначні зміни плану			
38	Я проявляю впертість			
39	Неохоче йду на ризик			
40	Різко реагую на відхилення від прийнятого мною режиму			

Методика оцінювання

Підрахуйте кількість балів за кожну з чотирьох груп питань:

I – 1-10-те питання – *тривожність*;

II – 11-20-те питання – *фрустрація* (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

III – 21-30-те питання – *агресивність*;

IV – 31-40-ве питання – *ригідність* (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну точку зору).

Інтерпретація результатів

Тривожність:

0-7 балів – низька тривожність;

8-14 балів – тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів – висока тривожність

Фрустрація:

0-7 балів – висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів – середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів – низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач.

Агресивність:

0-7 балів – ви спокійні, стримані;

8-14 балів – середній рівень агресії;

15-20 балів – ви агресивні, нестримані, маєте труднощі в стосунках з людьми.

Ригідність:

0-7 балів – ригідності нема;

8-14 балів – середній рівень ригідності;

15-20 балів – сильно виражена ригідність, вам протипоказані зміна місця роботи, зміни в сім'ї.