МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

# на тему: ОСОБЛИВОСТІ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ СУЧАСНОГО ФАХІВЦЯ З ПСИХОЛОГІЇ

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0533-з-1
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Плоха Ольга Геннадіївна
Керівник: д.психол.н., професор кафедри психології Горбань Г.О.
Рецензент: к.псих.н., доцент кафедри психології Залановська Л.І.

Запоріжжя
2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Горбань Г.О.

«____»_____2024 р.

**З А В Д А Н Н Я**

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Плохій Ользі Геннадіївні

Тема роботи Особливості рольового репертуару сучасного фахівця з психології

керівник роботи Горбань Г.О. д.психол.н., професор кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити рольовий репертуар сучасного психолога як складову особистісної зрілості. Мною визначено такі завдання: 1. Теоретично обґрунтувати сутність рольового репертуару та особистісної зрілості сучасного фахівця психології.2. Дослідити рольовий репертуар сучасного психолога. 3. Розробити розвивальну програму формування особистісної зрілості сучасного психолога. 4. Розробити методичні рекомендації щодо формування особистісної зрілості сучасного фахівця психології.

5. Перелік графічного матеріалу: 7 таблиць, 4 малюнки

6. Консультанти розділів роботи

| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата | |
|---|---|---|---|
| | | Завдання Видав | Завдання прийняв |
| Вступ | Горбань Г.О, професор | | |
| Розділ 1 | Горбань Г.О, професор | | |
| Розділ 2 | Горбань Г.О, професор | | |
| Розділ 3 | Горбань Г.О, професор | | |
| Висновки | Горбань Г.О, професор | | |

7. Дата видачі завдання _____

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

| № з/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи | Строк виконання етапів роботи | Примітка |
|---|---|---|---|
| 1 | Збір та систематизація матеріалу | січень –лютий 2024 р. | Виконано |
| 2 | Робота над вступом | березень 2024 р. | Виконано |
| 3 | Робота над першим розділом | квітень-травень 2024 р. | Виконано |
| 4 | Робота над другим розділом | липень 2024 р. | Виконано |
| 5 | Робота над третім розділом | червень -серпень 2024 р. | Виконано |
| 6 | Написання висновків | вересень 2024 р. | Виконано |
| 7 | Передзахист | жовтень 2024 р. | Виконано |
| 8 | Нормоконтроль | листопад 2024 р. | Виконано |

Студент _____ О.Г. Плоха

Керівник роботи _____ Г.О. Горбань

**Нормоконтроль пройдено**

**Нормоконтролер**_____О.М. Гредінарова

# РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: .71 сторінка, 4 малюнки, 7 таблиць, 38 джерел.

Об'єкт дослідження: особистісна зрілість сучасного психолога.

Предмет: особливості формування рольового репертуару сучасного фахівця з психології в умовах професійної діяльності та підготовки.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити рольовий репертуар сучасного психолога як складову особистісної зрілості.

Гіпотеза дослідження: особистісна зрілість сучасного психолога і його здатність до гнучкого використання широкого рольового репертуарує.

Методи дослідження: - теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення та систематизація теоретичних засад проблеми дослідження), емпіричні (використання таких діагностичних методик, як опитувальник особистісної зрілості О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності») [34, 393-396]; опитувальник З.М. Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284]; методи кількісного і якісного аналізу матеріалу.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що систематизовано уявлення про сутність рольового репертуару та особистісної зрілості сучасного психолога. Розроблена розвивальна програма формування особистісної зрілості може використовуватися фахівцями-психологами, соціальними педагогами та вчителями.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використанні фахівцями-психологами, соціальними педагогами та вчителями.

ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ, СУЧАСНИЙ ПСИХОЛОГ, РОЛЬОВИЙ РЕПЕРТУАР, ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ.

# SUMMARY

Plokha O.G. Features of the Role Repertoire of a Modern Specialist in Psychology.

Object of research: personal maturity of a modern psychologist.

Subject of research: peculiarities of role repertoire formation a modern specialist in psychology.

The purpose of the research: to theoretically substantiate and experimentally investigate the role repertoire of a modern psychologist as a component of personal maturity.

The hypothesis of the research: to form an idea of the essence of the role repertoire and personal maturity of a modern psychologist.

Research methods: theoretical (analysis, synthesis, generalization and systematization of the theoretical foundations of the research problem), empirical (use of such diagnostic methods as the questionnaire of personal maturity of O. Shtepa "Questionnaire of psychological resourcefulness" [34, 393-396]; questionnaire of Z. M. Miroshnyk "Semantic space of role positions of a practical psychologist" [17, 284]; methods of quantitative and qualitative analysis of the material.

A scientific innovation: a development program for the formation of personal maturity was developed.

Research results can be used by psychologists, social pedagogues and teachers.

Keywords: personal maturity, modern psychologist, role repertory, professional activity.

**ЗМІСТ**

ВСТУП……..7
РОЗДІЛ І. ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА…..10
1.1. Проблема особистісної зрілості в психологічних дослідженнях……...16
1.2. Сучасний психолог: рольовий репертуар……22
1.3. Умови психологічного розвитку репертуару сучасного фахівця у психології…….…..21
РОЗДІЛ ІІ. ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ СУЧАСНОГО ФАХІВЦЯ З ПСИХОЛОГІЇ……32
2.1. Процедура дослідження…….…….……...32
2.2. Психологічний аналіз емпіричних результатів дослідження……..…...37
РОЗДІЛ ІІІ. ЗАСТОСУВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ СУЧАСНОГО ПСИХОЛОГА……...41
3.1. Докази в програмі з формування сучасного фахівця з психології……....41
3.2. Підсумок розвивальної програми сучасного фахівця з психології…...…47
3.3. Рекомендації щодо підвищення рівня сформованості сучасного психолога……51
ВИСНОВОК…….…….…62
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ…….…….….68

# ВСТУП

З огляду на складні умови сьогодення, у яких опинилася наша країна з моменту широкомасштабного вторгнення російської федерації (24 лютого 2022 року), яке триває донині, цивілізована світова спільнота опинилася перед обличчям глобальної світової катастрофи. Сучасне суспільство щодня стикається з багатьма труднощами, стресовими ситуаціями та негараздами. Витримати подібні випробування здатна лише всебічно розвинена та загартована особистість. Такою складовою адаптації в соціумі й ситуації глобальних катастроф, що забезпечить сучасному фахівцеві психології належний рівень витривалості та життєдіяльності, постає рольовий репертуар, який є складовою особистісної зрілості. Зазначені поняття перебувають між собою у тісному зв’язку та відіграють важливу роль у підготовці фа сучасного хівця психології, оскільки вивчення рольового репертуару сучасного психолога як компонента особистісної зрілості надасть можливості чинити опір особистісним та соціальним катастрофам і здатне поліпшити життя як окремої людини, так і суспільства в цілому.

Станом сьогоднішній день психологічні розвідки щодо вивчення феномену особистості та соціокультурного середовища, у якому вона перебуває, здійснюються значною кількістю науковців з психології, проте такі дослідження носять фрагментарний характер. Термін «роль» з'явився у 1920-х та 1930-х роках в соціологічному просторі завдяки теоретичним роботам Д. Міда, Д. Морено, Т. Парсонса, Р. Лінтона. Над розробкою рольової теорії особистості працювали такі психологи: П. Горностай, Н. Корабльова, З. Мірошник. Особливостями професійного розвитку опікувалися У. Джейд., А. Маслоу, Г. Мюнстерберг, Ф. Парсонс, Д. Сьюпер, Д. Тідеман, З. Фрейд, Т. Шибутані.

Об’єкт дослідження – особистісна зрілість сучасного психолога.

Предмет дослідження – особливості формування рольового репертуару сучасного фахівця психології.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити рольовий репертуар сучасного психолога як складову особистісної зрілості.

Гіпотеза дослідження: особистісна зрілість сучасного психолога і його здатність до гнучкого використання широкого рольового репертуарує.

Реалізувати мету дослідження мною визначено такі завдання:

1. Теоретично обґрунтувати сутність рольового репертуару та особистісної зрілості майбутнього фахівця психології за матеріалами українських та зарубіжних розвідок.

2. Дослідити рольовий репертуар сучасного психолога.

3. Розробити розвивальну програму формування особистісної зрілості сучасного психолога.

4. Розробити методичні рекомендації щодо формування особистісної зрілості сучасного фахівця психології.

Методи дослідження:

- теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення та систематизація теоретичних засад проблеми дослідження);

- емпіричні (використання таких діагностичних методик, як опитувальник особистісної зрілості О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності») [34, 393-396]; опитувальник З.М.Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284];

- методи кількісного і якісного аналізу матеріалу.

Теоретико-методологічну основу дослідження складають:

- загальнотеоретичні принципи дослідження феномену особистісної зрілості та рольового репертуару;

- дослідження науковців щодо особистісної зрілості сучасного фахівця (Е.Еріксон, А.Маслоу, Ж.Піаже, Е.Франкл, Е.Фром, Т.Титаренко, І.Шаповал, О.Штепа);

- наукові розвідки з дослідження рольового репертуару сучасних психологів (Дж. Морено, Р. Лінтон, М. Кун, П. Горностай, З. Мірошник, О. Михалйенко)

Наукова новизна роботи полягає в тому, що систематизовано уявлення про сутність рольового репертуару та особистісної зрілості сучасного психолога. Розроблена розвивальна програма формування особистісної зрілості може використовуватися фахівцями-психологами, соціальними педагогами та вчителями.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використанні фахівцями-психологами, соціальними педагогами та вчителями.

Організація і база дослідження. Дослідження проводилося на базі Запорізького національного університету. В опитуванні взяли участь 20 студентів заочної форми навчання спеціальності 053 Психологія. Термін проведення – вересень-листопад 2024 р.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаної літератури.

# РОЗДІЛ І
# ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ СУЧАСНОГО ПСИХОЛОГА

## 1.1. Проблема особистісної зрілості в психологічних дослідженнях

На тлі життя в умовах воєнного стану та складнощів і викликів, з якими зіткнулося наше суспільство, сучасне життя потребує висококваліфікованих фахівців у галузі психодіагностики, психокорекції, консультування та ін., які прагнуть і вміють діяти швидко, якісно, злагоджено й чітко. Саме тому особистісна зрілість слугує підґрунтям для формування таких фахівців. Проблемою визначення сутності зрілості в психології опікувалося чимало як зарубіжних, так і українських науковців, зокрема Е. Еріксон, А. Маслоу, Ж. Піаже, Е. Франкл, Е. Фром, Т. Титаренко, І. Шаповал, О. Штепа та ін.

Дослідники зазначеного феномену зауважують, що як психічний, так і соціальний розвиток особистості не обмежується певними часовими відтинками. Кожен етап життя людини не є сталим, а, навпаки, розвивається, змінюється, поділяється на етапи. Поряд з цим кожен з етапів на тлі загальних закономірностей розвитку характеризується особливими рисами,

що притаманні лише для цього етапу. Переважна більшість більшість дослідників (Т. Титаренко, І. Шаповал, О. Штепа) вважають, що процеси вдосконалення людини та набуття нею зрілості продовжуються й у дорослому житті, бо зрілість у своїй психофізіологічній ґенезі – полівекторне й суперечливе явище. Протягом життя людини на кожному з етапів мають місце як позитивні, так і негативні події.

У сучасному тлумачному психологічному словнику поняття зрілості звучить так: «…стан, до якого приходить організм наприкінці певного періоду свого розвитку» [35, 164]. Поряд з цим, автор словника зазначає, що хронологічні межі періоду зрілості є досить умовними.

О.Москаленко визначає сутність етапів розвитку особистості. Науковець зауважує, що перший рівень характеризується відсутністю рефлексії власної психіки, оскільки вона лише починає сформовуватися. Особистісні якості на цьому рівні формуються у розв'язанні проблем та завдань задля досягнення особистої мети. На другому рівні розвитку людина обирає тих, хто знаходитиметься поруч (товариші, друзі, колеги по роботі, однодумці), намагається розрахувати наслідки, створити алгоритми дій та вчинків тощо.

Третій рівень визначає особистість як індивіда своєї життєдіяльності та світоглядних стереотипів, які він обирає, сформовуючи «Я-концепцію» [21, 6]. На думку більшості дослідників, які витлумачують зміст різних видів зрілості, соціальній і психологічний розвиток особистості не лише тісно взаємопов'язані між собою, але й інтегровані, що уможливлює розгляд зрілості як психологічного феномену.

Так, І. Шаповал визначає особистісну зрілість як властивість особистості, яка віддзеркалює певний досягнутий рівень самодетермінації. Самодетрмінація трактується авторкою як здатність індивіда до здійснення та переживання вибору [36, 180].

На думку О.Штепи, до рис зрілої особистості можна віднести такі, як відповідальність, децентрація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність, автономність, контактність, сампосприйнятливість, креативність, синегрічність. Психологиня стверджує, що особистісну зрілість зумовлює розвиток децентрації – спроможності розуміти позицію й наміри іншої людини, поставити себе на її місце, оцінити ситуацію з її позиції [37].

О. Штепа зауважує, що децентрація є складовою позбавлення егоцентризму, відслідковується на зламі підліткового та юнацького періоду життя, коли юнаки та дівчата намагаються поводитися як дорослі, думати про те, як складеться їхнє життя у майбутньому, яке місце вони зможуть посісти в соціумі, як чинитимуть опір перешкодам, що супроводжуватимуть їх по життю тощо [34, 8]. Як нам видається, дослідницею було влучно

розмежовано поняття «психологічна зрілість» і «особистісна зрілість», які зазвичай у наукових розвідках є тотожними. Як слушно зазначає авторка у своїй статті, «Особистісна зрілість, на відміну від психологічної… характеризується якісним новоутворенням – здатністю до самопізнання» [цит. за 38, 28].

Цікавим, на мій погляд, є думки сучасних науковців про те, що особистісна зрілість без духовного розвитку та власного духовного збагачення є неможливою. Вочевидь, саме тому здавна у суспільстві популярності набуло духовне наставництво (наставники, тьютори, гуру, фасилітатори та ін.). Так, М.Савчин зауважує, що розвиток особистості першочергово полягає у її духовному зростанні й вдосконаленні. Дослідниця акцентує увагу на тому, що саме розвиток духовності надає людині психологічну силу, яка проявляється як знання і бажання, наділяє людину наснагою та спонукає до саморозвитку [28, 42]. На думку науковиці, духовність розвивається шляхом пізнання людиною самої себе, детального аналізу власного життєвого досвіду, усвідомлення особливостей самосвідомості, власних ціннісних орієнтацій. Маркером духовно розвиненої особистості є здатність до творчості, а основним змістом її життя постає вдосконалення себе та світу [28, 56].

Поняття «особистісна зрілість» розглядається не лише як ознака особистості, а також як її професійна складова, що постійно трансформується та набуває нових якостей [23, 5].

Психологи тлумачать як сталу якість особистості, що детермінує можливість вибору змісту й способів активності, спираючись на реальні умови навколишнього середовища та особисті суб’єктивні чинники (активність, діяльність, мораль). На думку науковців, потенціалом зрілої особистості є здійснення мотивованої саморегуляції поведінки; забезпечення ефективності поведінки; збереження внутрішнього змісту й самоідентифікації та гармонійну взаємодію у соціумі; надбання й об’єктивне застосування власного потенціалу; накопичення особистих умінь і навичок й

втіленняпрогресивного зростання індивіда як особистості.

Психологи підкреслюють, що особистісна зрілість може розглядатися як певне багаторівневе цілісне утворення, що вміщує низку конструктів, які взаємопов'язані між собою та взаємозалежні одне від одного. Отже, організована особистісна зрілість уособлює систему властивостей, здібностей та навичок, що детермінують об'єктивність та дієвість активності людини упродовж життя.

Так, деякі психологи особистісну зрілість розглядають більшою мірою як процес, а не як кінцеву мету [23, 30]. Поряд з усталеними теоретичними дослідженнями зазначеного феномену авторами монографії приділено увагу інноваційним методам формування особистісної зрілості. Такий вид діяльності набув актуальності в сучасних умовах дистанційного навчання. Зокрема, психологиня О. Горбачова зпосеред чинників, що визначають продуктивне становлення формування професійної ідентичності, виділяє освітній процес, що фокусується переважно на практичній діяльності. Станом на сьогодення, в умовах дистанційного навчання відбувається трансформація способу здобуття вищої освіти здобувачами загалом та фахового самовдосконалення майбутніх фахівців психології зокрема. Одним з таких методів, на думку дослідниці, постає коучинг, що є ефективним складником супроводу професійного зростання майбутнього фахівця психології та функціонує на засадах партнерства. Отож, авторка у коучинговому підході до формування ресурсності особистості вбачає закцентованість на розвитку особистісних властивостей та навичок. Коучинг О.Горбачова розуміє як особистісно орієнтований метод, що надає можливості майбутнім психологам досягти особистих цілей у житті [23, 242].

В цілому у наукових дослідженнях проблема особистісно зрілості розглядається як складна система, що тісно взаємопов'язана з самоототоженнням, саморозвитком та самореалізацією особистості. Розвиток і становлення особистісної зрілості науковці (Н. Дідик, Л. Долінська, О. Завгородня, О. Штепа) ототожнюють з перетвореннями, що відбуваються

всередині самої особистості (децентрація, самоосмислення, здатність втілювати свої плани в життя тощо). Вікові межі особистісної зрілості науковці визначають від періоду старшого юнацтва до періоду дорослості.

Отже, переважна більшість дослідників феномену особистісної зрілості схиляються до думки, що вона є важливим критерієм формування особистості та стрижневим конструктом зрілої особистості.

Виходячи з вищезазначеного, можемо дійти висновку, що поняття «особистісна зрілість» є досить вживаним у психологічних розвідках; феномен особистісної зрілості досліджувала та продовжує досліджувати значна кількість як зарубіжних, так і вітчизняних науковців; зрілість не завершується з настанням дорослого віку, оскільки людина продовжує розвиватися, вдосконалюватися, набувати нових знань та навичок, засвоювати нові ролі, досліджуючи нові галузі професійної та особистої життєдіяльності, духовно збагачувати себе та навколишній світ, творчо вирішувати проблеми та досягати поставленої мети.

Особистісна зрілість у психології — це поняття, яке включає в себе розвиток емоційних, когнітивних та соціальних аспектів особистості, що дозволяє людині ефективно функціонувати в різних життєвих ситуаціях, приймати відповідальність за свої вчинки та взаємодіяти з іншими людьми на рівні взаєморозуміння і взаємоповаги. Процес досягнення зрілості є складним та багатогранним і включає в себе як позитивні аспекти, так і певні труднощі.

Засади особистісної зрілості:

1. Емоційна стабільність:

Людина з високим рівнем емоційної зрілості здатна контролювати свої емоції, не піддаватися імпульсивним реакціям і адаптуватися до змін в оточуючому світі.

2. Відповідальність:

Зріла особистість приймає відповідальність за свої вчинки, рішення та їх наслідки. Це включає готовність визнавати помилки та навчатися на них.

3. Самопізнання та рефлексія:

Зріла особистість має високу здатність до самопізнання, розуміє свої сильні та слабкі сторони, а також працює над своїм розвитком.

4. Інтерперсональні навички:

Це здатність будувати здорові, взаємовигідні відносини з іншими людьми, зокрема через емпатію, слухання та здатність до конструктивної комунікації.

5. Самостійність і незалежність:

Зріла людина не залежить від думки інших у своїх рішеннях і діях, вона має власні цінності та переконання.

6. Гнучкість і адаптивність:

Зріла особистість здатна адаптуватися до нових умов і змінювати свою поведінку відповідно до нових вимог і обставин.

Проблеми, що виникають у процесі досягнення особистісної зрілості:

1. Психологічні бар’єри та захисні механізми:

Багато людей можуть стикатися з психологічними бар’єрами, які виникають через минулі травми, невирішені конфлікти або страхи. Захисні механізми, такі як заперечення, проекція чи регресія, можуть ускладнювати процес зрілості, перешкоджаючи адекватному усвідомленню своїх проблем.

2. Конфлікти з соціальними нормами та очікуваннями:

Людина може відчувати напругу між своїми внутрішніми прагненнями і вимогами, що надходять від суспільства або близьких людей. Це може призвести до стресу або відчуття несприйняття.

3. Недостатня саморефлексія:

Відсутність здатності критично оцінювати власні вчинки і думки може стати серйозною перешкодою для досягнення особистісної зрілості. Людина може не помічати своїх помилок, що обмежує її розвиток.

4. Завищені або занижені самооцінки:

Неврівноважена самооцінка, як завищена, так і занижена, може бути результатом недостатнього самопізнання і перешкоджати розвитку

адекватної особистісної зрілості.

5. Страх змін та невизначеності:

Часто на шляху до особистісної зрілості людині доводиться змінювати свої звички, переконання чи навіть спосіб життя, що може бути пов’язано зі страхом невідомості і стресом.

6. Внутрішній конфлікт між потребами та обов’язками:

Зріла особистість повинна знайти баланс між власними потребами і обов’язками перед іншими людьми (сім’єю, роботою, суспільством). Це часто є джерелом внутрішнього конфлікту, який потребує високої здатності до самоконтролю і прийняття складних рішень.

### 1.2. Сучасний психолог: рольовий репертуар

Рольовий репертуар сучасного психолога включає різноманітні функції та ролі, які психолог виконує в залежності від контексту роботи, специфіки клієнта та завдань. Зокрема, до основних ролей можна віднести:

1. Консультант: Психолог допомагає клієнтам розв’язувати особисті, професійні чи міжособистісні проблеми, надаючи їм стратегії для поліпшення життя та розуміння своїх емоцій.

2. Терапевт: У цьому випадку психолог працює з пацієнтами, використовуючи різні терапевтичні методи (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія, психоаналітичний піардхід, гештальт-терапія) для лікування психічних розладів, таких як депресія, тривога, стрес, травми тощо.

3. Психодіагност: Психолог може проводити різноманітні тестування та оцінки для визначення психологічного стану клієнта, виявлення особливостей його психіки, здібностей, темпераменту та інших характеристик.

4. Модератор: У групових сесіях чи тренінгах психолог може виступати як модератор, сприяючи взаємодії та розвитку групи, допомагаючи

учасникам налагоджувати комунікацію та вирішувати конфлікти.

5. Тренер (психологічний коуч): Психолог може виступати в ролі тренера, допомагаючи клієнтам досягати особистісних або професійних цілей, підвищувати ефективність та продуктивність, зокрема в рамках розвитку лідерських якостей, кар'єрного зростання.

6. Науковець/дослідник: Психолог може бути залучений до наукової роботи, вивчаючи різні аспекти людської психіки, розробляючи нові методи діагностики або лікування, а також публікуючи результати своїх досліджень.

7. Освітянин: Психолог може працювати в освітніх закладах, допомагаючи студентам, викладачам і батькам у вирішенні питань розвитку, навчання, мотивації та соціалізації.

8. Посередник: Психолог може виступати в ролі посередника в конфліктах між людьми або організаціями, допомагаючи знаходити компроміси і досягати взаєморозуміння.

Кожна з цих ролей вимагає від психолога різних навичок, знань і підходів, що дає йому можливість ефективно взаємодіяти з різними категоріями клієнтів у різних ситуаціях.

На сьогоднішній день проблемою дослідження феномену рольового репертуару в сучасній психології опікується незначна кількість науковців, зокрема Р.Лінтон, Дж. Морено, П.Горностай, З.Мірошник, І.Талаш, Б.Хомуленко, та ін.

Рольовий репертуар розглядається вищеперерахованими науковцями передусім у контексті рольової структури особистості, рольової поведінки та ролеграм. Термін «роль» та «рольовий репертуар» вживають у своїх працях такі сучасні зарубіжні дослідники, як Alice H., Lisbeth Aggestam., Chon Abraham, Biddle B.J. Marie-Claude Boudreau, Hubert I.M., Iris Junglas, Mead G. Richard Watson [45, 44, 42, 46, 47].

Чіткого визначення дефініції «рольовий репертуар» немає, здебільшого науковцями представлено основні характеристики рольового репертуару особистості.

П.Горностай розглядає рольову поведінку як особистісний феномен, що проявляється у рольовій ідентичності та рольовій Я-концепції [7, 37]. У сучасних тлумачних словниках представлено такі визначення поняття «репертуар»:

- сукупність творів (п'єс, фільмів), які складають програму театру, кінотеатру, філармонії;

- ролі, музика, виконувані актором, музикантом;

- наявність, сукупність певних рис, звичок [32].

Вищезазначений словник позначає поняття «репертуар» як: фр. repertoire, від лат. repertorium – список, опис: І. Музичні й драматичні твори, що відбуваються в театрі в певний проміжок часу. Репертуар презентує деякі ідейні та художні концепції театру. ІІ. Перелік ролей, які виконує актор. ІІІ. Низка музичних, літературних творів, тощо, які виконуються актором, співаком, музикантом та ін.

Поняття феномену «роль» має місце й у повсякденному вжитку, і також як наукове поняття. Зокрема, З.Мірошник зауважує, що роль постає водночас певною системою, що об'єднує особистісне й суспільне, групове й індивідуальне. Дослідниця розглядає роль як механізм включення особистості у групу. На думку авторки, кожна група, у якій перебуває людина, має свою сукупність ролей.

Отже, роль може виступати базовим механізмом в розв'язанні проблеми соціально-індивідуального дуалізму. Деякі дослідники (Р.Лінтон, Г.Лейтц, Дж.Мід, Дж.Морено та ін.) визначають, що поведінка людини детермінується ролями, а безпосередньо ролі не залежать від поведінки.

Отже, людина як особистість представлена типовим набором ролей, виконуваних нею найчастіше у тих чи інших життєвих ситуаціях та обставинах, що становлять її рольовий репертуар.

Рольова поведінка виступає важливим механізмом поведінки людини. У соціумі особистість є спричинником (носієм) певної системи психологічних ролей: громадянські, сімейні, професійні, психологічні, особистісні та ін.

Упродовж життя та знаходження в суспільстві у людського індивіда формується життєва модель (система повсякденних видів діяльності, поведінкові стереотипи, ієрархія провідних взаємозв'язків). Життєва модель вміщує репертуар психологічних ролей. На думку японського дослідника психології Т.Шибутані (Шибутані, 1961), ролі як функціональні одиниці соціальної поведінки людини є одними з базових соціальних функцій особистості, уособленням мети її соціально значущої діяльності та поведінки.

У наукових розробках найбільш відомими й вагомими зарубіжними теоріями, що становлять підґрунтя для сучасних досліджень психології ролей, постають теорії символічного інтеракціонізму й психодрами. Школу символічного інтеракціонізму було започатковано Дж.Мідом. Предметом її вивчення стала рольова взаємодія, або інтеракція (англ.. interaction).

Інтеракціоністи надавали первагу дослідженню соціологічного та соціально-психологічного підходу, натомість особистісному аспекту рольової поведінки відводилася незначна увага. Як вважали представники цієї школи, рольова поведінка достатньою мірою визначається експектаціями – соціальними очікуваннями.

Представники психодраматичного напрямку, фундатором якого є Дж.Морено, акцентують увагу на внутрішніх проблемах та витлумачують ролі (психічні, соціальні, статеві та ін.) як інтерперсональне явище, тобто не пов'язують її із взаєминами людини у соціумі. Проблемою життєвих сценаріїв займалася низка дослідників. У працях Е.Берна проаналізовано типи життєвих сценаріїв та запропоновано методів їх визначення [3].

Упродовж життя людини формується репертуар ролей, що належать до структури її особистості. Ці ролі являють собою певний відбиток особистості людини, вирізняються індивідуальними маркерами, не обмежуючись лише

функціональними групами. До прикладу, роль психолога є настільки поліфункціональною, що визначення на кшталт «гарний психолог», «психолог-консультант» неспроможні охопити повноти діапазону рольової поведінки, яка для кожної людини є неповторною.

Отже, у сучасній психології рольовий репертуар особистості – це не лише сукупність ролей, які людина виконує, а й активний процес втілення моделей поведінки, які стали особистісними досягненнями та мотивованою здатністю психолога-професіонала у різних соціально-психологічних сферах діяльності людини. З одного боку, рольовий репертуар як психологічна категорія, мотивує до активних форм поведінки, а з іншого – до нових форм активності. Людина, виконуючи ту чи іншу роль, обов'язково сприймає, усвідомлює й діє чи презентує модель поведінки. Ознайомлення зі змістом ролі (психологічна дефініція терміну), прийняття ролі шляхом її усвідомлення та засвоєння через рефлексію становить собою процес виконання ролі 15).

На думку дослідників вищезазначеного феномену (П.Горностай, З.Мірошник, О.Михайленко, І.Талаш), рольовий репертуар фахівця уособлює собою процес активного виконання ролі, відповідної статусу людини, її життєвій позиції та нормам поведінки, процес активної побудови рольової поведінки, життєдіяльності особистості в ході спілкування, взаємодії та співпраці.

Поряд з цим види ролей визначаються розмаїттям соціальних груп, спільнот, об'єднань та напрямів діяльності, в яких живе та діє сучасний фахівець психології. Залежно від суспільних відносин вирізняють соціальні й міжособистісні переліки ролей (групи, списки, діапазони та ін.), що мотивують до активних дій [15, 58-59].

Сучасні науковці психології (Гріффін, 2015, Коробанова, 2016) зауважують, що репертуар психологічних ролей особистості формується упродовж усього її життя, побудови життєдіяльності та системи особистісних орієнтацій і цінностей. Ролі можна витлумачувати як одну з форм

співіснування особистості у групі інших людей. Поняття ролі передбачає взаємодію з іншою особистістю та усвідомлення нею її внутрішнього світу. Одним з аспектів зазначеного процесу є феномен «дзеркального Я» як представлення себе у ролі когось іншого, хто спостерігає за вами ззовні.

Рольовий репертуар є складовою рольової структури особистості. Беручи до увагу дослідження даного феномену зарубіжними фахівцями-психологами (Д. Мід, Дж. Морено, та ін.) сучасні дослідники (П. Горностай, З. Мірошник, О. Михайленко та ін.) розглядають рольову структуру особистості не лише як добірку рольових списків та рольових репертуарів, які складаються із соціальних ролей, а й також як специфічну систему, що містить у собі множинні групи ролей (соціальні, особистісні, психологічні, професійні та ін.).

Щодо рольового репертуару майбутнього психолога, науковці П. Горностай, О. Мірошник, зауважують, що це утворення являє собою не просто систему типових, виконуваних людиною, ролей, а також «активний процес реалізації моделей поведінки, що стали особистісним досягненням та мотивованою здатністю психолога-професіонала у різних соціально-психологічних сферах діяльності людини, яка потребує допомоги» [цит. за 15, 58].

Рольовий репертуар будь-якої людини містить в собі сприйняття, усвідомлення й дію, а саме – виконання певної ролі або ж демонстрацію моделі поведінки. Сучасні дослідники психології, П. Горностай, О. Мірошник, О. Михайленко, І. Талаш, та ін., розглядають рольовий репертуар фахівця як процес активного виконання ролі, який відповідає статусу людини, її життєвій позиції та нормам поведінки.

Отже, рольовий репертуар фахівця загалом та практичного психолога зокрема визначається ними як процес активної побудови рольової поведінки, життєдіяльності особистості упродовж спілкування та інтеракції у різних галузях громадського й особистого життя. Разом з тим, існує ціла низка різних видів ролей (соціальні групи, спільноти, товариства, спілки та ін.), в

яких діє сучасний фахівець психології [15, 59].

### 1.3. Умови психологічного розвитку репертуару сучасного фахівця у психології

Психологічний розвиток сучасного фахівця з психології передбачає комплексний процес вдосконалення його професійних навичок, особистісних якостей і здатності ефективно взаємодіяти з клієнтами. Умови цього розвитку включають кілька важливих аспектів на думку таких авторів як - Д. Гоулмана, К.Г. Юнга, та інших:

**1. Освітні та професійні вимоги.**

- Завершення спеціалізованої освіти: для отримання кваліфікації фахівця з психології необхідно закінчити відповідну вищу освіту (бакалаврат, магістратура, аспірантура).
- Курси підвищення кваліфікації: для адаптації до змінних умов та нових технологій в психології необхідно регулярно відвідувати тренінги, майстер-класи та курси з різних напрямків.
- Спеціалізація: з розвитком психології фахівці часто спеціалізуються в окремих областях, таких як клінічна психологія, психологія розвитку, організаційна психологія тощо.

**2. Особистісний розвиток.**

- Саморефлексія: здатність до самопізнання та самоаналізу важлива для розвитку психолога. Це допомагає усвідомити власні упередження та емоції, що можуть впливати на професійну діяльність.
- Емоційна зрілість: психолог повинен бути здатний керувати своїми емоціями та реакціями, щоб ефективно працювати з клієнтами, особливо в складних ситуаціях.
- Навички стресостійкості: професія психолога часто пов’язана з емоційними навантаженнями, тому важливо мати здатність підтримувати власну психічну рівновагу.

**3. Практичні навички.**

- Клінічні та консультативні навички: здатність ефективно працювати з різними типами клієнтів, визначати проблеми та надавати підтримку за допомогою різноманітних терапевтичних методів.
- Комунікація: високий рівень комунікативних навичок важливий для встановлення довіри з клієнтами та колегами. Це включає вміння слухати, задавати запитання, давати зворотний зв'язок та адаптувати стиль спілкування до конкретного контексту.
- Критичне мислення та аналіз: здатність об'єктивно оцінювати ситуацію, аналізувати дані та вибирати найбільш ефективні методи роботи з клієнтом.

**4. Етичні та професійні стандарти.**

- Дотримання етики: психолог повинен суворо дотримуватись етичних норм професії, що включає конфіденційність, повагу до клієнта, відсутність дискримінації та неупередженість.
- Постійне вдосконалення практики: регулярне оновлення знань про нові психологічні теорії, методи і підходи, а також інтеграція цих знань у практичну діяльність.

**5. Інноваційні умови та технології**

- Використання новітніх технологій: сучасні психологи активно використовують цифрові технології, такі як онлайн - консультування, програми для моніторингу психологічного стану, а також інструменти для досліджень та тестувань.
- Інтердисциплінарний підхід: психологи повинні бути готові до співпраці з представниками інших професій (лікарі, педагоги, соціальні працівники), оскільки сучасні проблеми часто потребують комплексного підходу.

**6. Супервізія та професійна підтримка.**

- Супервізія: участь у супервізіях та консультаціях з більш досвідченими колегами є важливим елементом професійного розвитку. Це

дозволяє отримувати зворотний зв’язок та вдосконалювати практику.

- Підтримка з боку колег: важливо мати підтримку у професійному середовищі, що забезпечує розвиток через спільну роботу, обмін досвідом та знаннями.

**7. Психологічна підтримка та профілактика вигорання.**

- Психологічна підтримка для себе: оскільки робота психолога може бути емоційно важкою, важливо створювати умови для своєчасної психологічної підтримки, щоб уникати вигорання.
- Робота над стресом і самопіклування: регулярне застосування технік релаксації, медитації або фізичної активності допомагає психологам зберігати свою психічну та фізичну енергію.

Для ефективної фахової діяльності психолога необхідною є наявність психологічних умов розвитку його рольового репертуару. З огляду на те, що людина упродовж життя виконує значну кількість різноманітних ролей, дослідники психології П. Горностай, О. Горбачова, О. Михайленко, З.Мірошник, І.Талаш та ін., однією зі складових рольової структури особистості визначають рольову варіативність. Наприклад, професійна роль не обмежується якоюсь однією функцією, а проявляється по різному, залежно від місця, обставин та ситуації (колега, опонент, співрозмовник, друг, товариш, однодумець, побратим та ін.). Ще одним структурним компонентом рольової структури постає рольова гнучкість (невимушений перехід від однієї ролі до іншої). Іноді наше життя складається таким чином, що виникає необхідність відмовитися від певних ролей, які втрачають свою конструктивність та становлять психологічну проблему.

Особистість позбавляється власної гнучкості та зосереджується на окремих ролях, унеможливлюючи відмову від них чи прийняття іншої ролі, що зумовлює низьку адаптацію людини до життєвих умов. Подібне може відбутися у кризових умовах існування, наприклад, зараз, коли наша країна і суспільство опинилися у стані війни, коли кожен переживає власну кризу, знаходячись у нових умовах буття, пристосовуючись до нових ролей. І від

того, наскільки людина є гнучкою, мобільною та здатною швидко адаптуватися до нових умов і викликів сьогодення, як швидко зможе опанувати нові ролі, залежатиме її подальше майбутнє, а, можливо, й життя. Наступна складова рольової компетентності – рольова глибина, яка уособлює розгалуженість глибинної рольової структури, що акцентується у рольовій поведінці не тільки на рольові очікування оточення, а й на рольову ідентичність, рольове переживання, рольову Я-концепцію. Насамкінець, ще однією компонентою рольової компетентності є здатність до рольової децентрації та прийняття ролі інших. Уміння приймати на себе ролі інших людей Дж. Мід розглядає як основну мету соціалізації особистості, розглядаючи рольову децентрацію як важливу рису людини та як таку, що допомагає їй адаптуватися в суспільстві, уникаючи рольових конфліктів. У контексті вищеперерахованих психологічних механізмів зупинімося більш детально на особливостях рольового репертуару майбутнього психолога.

У складних умовах наших днів, з огляду на широкомасштабне вторгнення ворога на територію нашої держави, соціум потребує висококваліфікованих спеціалістів у всіх галузях, здатних надавати допомогу оперативно, чітко та вчасно. Станом на тепер у суспільстві переважає потреба у таких фахівцях як серед цивільного населення, так і серед військових, оскільки постійне перебування у стані стресу, страху, тривоги, паніки, агресії, втрати близьких та рідних становить загрозу для психічного й фізичного здоров’я громадян.

З огляду на це важливим чинником у фаховій діяльності майбутнього

психолога є формування у людини стресостійкості та життєстійкості, здатності протистояти травмуючим подіям, допомагати собі та оточуючим долати негаразди.

Отож, складовими рольового репертуару такого фахівця психології виступають належний рівень розвитку професійних навичок та психологічна стресостійкість. Рольовий репертуар майбутнього фахівця із поданими вище характеристиками може виглядати так: психолог-боєць; психолог-захисник;

психолог-військовослужбовець; психолог-комбатант. Тлумачний словник поняття «боєць» трактує як учасник бою, воїн, солдат; «військовослужбовець» - це той, хто служить у війську; «комбатант» – це особа, яка у міжнародному праві входить до складу збройних сил країни, що воює, та бере безпосередню участь у воєнних діях [32]. Отже, дії та вчинки вищеперерахованих ролей є близькими зв своїм змістом, тому дії та вчинки психолога-бійця (захисника, військовослужбовця, комбатанта) мають на меті боротьбу за здійснення чого-небудь, захисту, оборони, охорони когось чи чогось від нападу, замаху, удару, ворожих, небезпечних дій та ін.

На жаль, під час збройних конфліктів невідворотні потрясіння, стрес, розпач та втрати як серед цивільних, так і серед військовослужбовців, які мають потребу в захисті, підтримці, емпатії. Такі фахівці психології мають на меті підвищення рівня стресостійкості серед цивільних та військових, зводячи до мінімуму наслідки посттравматичного синдрому. Рольовий репертуар психолога-захисника: соціальний психолог, психолог-тактичний медик; психолог-парамедик; психолог-реабілітолог. Поняття «тактичний медик» вміщує в собі дії та вчинки фахівця з медицини, які він здійснює безпосередньо під час бою чи певної бойової операції. «Парамедик» (англ.paramedic) характеризує особу з медичною освітою. Дії та вчинки психолога-парамедика пов’язані з наданням допомоги в системі екстреної допомоги постраждалим внаслідок пожежі, аварії, стихійного лиха чи інших нещасних випадків; здебільшого такий фахівець здійснює свою професійну діяльність у складі бригад екстреної медичної допомоги, хоча також може працювати у відділеннях екстреної допомоги. «Реабілітологом», або ж фізичним терапевтом називають того, чиї дії та вчинки спрямовані на реалізацію лікувальних методів та мануальних технік з метою щонайшвидшого поновлення фізичного та психічного здоров’я пацієнта.

За майже три роки війни українці переконалися, що ворог не лише намагається заволодіти нашими територіями, а й за рахунок руйнування інфраструктури позбавити звичайних благ цивілізації, прав і свобод (світло,

вода, житло, їжа, спілкування, воля вибору, свобода переміщення та ін.). Такі обставини можуть викликати відчай, деградацію, руйнування особистості, тож саме тому сила духу є важливою складовою для виживання. З огляду на це майбутні фахівці-психологи мають особистими діями та вчинками мотивувати людей не впадати у відчай і паніку, намагатися бути оптимістами, вірити в краще; мусять на власному прикладі показувати людям міцність та силу духу, виявляючи ефективні моделі поведінки. Рольовий репертуар психолога-помічника вміщує такі ролі: психолог-фасилітатор, психолог-наставник, психолог-духівник, психолог-гуру, психолог-волонтер; психолог-меценат. «Фасилітатором» називають фахівця, який здійснює стимуляцію групи чи підгрупи під час виконання завдань у процесі тренінгу [32]. Дії та вчинки психолога-фасилітатора спрямованні на сприяння утворенню комфортної атмосфери, об'єднанню учасників групи чи команди та плідній комунікації. «Наставник» трактується як людина, яка дає поради, навчає, порадник, учитель [32]. Дії та вчинки психолога-наставника покликані мотивувати людей до опанування знаннями, до наповнення власних інформаційних ресурсів новою інформацією. «Духівник» та «гуру» є тотожними за значенням поняттями та витлумачуються як «той, хто здійснює духовне наставництво, є учителем житейської мудрості» [32]. Дії та вчинки психолога-духівника та психолога-гуру спрямовані на бесіду з клієнтом задля розширення його світоглядних орієнтирів, надання слушних порад та представлення алгоритму дій у тій або іншій життєвій ситуації. «Волонтером» називають людину, яка погодилася виконувати певний вид діяльності за власним бажанням, добровільно. «Меценат» – це той, хто здійснює певну благодійну діяльність добровільно, безкорисливо та усвідомлено. Тож дії та вчинки психолога-волонтера та психолога-мецента мають на меті забезпечення безкорисливої допомоги й заступництва, що спрямовані на досягнення вищих інетелктуальних, культурних та етичних цінностей шляхом забезпечення талановитим особам, групам чи спільнотам можливості отримати освіту чи самовиразитися.

Майбутні психологи мають бути патріотами своєї країни, носіями національної ідеї, що об’єднує людей. Головною рисою такої ролі є досягнення самоактуалізації, яка є найвищим рівнем розвитку особистості, адже наш народ споконвіку вмів протистояти ворогам та загарбникам, захищаючи свою волю й незалежність. Наші політики, представники науки, культури, спорту та мас-медіа спілкуються з усім цивілізованим світом, доносячи йому національну ідею й ментальність, покращуючи взаєморозуміння. Українські сихологи також гідно представляють нашу державу на світовій арені. Характеристиками рольового репертуару постають високий рівень комунікативності, щирість, відкритість, почуття власної гідності. Перелік ролей зазначеного фахівця психології може виглядати так: психолог-амбасадор, психолог-аташе, психолог-автентолог.

Поняття «амбасадор» уособлює публічну людину, що висвітлює певне поняття, об’єкт чи предмет у позитивному світлі та є його неофіційним або офіційними представником. Поняттю «аташе» у словнику дається таке визначення: «фахівець-консультант з певного кола питань, напр. у військовій

справі, в торгівлі, у дипломатичному представництві» [32]. Отже, дії та вчинки ролей психолога-амбасадора та психолога-аташе зорієнтовані на уміннях правильно й позитивно подати інформацію про щось чи представити когось або щось, наприклад, державу, на міжнародній арені. Поняття «автентолог» утворено нами від іменника «автентичність» та уособлює того, хто подає достовірну, вірогідну та засновану на першоджерелах інформацію. Таким чином, дії та вчинки психолога-автентолога базуються на здатності точно (адекватно) розкрити чи представити інформацію про певну подію, об’єкт чи предмет.

Наша країна зіткнулася з високим рівнем жорстокості й терористичних

дій з боку ворога, які він застосовує не лише на полі бою, а й щодо мирнихлюдей та об’єктів інфраструктури. З огляду на це вкрай важливим є формування в особистості нових ідей, творчого потенціалу, здатності до опанування та створення інноваційних технологій. Сучасна війна – це не

лише про зброю, а й про інновації, креативність, нові погляди на речі й обставини. Як нам видається, саме тому психологи сучасності повинні активно працювати, створювати нові інтелектуальні продукти з метою прийняття оптимальних рішень та наближення спільної перемоги. Рольовий репертуар може складатися із таких ролей: психолог-креативник; психолог-інноватор; психолог-новостворювач; психолог-винахідник; психолог-дослідник. «Винахідник» у тлумачному словнику – той, хто винайшов або винаходить що-небудь [32]. Як нам видається, поняття «креативник», «інноватор» та «новостроювач» є синонімічними до більш загального поняття «винахідник» та являють собою тотожні його значення. Дії та вчинки психолога-винахідника (-креативника, -інноватора, -новострорювача) являють собою діяльність у сфері створення нових концепцій, змісту, ідей, що носять культурологічний або комерційний характер. Такі фахівці виявляють постійне бажання презентувати соціуму щось нове, надаючи повсякденним та буденним речам оригінального й незвичного вигляду чи значення Поняття «дослідник» словник подає так: «той, хто займається науковими дослідженнями, вивченням, обслідуванням чого-небудь» [32]. Тож, дії та вчинки психолога-дослідника прямовані на створення та реалізацію результатів наукової діяльності та застосування їх на практиці й у повсякденному житті як фахівцями з науки, так і пересічними людьми. В умовах сьогодення важливим елементом у діяльності майбутнього фахівця психології є вміння й навички адекватно, об’єктивно та толерантно подавати інформацію людям. Нині через телебачення та інтернет-ресурси суспільство систематично отримує важкі та сумні новини, тому важливою є здатність психолога відфільтровувати новини, подавати їх об’єктивно, але разом з тим так, аби не травмувати та не лякати людину. Рольовий репертуар може вміщувати такі ролі: психолог-ньюзмейкер, психолог-наративник, психолог-оповідач.

Поняття «ньюзмейкер» являє собою людину чи організацію, діяльність якої є публічною та викликає інтерес для засобів масової інформації Також ньюзмейкером може бути людина, яка знаходить нову, важливу для суспільства інформацію, чи отримує інформацію з метою донесення її до широкого кола аудиторії. Поняття «наративник» та «оповідач», на наш погляд, є близькими до «ньюзмейкер» та можуть вживатися як синоніми. Оповідач – це той, хто оповідає про що-небудь, розповідає про щось [32]. Наративник (від англ. narrative – який розвповідає історію) – людина, яка повідомлює певну інформацію, подану у вигляді тексту. Отже, дії та вчинки психолога-ньюзмейкера (-оповідача, -наративника) покликані адекватно подати та передати інформацію, належним чином інтерпретувати як події, що вже відбулися, так і нагальні й актуальні проблеми сьогодення.

Отже, перед майбутнім фахівцем психології знаходиться широкий спектр розвитку рольового репертуару. У темні часи поряд з болем та негараздами відкривається широке вікно можливостей для кожної людини, – а надто фахівця-психолога, – проявити себе з найкращого боку, продемонструвавши позитивні особистісні риси та якості. Роблячи добро, створюючи сприятливі умови, ділячись позитивом, допомагаючи іншим, також допомагати, розвивати й удосконалювати самого себе

Отже**,** досягнення особистісної зрілості є процесом, який потребує часу, зусиль та готовності до змін. Це не тільки важливий етап у розвитку кожної людини, але й складний шлях, що може супроводжуватися внутрішніми конфліктами, страхами і сумнівами. Проте, здатність до самопізнання, розвитку емоційної стійкості, а також вміння адаптуватися до нових умов є основними складовими цього процесу.

Психологічний розвиток сучасного фахівця з психології потребує всебічного підходу, що включає постійне самовдосконалення, розвиток професійних навичок, дотримання етичних норм і використання сучасних технологій у роботі.

Для ефективної фахової діяльності психолога необхідною є наявність психологічних умов (механізмів) розвитку його рольового репертуару. З огляду на те, що людина упродовж життя виконує значну кількість різноманітних ролей, дослідники психології (П. Гоностай, З. Мірошник, Т. Хомуленко та ін.) стрижневими компонентами рольової структури особистості визначають рольову варіативність (професійна роль не обмежується якоюсь однією функцією, а проявляється по-різному, залежно від місця, обставин та ситуації (колега, опонент, співрозмовник, друг, товариш, однодумець та ін.); рольову гнучкість (невимушений перехід від однієї ролі до іншої); рольову глибину (розгалуженість глибинної рольової структури, що акцентується у рольовій поведінці не тільки на рольові очікування оточення, а й на рольову ідентичність, рольове переживання, рольову Я-концепцію) та рольову децентрацію (здатність до адаптації в суспільстві, уникаючи рольових конфліктів).

# РОЗДІЛ ІІ.
# ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ СУЧАСНОГО ФАХІВЦЯ З ПСИХОЛОГІЇ

## 2.1. Процедура дослідження.

Констатувальний етап емпіричного дослідження охопив термін з вересня по листопад 2024 року.

База дослідження: Запорізький національний університет. У дослідженні взяло участь 20 студентів заочної форми навчання факультету 053 Психологія.

Метою емпіричного дослідження постало підтвердження або спростування передбачення, чи може рольовий репертуар сучасного психолога бути складовою його особистісної зрілості. Згідно з метою мною визначено такі завдання:

1. виявити рівень розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості сучасних психологів (опитувальник особистісної зрілості О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності») [34, 393-396];

2. визначити прелік ролей, що складають активні дії та вчинки фахівця психології;

3. здійснити порівняльну характеристику констатувального та формувального етапів дослідження.

Задля досягнення поставленої мети мною використано психодіагностичні методики:

1. Опитувальник особистісної зрілості О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» [34, 393-396]. Діагностична мета опитувальника являє собою виявлення психологічних ресурсів особистості та її уміння ними оперувати.

2. Опитувальник З. Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284], який я взяла за основу та адаптувала, використавши у переліку ролей, дій та вчинків рольовй репертуар сучасногопсихолога, описаний нами у розділі 1.3. кваліфікаційної роботи.

Інструкція: будь ласка, оцініть за 7-бальною шкалою (від 1 бала мінімально до 7 балів максимально) рівень прояву зазначених нижче дій та вчинків сучасного психолога згідно з його рольовим репертуаром.

*Таблиця 2.1.*

**Опитувальник «Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього психолога»**

| **Ролі**<br>**Дії та вчинки** | **Психолог-боєць** | **Психолог-медик** | **Психолог-наставник** | **Психолог-амбасадор** | **Психолог-креативник** | **Психолог-ньюзмейкер** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Формування в людини стресостійкості та життєстійкості, здатність боротися за когось чи за здійснення чогось, вміння протистояти травмучим подіям, допомога ближнім і собі | 1 | 6 | 7 | 1 | 7 | 7 |
| Підвищення рівня резилієнтностісеред військовослужбовців та цивільного населення, мінімізуючи наслідки ПТСР | 7 | 1 | 7 | 7 | 7 | 1 |
| Мотивація людей до опанування знаннями, до поглиблення власних інформаційних ресурсів новою інформацією; розширення світоглядних орієнтирів, надання слушних порад та представлення алгоритму дій у тій або іншій життєвій ситуації | 7 | 7 | 1 | 7 | 1 | 6 |

*Продовження таблиці 2.1*

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Високий рівень комунікативності, щирість, відкритість, почуття власної гідності; вміння точно (адекватно) розкрити чи витлумачити інформацію про певну подію, об'єкт чи предмет; уміння належним чином представити державу на міжнародній арені | 2 | 4 | 5 | 1 | 6 | 4 |
| Створення та реалізація результатів наукової діяльності та застосування їх на практиці й у повсякденному житті як фахівцями з науки, так і пересічними людьми | 4 | 4 | 7 | 5 | 1 | 2 |
| Фльтрація та об'єктивна подача інформації у такий спосіб, аби не травмувати та не налякати людину | 5 | 6 | 7 | 6 | 4 | 1 |

1. Психолог - боєць основні завдання:

Розвиток у людини стресостійкості — здатності долати труднощі та адаптуватися до стресових умов. Формування життєстійкості — уміння мобілізувати внутрішні ресурси для досягнення мети чи підтримки інших. Допомога в опрацюванні травмуючих подій, підтримка себе та близьких у складних ситуаціях. Методи роботи: тренінги з психологічної стійкості. Консультування в кризових умовах. Навчання навичок самоконтролю та управління емоціями. Цільова аудиторія: Люди в кризових ситуаціях (зони бойових дій, катастрофи). Військові, працівники служб надзвичайних ситуацій. Результати: покращення здатності до адаптації. Зниження ризику емоційного вигорання.

2. Психолог-медик - основні завдання:

Робота з наслідками посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Підвищення рівня резилієнтності (здатності до відновлення). Психотерапевтична допомога військовим і цивільним. Методи роботи: Індивідуальна та групова психотерапія. Використання когнітивно-поведінкових технік для зниження симптомів тривожності та депресії.

Релаксаційні методи, зокрема дихальні техніки та медитація. Цільова аудиторія: Військовослужбовці, які пережили травми. Цивільні особи, які постраждали від наслідків воєн чи катастроф. Результати: зниження психічного навантаження. Поліпшення якості життя у постраждалих.

3. Психолог-наставник основні завдання:

Мотивація до здобуття знань і саморозвитку. Допомога в розширенні світогляду та формуванні нових орієнтирів. Надання практичних алгоритмів дій у різних життєвих ситуаціях. Методи роботи: Освітні лекції, тренінги.

Індивідуальне наставництво або коучинг. Надання структурованих рекомендацій для вирішення проблем. Цільова аудиторія: Молодь, студенти, спеціалісти на етапі кар'єрного чи особистісного вибору. Особи, які прагнуть змін у житті. Результати:  покращення навичок прийняття рішень. Створення плану особистого розвитку.

4. Психолог-амбасадор  основні завдання:

Розвиток комунікативності, відкритості та почуття власної гідності. Представлення інтересів держави чи організації на міжнародній арені. Чітке та адекватне витлумачення інформації для різних аудиторій. Методи роботи:

Тренінги з міжкультурної комунікації. Підготовка презентацій, офіційних заяв. Побудова ефективних соціальних контактів. Цільова аудиторія: Державні структури, міжнародні організації. Представники різних культур і громад. Результати: Поліпшення міжнародного іміджу держави. Ефективне вирішення міжкультурних конфліктів.

5. Психолог-креативник основні завдання:

Розробка нових підходів і застосування результатів наукової діяльності на практиці. Перенесення психологічних відкриттів у реальне життя. Створення інноваційних рішень для покращення психологічного благополуччя. Методи роботи: Використання новітніх технологій у психології (наприклад, VR для терапії). Наукові дослідження та розробки. Підготовка практичних інструментів (посібників, мобільних додатків). Цільова аудиторія: Психологи, дослідники, освітяни. Широке коло

користувачів інноваційних рішень. Результати: підвищення ефективності психологічної допомоги. Популяризація науки серед громадськості.

6. Психолог-ньюзмейкер основні завдання:

Фільтрація інформації для уникнення травматизації суспільства. Подання новин і фактів у делікатній та об'єктивній формі. Підтримка інформаційної безпеки. Методи роботи: Аналіз психологічного впливу медіа.

Створення інформаційних матеріалів із врахуванням впливу на емоційний стан. Психоедукація щодо медіаграмотності. Цільова аудиторія: журналісти, медіа-організації. Широка громадськість, особливо в умовах криз. Результати: зниження рівня тривожності в суспільстві.

Підвищення критичного мислення серед населення. Різні ролі психологів орієнтовані на специфічні потреби суспільства. Від підтримки під час криз до розвитку науки і створення безпечного інформаційного простору, кожна з них відіграє важливу роль у гармонізації життя людей. Ці функції особливо актуальні в умовах сучасних викликів, таких як війна, соціальні конфлікти та швидкі зміни в світі.

*Таблиця 2.2.*

**Ролі, методи та результати роботи психологів**

| Роль психолога | Основні завдання | Методи роботи | Цільова аудиторія | Результати |
|---|---|---|---|---|
| Психолог-боєць | - Розвиток стресостійкості.<br>- Формування життєстійкості.<br>- Опрацювання травмуючих подій. | - Тренінги зі стійкості.<br>- Консультування у кризах.<br>- Навчання самоконтролю та управління емоціями. | - Люди в кризових ситуаціях.<br>- Військові, працівники екстрених служб. | - Покращення адаптації.<br>- Зниження ризику емоційного вигорання. |
| Психолог-медик | - Робота з ПТСР.<br>- Підвищення резилієнтності.<br>- Психотерапевтична допомога. | - Індивідуальна/групова терапія.<br>- Когнітивно-поведінкові техніки.<br>- Релаксація, медитація. | - Військові, які пережили травми.<br>- Цивільні постраждалі від воєн чи катастроф. | - Зниження психічного навантаження.<br>- Поліпшення якості життя постраждалих. |
| Психолог-наставник | - Мотивація до навчання.<br>- Допомога у розширенні | - Освітні лекції, тренінги.<br>- Індивідуальне наставництво | - Молодь, студенти.<br>- Люди, які прагнуть змін | - Покращення навичок прийняття рішень. |

*Продовження таблиці 2.2*

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | світогляду.<br>- Надання алгоритмів дій у складних ситуаціях. | - Надання структурованих рекомендацій. | . | - Створення плану особистого розвитку. |
| Психолог-амбасадор | - Розвиток комунікативності.<br>- Представлення інтересів держави/організації.<br>- Витлумачення інформації. | - Тренінги з міжкультурної комунікації.<br>- Підготовка презентацій.<br>- Побудова соціальних контактів. | - Державні структури.<br>- Міжнародні організації. | - Поліпшення міжнародного іміджу.<br>- Вирішення міжкультурних конфліктів. |
| Психолог-креативник | - Розробка інноваційних рішень.<br>- Перенесення науки у практику.<br>- Створення нових підходів. | - Використання новітніх технологій.<br>- Наукові дослідження.<br>- Розробка посібників, додатків. | - Психологи, дослідники.<br>- Широка аудиторія користувачів інновацій. | - Підвищення ефективності допомоги.<br>- Популяризація науки. |
| Психолог-ньюзмейкер | - Фільтрація інформації для захисту суспільства.<br>- Подання новин у делікатній формі.<br>- Інформаційна безпека. | - Аналіз впливу медіа.<br>- Створення безпечних матеріалів.<br>- Навчання медіаграмотності. | - Журналісти, медіа.<br>- Широка громадськість, особливо під час криз. | -Зниження тривожності.<br>- Підвищення критичного мислення у населення. |

Таблиця 2.2. дозволяє швидко порівняти ролі, методи та результати роботи психологів.

## 2.2. Психологічний аналіз емпіричних результатів дослідження

За результатми «Опитувальника психологічної ресурсності особистості» О. Штепи [34, 393-396] нами встановлено, що переважна кількість, а саме – 18 осіб опитуваних (60%) показали низький рівень психологічної ресурсності (75-69 балів). Середній рівень особистісної зрілості (70-92 бали) продемонструвало 12 респондетів (40%).

Психологічної ресурсності, що не демонструється (0-56 балів), високого рівня (93-106 балів) та сумнівних даних для діагностування (107-112 балів) мною не виявлено. Результати представлено на рисунку 2.1.




**Рис. 2.1. Рівні виявлення психологічної ресурсності особистості**

За результатами опитувальника З. Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284], адаптованого нами як «Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього психолога», виявлено, що найбільша кількість респондентів – 21 студент (70%) надали перевагу ролі «психолог-наставник» (мотивація людей до опанування знаннями, до наповнення власних інформаційних ресурсів нвою інформацією, розширення світоглядних орієнтирів, надання слушних порад та представлення алгоритму дій у тій або іншій життєвій ситуації).

Із загальної кількості опитуваних 9 студентів (30%) обрали роль «психолог-креативник» (створення та реалізація результатів наукової діяльності й застосування їх на практиці й у повсякденному житті як фахівцями-науковцями, так і пересічними людьми).

Результати представлено мною на рисунку 2.2.

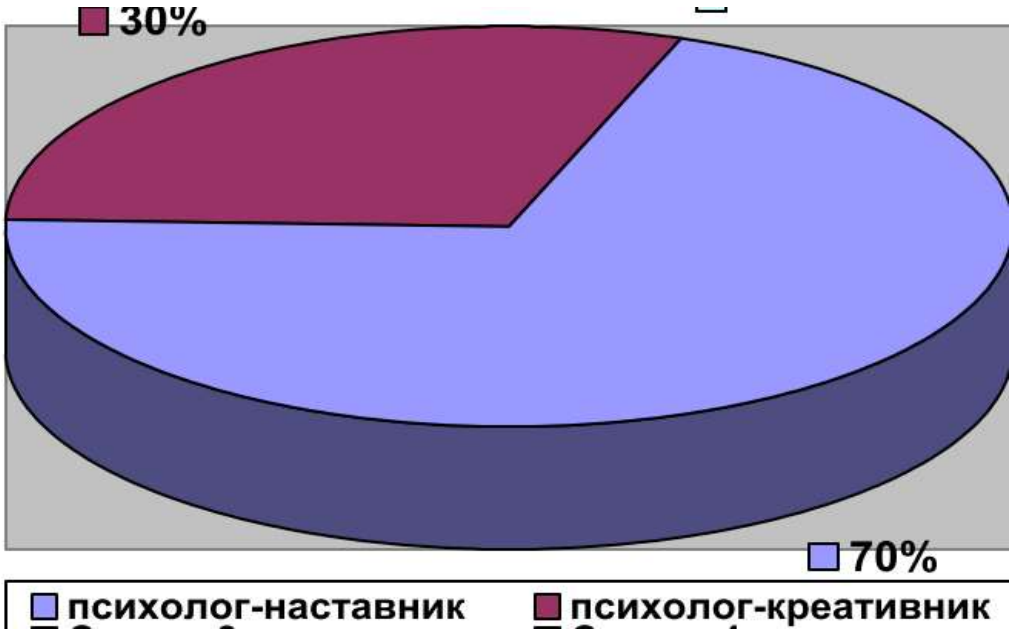



**Рис. 2.2. Семантична просторінь рольового репертуару сучасного фахівця психології**

Варто зауважити, що такі ролі, як «психолог-боєць», «психолог-медик», «психолог-амбасадор», «психолог-ньюзмейкер» залишилися поза увагою респондентів. Як нам видається, це зумовлено новизною та складністю змісту ролей, а також труднощами включення цих ролей до активного переліку дій та вчинків опитуваних.

Отже, на підставі результатів аналізу даних можемо констатувати, що переважна більшість майбутніх фахівців психології мають низький та середній рівень психологічної ресурсності.

Поряд з цим зазначимо, що дії та вчинки, які характеризують ролі, пов’язані з формуванням стресостійкості та життєстійкості, здатність боротися за когось чи за здійснення чогось; вміння протистояти травмучим подіям, допомога ближнім і собі («психолог-боєць»); підвищенням рівня резилієнтності серед військовослужбовців та цивільного населення («психолог-медик»); високим рівнем комунікативності, щирості, відкритості, почуття власної гідності; уміння належним чином представити державу на міжнародному рівні («психолог-амбасадор»); об’єктивною подачею інформації з метою уникнення травматизації та страху («психолог-ньюзмейкер») викликають у респондентів, з одного боку, зацікавленість

можливості застосування їх у практичній діяльності, а з іншого – опитуваним складно оволодівати зазначеними вище ролями та застосовувати їх у професійній підготовці й повсякденному житті.

Таким чином, у процесі констатувального експерименту намивстановлено, що за результатами «Опитувальника психологічної ресурсності особистості» О. Штепи [34, 393-396], переважна кількість, яка складає 60% опитуваних, мають низький рівень психологічної ресурсності (75-69 балів).

Середній рівень особистісної зрілості (70-92 бали) зафіксовано у 40% респондентів.

Психологічної ресурсності, що не демонструється (0-56 балів), високого рівня (93-106 балів) та сумнівних даних для діагностування (107-112 балів) мною не виявлено.

За результатами опитувальника З. Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284], адаптованого нами як «Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього психолога», виявлено, що 70% респондентів надали перевагу ролі «психолог-наставник» (мотивація людей до опанування знаннями, до наповнення власних інформаційних ресурсів нвою інформацією, розширення світоглядних орієнтирів, надання слушних порад та представлення алгоритму дій у тій або іншій життєвій ситуації).

Із загальної кількості опитуваних 30% обрали роль «психолог-креативник» (створення та реалізація результатів наукової діяльності й застосування їх на практиці й у повсякденному житті як фахівцями-науковцями, так і пересічними людьми).

Отож, виходячи із зазначеного вище, доходимо висновку, що дії та вчинки, які характеризують ролі «психолог-боєць», «психолог-медик», «психолог-амбасадор», «психолог-ньюзмейкер» з одного боку, зацікавлюють респондентів щодо можливості застосування їх у практичній діяльності, а з іншого – опитувані з труднощами сприймали ці ролі та можливість застосування їх у професійній підготовці й повсякденному житті.

# РОЗДІЛ ІІІ.
# ЗАСТОСУВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ СУЧАСНОГО ПСИХОЛОГА

## 3.1. Докази в програмі з формування сучасного фахівця з психології.

Доказова база у програмі з формування сучасного фахівця з психології є основою для забезпечення якості підготовки та професійної компетенції. Така програма має спиратися на три ключові аспекти: науково-дослідні дані, практичний досвід і сучасні підходи до викладання.

Докази у формуванні фахівця з психології. Науково обґрунтовані знання. Програма повинна включати сучасні дослідження у сфері нейропсихології, когнітивно-поведінкової терапії, психоаналізу тощо. Наприклад, нейробіологічні дослідження про роботу мозку забезпечують розуміння, як емоції та поведінка взаємопов’язані.

Емпірична база. Використання статистично підтверджених даних, таких як метааналізи ефективності психотерапії або оцінка різних моделей психологічного консультування.

Визнані теорії. Спирання на перевірені теорії, такі як концепція прив’язаності (Джон Боулбі) чи ієрархія потреб (Абрахам Маслоу), для розуміння людської поведінки.

Практичні результати

Ефективність терапевтичних підходів. Наприклад, програми навчання повинні показувати, як когнітивно-поведінкова терапія демонструє успіх у лікуванні депресії чи тривожних розладів.

Вивчення кейсів. Використання практичних прикладів із реальної психологічної практики, що дозволяють аналізувати, які методики найкраще працюють у конкретних випадках.

Інструменти оцінки. Включення в програму тестів та опитувальників, які мають високий рівень валідності та надійності, таких як MMPI (Міннесотський багатопрофільний особистісний опитувальник) або тестування за методикою Роршаха.

Етичні та професійні стандарти.

Етичний кодекс психолога. Програма повинна навчати студентів дотримуватися стандартів конфіденційності, недискримінації та поваги до клієнтів.

Управління ризиками. Навчання фахівців виявляти ситуації, які можуть завдати шкоди клієнтам, та ефективно їх вирішувати.

Міжнародні стандарти підготовки.

Орієнтація на рекомендації Американської психологічної асоціації (APA), Британського психологічного товариства (BPS) чи Всесвітньої федерації психічного здоров'я (WFMH). Вони задають критерії якості освіти та практики.

Підтримка програмами сертифікації або акредитації, що базуються на міжнародних стандартах.

Інноваційні підходи. Цифрові технології. Використання доказових платформ для онлайн-терапії та спеціалізованих додатків для тренування когнітивних функцій.

Мультимодальні методики. Наприклад, поєднання арт-терапії, тілесно-орієнтованих практик і когнітивної роботи, доведене ефективним у певних випадках (наприклад, при роботі з ПТСР).

Оцінка ефективності програми.

Зворотний зв'язок. Проведення опитувань серед студентів, випускників і роботодавців для оцінки якості підготовки.

Доказова компетентність. Моніторинг успіхів випускників у професійній діяльності: отримання ліцензії, працевлаштування та досягнення у психологічній практиці.

Прикладні методи підтвердження доказів.

Використання таких платформ, як PubMed, PsycINFO для отримання даних про нові наукові відкриття.

Залучення до програми інтерактивних семінарів, де студенти застосовують отримані знання в ігрових кейсах, що моделюють реальні ситуації.

Доказова програма дозволяє підготувати психолога, який не тільки має теоретичні знання, але й здатний ефективно застосовувати їх на практиці.

Феномен рольового репертуару у психології станом на тепер досліджено невеликою кількістю науковців, належним чином не проаналізовано особливості переліку ролей саме сучасного фахівця психології та недостатньо презентовано його значення у структурі особистісної зрілості.

Рольовий репертуар сучасного психолога як складова його особистісної зрілості та як науковий психологічний феномен і становить предмет нашого дослідження. Рольовий репертуар сучасного фахівця психології є підґрунтям для сформованої, цілісної, особистісно зрілої людини. Перелік ролей, дій та вчинків визначає рівень рольової варіативності, гнучкості, глибини, ідентичності та децентрації (П. Горностай, З. Мірошник, О. Михайленко, Б. Хомуленко).

Сучасний психолог виконує багато різноманітних ролей у своїй професійній діяльності. Розвиток цих ролей, а також їх інтеграція в особистість спеціаліста, є основою його **особистісної зрілості**. У нашому дослідженні ми розглядаємо рольовий репертуар як багатогранний феномен, що об'єднує практичні, наукові та соціальні аспекти.

Рольовий репертуар як складова особистісної зрілості. Особистісна зрілість психолога забезпечує успішне виконання професійних функцій і включає такі ключові характеристики:

- Емоційна стійкість
- Саморефлексія.

- Емпатія.
- Автономність і відповідальність.

*Таблиця 3.3.*

**Основні риси особистісної зрілості психолога**

| Риси | Значення для роботи психолога |
|---|---|
| Емоційна стійкість | Забезпечує здатність регулювати власні емоції та зберігати ефективність у стресових умовах. |
| Саморефлексія | Дозволяє аналізувати власні дії та розуміти їх вплив на клієнтів і колег. |
| Емпатія | Сприяє глибокому розумінню переживань клієнтів. |
| Автономність | Допомагає приймати самостійні рішення без зовнішнього тиску. |
| Відповідальність | Забезпечує надійність і професіоналізм у виконанні обов'язків. |

Рольовий репертуар — це сукупність професійних і соціальних ролей, які виконує психолог у взаємодії з клієнтами, суспільством і колегами.

*Таблиця 3.4.*

**Основні ролі сучасного психолога**

| Роль | Функції | Приклади діяльності |
|---|---|---|
| Консультант | Надання психологічної підтримки, допомога у вирішенні проблем. | Проведення індивідуальних консультацій, коучинг. |
| Дослідник | Вивчення психологічних явищ, розробка нових методик. | Публікація наукових статей, участь у конференціях. |
| Наставник | Передача знань молодим спеціалістам, навчання клієнтів. | Лекції, тренінги, супервізія. |

*Продовження таблиці 3.4*

| | | |
|---|---|---|
| Соціальний амбасадор | Просування ідей психологічного благополуччя на рівні суспільства. | Проведення соціальних кампаній, участь у медіа. |
| Кризовий інтервент | Робота в екстремальних умовах для зниження психоемоційного напруження. | Допомога у кризових ситуаціях, робота в зонах катастроф. |
| Організатор програм | Координація команд або ініціатив, спрямованих на розвиток психологічного здоров'я. | Організація тренінгів, створення психологічних центрів. |

Рольовий репертуар як науковий феномен. Поняття та значення.

Рольовий репертуар є науковим феноменом, оскільки: він відображає складну багатовимірну структуру професійної діяльності психолога. Дозволяє аналізувати вплив різних ролей на ефективність роботи спеціаліста.

Методи вивчення рольового репертуару. Репертуарні ґратки Келлі: Визначення суб’єктивного сприйняття ролей. Спостереження: Вивчення поведінки психологів у реальних умовах. Опитування: Використання шкал для оцінки рівня розвитку різних ролей.

*Таблиця 3.5.*

**Емпіричні результати дослідження**

| Метод | Результат |
|---|---|
| Репертуарні ґратки | Виділено 5 основних ролей (консультант, наставник, дослідник, кризовий інтервент, соціальний амбасадор). |
| Спостереження | У психологів з розвиненим рольовим репертуаром кращі показники адаптації до різних професійних ситуацій. |

*Продовження таблиці 3.5*

| | |
|---|---|
| Опитування | 85% психологів вказали на необхідність розширення свого рольового репертуару для підвищення ефективності. |

Зв'язок рольового репертуару з особистісною зрілістю.

Багатий репертуар ролей сприяє професійній гнучкості та емоційній стійкості. Інтеграція ролей є показником високого рівня особистісної зрілості. Зрілість дозволяє уникати конфліктів між ролями, забезпечуючи гармонію між професійною та особистісною сферами. Рольовий репертуар є важливою складовою професійної компетентності та особистісної зрілості психолога.

Розвиток гнучкості у виконанні ролей підвищує ефективність роботи психолога та його адаптивність до змін.

Аналіз ролей як наукового феномену дозволяє розробити практичні рекомендації для підготовки майбутніх спеціалістів.

Метою розвивальної програми є формування у сучасних психологів переліку ролей, дій та вчинків, які сприятимуть його становленню, розвитку та практичній реалізації професійних навичок, загальних компетентностей та спеціальних компетентностей, розкриють потенціал особистісного зростання, підвищать рівень особистісної зрілості. Задля досягнення поставленої мети нами реалізовано такі завдання:

1. Ознайомлення зі змістом діапазону ролей, адекватних сутності практичної діяльності майбутнього фахівця психології в сучасних умовах («психолог-боєць», «психолог-медик», «психолог-наставник», «психолог-амбасадор», «психолог-креативник», «психолог-ньюзмейкер»).

2. Формування здатності комунікувати, емпатійно ставитися до оточення та бути психологічно стресостійкими.

3.Підвищення власного психологічного ресурсу та розвиток навичок самодопомоги.

4. Уміння сучасних психологів ототожнювати себе із власним «Я», позитивно ставитися до себе, прагнення до реалізації власних рольових репертуарів Робота над розвитком рольового репертуару (формувальний експеримент) проводився на базі Запорізького державного університету за участі 30 студентів заочної форми навчання спеціальності психологія.

Зміст розвивальної програми подано у таблиці 3.6.

*Таблиця 3.6.*

**Структура розвивальної програми, спрямованої на формування особистісної зрілості сучасного психолога**

| № з/п | Етапи розвивальної програми | Зміст етапу | Умови реалізації розвивальної програми |
|---|---|---|---|
| 1. | **Мотиваційно-інформаційний** | Ознайомлення студентів з основними складовими програми, з перліком дій та вчинків, що характеризують рольовий репертуар та зміст ролей («психолог-боєць», «психолог-медик», «психолог-наставник», «психолог-амбасадор», «психолог-креативник», «психолог-ньюзмейкер») | Формування позитивного ставлення до чучсті в роботі |
| 2. | **Рефлексивно-рольовий** | Впровадження рольового репертуару – системи ролей, виконуваних майбутнім психологом у різних сферах життєдіяльності в сучасних умовах. | Прийняття, усвідомлення та виконання нової системи ролей; вправи, зорієнтовані на засвоєння та відпрацювання переліку базових ролей (рольового репертуару) майбутнього фахівця психології |

## 3.2. Результати впровадження розвивальної програми

Задля підтвердження ефективності розвивальної програми на заключному етапі було проведено повторне опитування респондентів за методиками, описаними у розділі 2.1. Опитувальник особистісної зрілості О.

Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності» [34, 393-396]; опитувальник «Семантична просторінь рольових позицій практичного психолога».

Аналіз результатів показав певну динаміку у сформованих рівнях психологічної ресурсності, що певним чином вплинуло й на рольовий репертуар майбутнього фахівця психології. Порівняльні результати формування особистісної зрілості сучасного практичного психолога представлено у таблиці 3.7.

Таблиця 3.7

**Порівняльні результати формування особистісної зрілості сучасного практичного психолога**

| **Опитувальник особистісної зрілості О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності»** | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ***Констатувальний експеримент*** | | ***Формувальний експеримент*** | | |
| низький рівень | середній рівень | високий рівень | середній рівень | низький рівень |
| 18 осіб (60%) | 12 осіб (40 %) | 5 осіб (16%) | 18 осіб (60%) | 7 осіб (24%) |

| **Опитувальник З.М.Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога»** | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Констатувальний експеримент*** | | ***Формувальний експеримент*** | | | |
| роль «психолог-наставник» | роль «психолог-креативник» | роль «психолог-боєць» | роль «психолог-креативник» | роль «психолог-наставник» | роль «психолог-амбасадор» |
| 21 особа (70%) | 9 осіб (30%) | 9 осіб (30%) | 9 осіб (30%) | 7 осіб (23%) | 5 осіб (17%) |

Отже, показники рівнів психологічної ресурсності на заключному етапі змінилися таким чином: 5 осіб (16%) продемонстрували високий рівень (знання власних ресурсів; уміння оновлювати власні ресурси; уміння використовувати власні ресурси). Зазнали змін низький та середній рівні. Низький рівень зменшився до 7 осіб (24%), середній рівень, навпаки, збільшився. Зазначений рівень зафіксовано у 18 осіб (60%). Результати представлено на рисунку 3.3

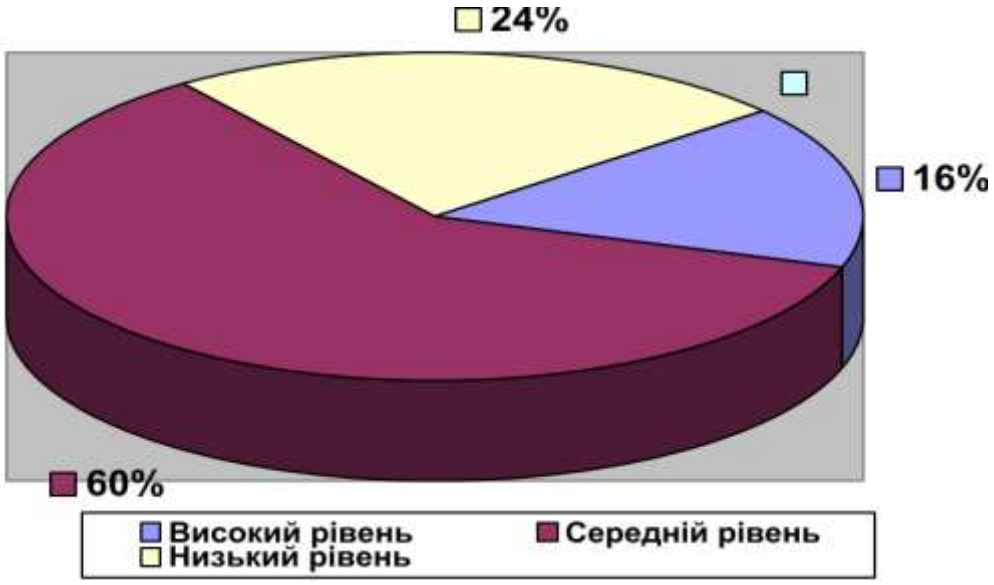



**Рис. 3.3. Показники рівнів психологічної ресурсності на заключному етапі**

Щодо семантичної просторіні рольового репертуару майбутнього фахівця слід зазначити, що до переліку обраних ролей додалися «психолог-боєць», який обрало 9 осіб (30%) та «психолог-амбасадор», обраний 5 особами (17%).

Виходячи із вищезазначеного, констатуємо той факт, що актуальність та новизна практичних завдань, які сприяли розвитку ролей як складових репертуару, позитивно вплинула на вибір та опанування їх змісту. Результати представлено на рисунку 3.4




**3.4 Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього фахівця психології**

**Семантична просторінь** рольового репертуару майбутнього психолога – це багатовимірна структура, яка відображає уявлення, значення, зв'язки та пріоритети, пов'язані з професійними ролями. Вона формується під впливом освітніх, соціальних і особистісних факторів та відіграє ключову роль у становленні професійної ідентичності фахівця.

Семантична просторінь – це сукупність значень, які фахівець приписує різним професійним ролям і функціям.У контексті підготовки майбутнього психолога ця просторінь включає:

**Ціннісні орієнтири:** уявлення про значущість ролей і їхній вплив на професійний успіх.

**Емоційні оцінки:** відношення до ролей через призму емоційних переживань.

**Функціональні зв'язки:** розуміння того, як ролі взаємодіють одна з одною в професійній діяльності.

Ключові компоненти семантичної просторіні

1. Центральні ролі

Це ролі, які мають найбільшу значущість для професійної ідентичності. Наприклад:

Консультант – центральна роль у практичній діяльності психолога.Дослідник – важлива для розвитку науки та впровадження інновацій.

2. Периферійні ролі

Ролі, які виконуються рідше, але є важливими у специфічних контекстах. Наприклад:

Соціальний амбасадор – роль, що активізується у публічних виступах або соціальних кампаніях.

3. Гнучкість ролей.Здатність перемикатися між різними ролями залежно від ситуації.

Семантична просторінь рольового репертуару є важливою складовою професійного розвитку майбутнього психолога. Вона формує основу для професійної гнучкості, адаптивності та ефективності. Її дослідження дозволяє глибше зрозуміти процес становлення професійної ідентичності та сприяє розробці ефективних методик підготовки спеціалістів.

### 3.3. Методичні рекомендації щодо формування особистісної зрілості сучасного психолога

Формування та розвиток сучасного психолога потребує комплексного підходу, що враховує як професійні, так і особистісні якості. Ось кілька ключових рекомендацій для тих, хто прагне стати компетентним психологом:

Освітня база - отримання якісної освіти. Оберіть вищий навчальний заклад із потужною програмою з психології. Це може бути університет чи академія, що пропонують спеціалізації у клінічній, соціальній чи організаційній психології.

Постійне навчання. Психологія – це наука, яка постійно розвивається. Важливо регулярно проходити курси підвищення кваліфікації, семінари та тренінги, щоб залишатися в курсі нових методик і підходів.

Розвиток практичних навичок. Супервізія та стажування. Робота під керівництвом досвідченого психолога допомагає зрозуміти практичні аспекти роботи та уникнути поширених помилок.

Практика активного слухання. Навчіться чути й розуміти клієнта. Це одна з базових навичок психолога.

Методи терапії. Ознайомтеся з різними напрямами психології (психоаналіз, когнітивно-поведінкова терапія, гуманістична терапія тощо), щоб знайти той, який відповідає вашим професійним інтересам.

Особистісний розвиток. Саморефлексія. Сучасний психолог повинен розуміти себе, свої емоції та мотивації. Це допомагає уникнути проєкцій та упереджень у роботі з клієнтами.

Емоційний інтелект. Розвиток навичок емпатії, самоконтролю та співчуття є критично важливим.

Збереження ментального здоров'я. Психолог повинен вміти дбати про власне емоційне благополуччя, щоб ефективно допомагати іншим.

Професійна етика. Дотримуйтесь етичного кодексу психолога, що передбачає конфіденційність, повагу до клієнтів і неприпустимість маніпуляцій.

Міждисциплінарний підхід. Розуміння суміжних дисциплін, таких як медицина, соціологія чи педагогіка, збагачує роботу психолога.

Інтеграція цифрових технологій. Онлайн-консультування, використання спеціалізованих додатків і платформ стають важливими інструментами в роботі сучасного фахівця.

Нетворкінг та участь у спільноті. Вступайте до професійних спільнот психологів, беріть участь у конференціях та обмінюйтеся досвідом із колегами.

Наукова діяльність. Якщо вас цікавить розвиток психологічної науки, варто займатися дослідженнями, публікувати статті в наукових журналах та брати участь у наукових проектах. Сучасний психолог має бути не лише висококваліфікованим професіоналом, а й чуйною, відкритою та адаптивною особистістю. Постійний розвиток і вдосконалення – ключ до успіху в цій сфері.

Для формування у майбутніх фахівців психології належного рівня особистісної зрілості мною використано низку вправ та рольових ігор. Засвоєння професії відбувається шляхом спеціально дібраних ситуацій, застосування ігор та моделювання подій. У зв’язку з тим, що рольова гра детермінує предметний і соціальний зміст майбутньої фахової діяльності психологів, уможливлює моделювання ймовірних варіантів поведінки,

розвиваючи й удосконалюючи найважливіші професійні якості, подані вправи та ігри надають можливості формувати фахівця психології; розвивати

професійні якості, уміння та навички комунікувати в процесі надання психологічної допомоги.

Пропонуємо систему вправ та рольових ігор з формування особистісної

зрілості сучасного фахівця психології. Міні-дискусія «Яку роль психолога я обираю?» Учасники обирають ролі, в яких вони визначають своє ставлення до кожної з ролей.

1. Психолог-боєць

2. Психолог-медик.

3. Психолог-наставник.

4. Психолог-амбасадор.

5. Психолог-креативник.

6. Психолог-ньюзмейкер.

Обговорення: загальногруповий аналіз, оцінка кожної ролі й ставлення до неї кожного з учасників.

Міні-дискусія «Які якості або особливості поведінки допомагають виживати у складних сучасних реаліях життя» (модифікована). На першому етапі учасникам протягом 5-ти хвилин пропонується скласти перелік чеснот, які, на їх думку, допомагають вижити в сучасних обставинах.

На другому етапі учасники мають прийняти у групі погоджене рішення. У загальногруповому списку має бути 11 чеснот, які слід розташувати за ступенем їх важливості.

Матеріали: експертний список 11 чеснот, які допомагають вижити у сучасних реаліях життя

1. Позитивне ставлення до навколишнього світу, любов до людей, оптимізм.

2. Прийняття себе й оточення такими, якими вони є.

3. Здатність оцінити проблему з позиції іншої людини.

4. Почуття гумору.

5. Життєстійкість, вміння протистояти травмуючим подіям.

6. Креативність, винахідливість, здатність до створення нового, корисного для людей та навколишнього середовища.

7. Емпатія, співчуття.

8. Бажання допомагати людям.

9. Вміння комунікувати, товариськість, щирість, відкритість.

10. Об'єктивність, уміння адекватної подачі інформації.

11. Рішучість, цілеспрямованість, наполегливість.

Обговорення: порівняння загальногрупового списку з експертним [26].

Гра «Обмін ролями» (модифікована).

Кожному з учасників по черзі надається можливість обрати картку з іменем котрогось із групи. Також учасникам надається перелік із 6-ти ролей, які вони мають обрати й відтворити: «психолог-боєць»; «психолог-медик»; «психолог-наставник»; «психолог-амбасадор»; «психолог-креативник»; «психолог-ньюзмейкер». Учасники діляться думками щодо того, яку з ролей виконує активний гравець. Наскільки точним та успішним було виконання ролі? Що допомогло вам відтворити цю роль та передати її зміст учасникам? [26].

Гра «Мій професійний портрет» (модифікована).

На першому етапі студентів у групі розбивають на діади, кожна з яких дає відповідь на запитання «Перелік яких дій та вчинків викликає повагу до фахівця психології?». На другому етапі діада відтворює ситуації – демонструє групі кожну з обраних дій та вчинків. Інші учасники відгадують ці якості та записують їх. Третій етап. Група створює малюнок-схему, де відображено всі визначені дії та вчинки психолога-фахівця:

- формування в людини стресостійкості та жжитєстійкості, вміння протистояти травмуючим подіям, допомога людям та собі самому;

- підвищення рівня резилієнтності з метою мінімізації наслідків ПТСР;

- мотивація до активних дій та вчинків, вияв оптимізму та позитиву,

демонстрація ефективних моделей поведінки;

- високий рівень комунікативності, відкритість, щирість, почуття власної гідності;

- створення нового, креативність, винахідливість;

- адекватна й об'єктивна подача інформації з метою уникнення у людини травми й страху [26].

Вправа «Мої ресурси»

Obладнання: світлини, старі журнали, газети, клей, скотч, олівці, маркери, ножиці. Учасникам пропонується збудувати композицію (час на створення –

бизько 5-ти хвилин), що відображає ресурси особистості (чинники, які допомагають долати життєві труднощі й досягати мети та успіхів у міжособистісній взаємодії). Адміністратор групи акцентує увагу учасників на основних групах ресурсів особистості, які учасники мають обрати для побудови композиції:

- внутрішні (особистісні, інтелектуальні та вольові чесноти, елементи життєвого досвіду);

- зовнішні (місце проживання/навчання/роботи тощо; предмети різного штибу; матеріальні спроможності);

- соціальні (ті, хто має можливість надати допомогу в подоланні труднощів задля досягнення мети: батьки, родичі, друзі, викладачі та ін.).

Обговорення може відбуватися у вигляді подорожі – учасники переміщуються від однієї композиції до іншої, а їхні автори пояснюють зображене. Час, відведений на виступ – 1,5-2 хвилини, форма подачі довільна

[33].

Міні-дискусія «Усвідомлення себе в професії» (І.Бурнард) (модифікована).

Матеріали «Список незавешених речень»:

1. Кваліфікований психолог завжди…

2. Найважливіше у роботі практичного психолога – це…

3. Те, що я найбільше прагнув би змінити в собі – це…

4. Людина, яка найбільше схожа на мене в групі – це…

5. Людина, яка найбільше не схожа на мене в групі – це…

6. Наступним етапом моєї професійної підготовки я вбачаю…

7. Моє найзаповітніше бажання полягає у…

8. Якби була можливість обирати місце проживання, я би обрав…

9. Якби можна було помінятися місцями з тим, кого добре знають всі присутні, то я помінявся би з…

10. Моя найбільша чеснота – це…

11. Професія психолога вимагає того, щоби…

12. Найбільш ефективно діють ті психологи, які…

13. Найбільш складне для мене, це…

14. Речі, які я полюбляю робити найбільше, це…

15. Люди, які викликають у мене повагу та захоплення, - це…

На першому етапі учасникам пропонується завершити кожне із речень у списку.

Групою ухвалюється спільне рішення щодо закінчення речень, які належать до фахової діяльності психолога [26, 258].

Міні-дискусія «Мій шлях у професії»

На першому етапі учасникам пропонується розділити свій шлях на етапи. З чого все почалося? Що спонукало вас обрати цю професію? Принцип поєднання свого «життя з професією» учасники обирають самостійно (вік, нові знайомі, нові події й ситуації тощо). На другому етапі учасники послідовно об’єднуються в діади (знаходять у групі осіб, у кого шлях до вибору професії виявився подібним). Третій етап являє собою визначення учасниками, скільки з них обрали подібний шлях. Також визначається кількість вибору інших шляхів до професії [26, 220].

Вправа-самоаналіз «Людина на своєму місці» Учасників поділяють на дві команди. Перша уособлює собою студентів, друга – фахівці. На першому етапі учасникам роздаються аркуші паперу. Перша команда (студенти) зображає на папері малюнок за темою «Навчання – чудовий період у житті».

Друга команда (фахівці) – малюнок «Чудові миттєвості професійної діяльності».

На другому етапі кожна з команд на малюнках перераховує по 6 ознак студентського життя та професійної зрілості. Найважливіша ознака виокремлюється. Потім команди здійснюють обмін малюнками. На протилежному боці аркуша «студенти» й «фахівці» вказують по 6 недоліків зазначеного періоду життя, виокрелюючи найбільш суттєвий з них.

На третьому етапі відбувається загальне обговорення результатів, де визначаються:

- позитивні та негативні боки кожної із соціальних груп;

- найбільш привабливі ознаки періоду студентства та професійної зрілості особистості;

- учасники вказують власні особистісні чесноти, які сприяють досягенню успішної професійної зрілості [26, 259].

Міні-дискусія «Життєві та професійні ролі».

Учасники групи розподіляють між собою літери української абетки. Завдання: сформулювати низку значущих життєвих і професійних ролей, які би починалися на ті літери абетки, які ви обрали [26, 178].

Вправа «Вербалізація станів» (К.В. Фопель).

Учасникам пропонують загадати когось, кому вони за щось вдячні (дія, вчинок та ін.) та кому не належним чином висловили свою вдячність. Учасники можуть написати цій людині листа чи смс-повідомлення зі словами подяки та прихильності. У повідомленні слід намагатися передати спектр тих позитивних емоцій, які учасник пережив завдяки цій людині. Час написання листа – 15 хвилин [26, 172].

Вправа «Позитивність».

Учасники групуються у два кола (зовнішнє і внутрішнє). У внутрішньому колі всі знаходяться у статичному положенні, у зовнішньому колі учасники пересуваються за годинниковою стрілкою й протягом однієї хвилини вказують на позитивні якості тих, хто знаходиться навпроти. Потім учасники міняються місцями в колах.

Обговорення:

- Наскільки просто було висловлюватися про позитивні якості інших?

-Чи виникали моменти, коли складно було назвати позитивні якості? Як ви гадаєте, з чим це пов'язано? [26, 176].

Вправа-тренажер «Робота в тріадах» (Е.К. Лютова-Робертс).

Орнанізація роботи в трійках: у тріаді учасники по черзі виконують ролі психолога, клієнта і супервізора. Термін виконання: по 12 звилин на клієнта, 2 хвилини супервізору на зворотний зв'язок.

Клієнт починає розповідь на тему:

1. Люди, які допомогли мені стати тим, хто я є зараз. Як вони могли вплинути на мою персональну історію:

2. Люди, які мені не подобаються.

3. Головна подія минулого тижня.

Психолог використовує техніки нерефлексивного і рефлексивного слухання (повторення, перефразування змісту, інтерпретація), техніки постановки питань (пошукові, уточнюючі, гіпотетичні, переломні) [26, 243].

Міні-дискусія «Ідентифікація – який Я?» (Дж. Шервуд).

Кожному учаснику групи необхідно прийняти рішення – обрати одну з

чотирьох запропонованих ознак. Необхідно обрати ознаку, яка найбільшою мірою відображає те, як людина почувається у даний проміжок часу. Обрані ознаки слід записати.

Матеріали: 12 наборів ознак по 4 ознаки в кожному наборі; номер ознак №1, №2, №3, №4.

Набори ознак:

1. Активний, пасивний, яскравий, оптимістичний.

2. Дорослий, чоловік, жінка, зрілий.

3. Батько або мати, чоловік або дружина, брат або сестра, син або донька.

4. Зростаючий, щасливий, нейтральний, упевнений.

5. Обережний, імпульсивний, компетентний, наполегливий.

6. Агресивний, творчий, заповзятий, слухняний.

7. М'який, стриманий, свідомий, романтичний.

8. Видатний, тонкий, замкнений, стійкий.

9. Твердий, суворий, сильний, нерішучий.

10. Естет, практичний, поступливий, досвідчений.

11. У групі я визнаю владу над людьми; у групі я борюся за владу; у групі я уникаю влади; у групі я користуюся владою.

12. У групі я важливий; у групі я сторонній; у групі я незалежний; у групі я пересічний.

Обговорення:

- Як ви оцінюєте свій образ:

- Які почуття віну вас викликає? Що несподіваного відкрили для себе? [26, с.164].

Вправа «Усі як один»

Обираємо активного гравця, який повинен, ставлячи питання кожному учаснику групи й отримуючи відповідь, зрозуміти, у кого перетворилася група, від імені якого учасника група дає відповіді на запитання. Активний учасник виходить на 5 хвилин і готує питання для всіх учасників групи. Коли він повертається – група «перетворюється» на одну людину. Завдання активного гравця: визначити, в кого саме перетворилася група.

Постарайтеся придумати такі запитання, на які би могли реагувати досить швидко й спонтанно.

Обговорення:

- Чи складно було звикнути до ролі «однієї людини?»

- Що допомагало відповідати на запитання так, як це би зробив «загаданий» учасник?

- Що нового дізнався про себе «загаданий» учасник? [26, 165]

Отже, у процесі формувального експерименту встановлено, що показники рівнів психологічної ресурсності на заключному етапі змінилися таким чином: 5 осіб (16%) продемонстрували високий рівень (знання власних ресурсів; уміння оновлювати власні ресурси; уміння використовувати власні ресурси). Зазнали змін низький та середній рівні. Низький рівень зменшився до 7 осіб (24%), середній рівень, навпаки, збільшився. Зазначений рівень зафіксовано у 18 осіб (60%).

Щодо семантичної просторіні рольового репертуару сучасного фахівця встановлено, що до переліку обраних ролей додалися «психолог-боєць», який обрало 9 осіб (30%) та «психолог-амбасадор», обраний 5 особами (17%).

Виходячи із вищезазначеного, констатуємо той факт, що актуальність та новизна практичних завдань, які сприяли розвитку ролей як складових репертуару, позитивно вплинула на вибір та опанування їх змісту. Таким чином, о порі постає необхідність у пошуку та міксуванні цікавих ролей, розглядати їх як шлях до професіоналізму, рольового розвитку та рольової зрілості. Подальшу роботу у розширенні рольового репертуару ми вбачаємо в розробці психологічних тренінгів, семінарів, вебінарів, практикумів, майстер-класів та створенні розвивальних, корекційних та розвивально-корекційних програм.

Задля формування у сучасних фахівців психології належного рівня особистісної зрілості нами використано низку вправ та рольових ігор. Засвоєння професії відбувається шляхом спеціально дібраних ситуацій, застосування ігор та моделювання подій. У зв’язку з тим, що рольова гра детермінує предметний і соціальний зміст майбутньої фахової діяльності

психологів, уможливлює моделювання ймовірних варіантів поведінки, розвиваючи й удосконалюючи найважливіші професійні якості, подані вправи та ігри надають можливості формувати фахівця психології; розвивати професійні якості, уміння та навички комунікувати в процесі надання психологічної допомоги.

# ВИСНОВКИ

Сучасний психолог — це інтегрований фахівець, який поєднує глибокі знання, практичний досвід, етичну відповідальність і здатність до адаптації в умовах змін. Формування такого спеціаліста вимагає комплексного підходу, який враховує як професійний, так і особистісний розвиток. Впровадження інновацій та міждисциплінарних практик є ключем до успіху сучасного психолога.

Ознайомившись із думками психологів щодо проблеми особистісної зрілості, доходимо висновку, що дефініція «особистісна зрілість» є досить вживаною у психологічних розвідках; феномен особистісної зрілості досліджувала та продовжує досліджувати значна кількість як зарубіжних, так і вітчизняних науковців; зрілість не завершується з настанням дорослого віку, оскільки людина продовжує розвиватися, вдосконалюватися, набувати нових знань та навичок, засвоювати нові ролі, досліджуючи нові галузі професійної та особистої життєдіяльності, духовно збагачувати себе та навколишній світ, творчо вирішувати проблеми та досягати поставленої мети.

Сучасні фахівці психології рольовий репертуар особистості загалом і рольовий репертуар майбутнього психолога зокрема визначають як конструкт, що містить у собі сприйняття, усвідомлення й дію, а саме – виконання певної ролі або ж демонстрацію моделі поведінки. Рольовий репертуар розглядається дослідниками як процес активного виконання ролі, який відповідає статусу людини, її життєвій позиції та нормам поведінки. Отже, рольовий репертуар особистості визначається ними як процес активної побудови її рольової поведінки, життєдіяльності упродовж спілкування та інтеракції у різних галузях громадського й особистого життя. Разом з тим, існує ціла низка різних видів ролей (соціальні групи, спільноти, товариства, спілки та ін.), в яких діє сучасний фахівець психології. Задля ефективної

фахової діяльності психолога необхідною є наявність психологічних умов (механізмів) розвитку його рольового репертуару. З огляду на те, що людина упродовж життя виконує значну кількість різноманітних ролей, дослідники психології (П. Гоностай, З.Мірошник, Т. Хомуленко) стрижневими компонентами рольової структури особистості визначають рольову варіативність (професійна роль не обмежується якоюсь однією функцією, а проявляється по-різному, залежно від місця, обставин та ситуації (колега, опонент, співрозмовник, товариш, однодумець, побратим та ін.); рольову гнучкість (невимушений перехід від однієї ролі до іншої); рольову глибину(розгалуженість глибинної рольової структури, що акцентується у рольовій поведінці не тільки на рольові очікування оточення, а й на рольову ідентичність, рольове переживання, рольову Я-концепцію) та рольову децентрацію (здатність до адаптації в суспільстві, уникаючи рольових конфліктів).

Отже, у процесі констатувального експерименту нами встановлено, що за результатами «Опитувальника психологічної ресурсності особистості» О.Штепи [39, 393-396], що переважна кількість, яка складає 60% опитуваних, мають низький рівень психологічної ресурсності (75-69 балів). Середній рівень особистісної зрілості (70-92 бали) зафіксовано у 40% респондентів. Психологічної ресурсності, що не демонструється (0-56 балів), високого рівня (93-106 балів) та сумнівних даних для діагностування (107-112 балів) нами не виявлено.

За результатами опитувальника З.М. Мірошник «Семантичний простір рольових позицій практичного психолога» [17, 284], адаптованого нами як «Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього психолога», виявлено, що 70% респондентів надали перевагу ролі «психолог-наставник». Із загальної кількості опитуваних 30% обрали роль «психолог-креативник». Поряд з цим зазначимо, що дії та вчинки, які характеризують ролі, пов’язані з формуванням стресостійкості та життєстійкості, здатність боротися за когось чи за здійснення чогось; вміння протистояти травмучим подіям, допомога

ближнім і собі («психолог-боєць»); підвищенням рівня резилієнтності серед військовослужбовців та цивільного населення («психолог-медик»); високим рівнем комунікативності, щирості, відкритості, почуття власної гідності; уміння належним чином представити державу на міжнародному рівні («психолог-амбасадор»); об'єктивною подачею інформації з метою уникнення травматизації та страху («психолог-ньюзмейкер») викликають у респондентів, з одного боку, зацікавленість можливості застосування їх у практичній діяльності, а з іншого – опитуваним складно оволодівати зазначеними вище ролями та застосовувати їх у професійній підготовці й повсякденному житті.

Отже, у процесі формувального експерименту нами виявлено, що показники рівнів психологічної ресурсності на заключному етапі змінилися таким чином: 5 осіб (16%) продемонстрували високий рівень (знання власних ресурсів; уміння оновлювати власні ресурси; уміння використовувати власні ресурси). Зазнали змін низький та середній рівні. Низький рівень зменшився до 7 осіб (24%), середній рівень, навпаки, збільшився. Зазначений рівень зафіксовано у 18 осіб (60%).

За результатами опитувальника «Семантична просторінь рольового репертуару майбутнього фахівця» нами виявлено, що до переліку обраних ролей додалися «психолог-боєць», який обрало 9 осіб (30%) та «психолог-амбасадор», обраний 5 особами (17%).

Виходячи із вищезазначеного, констатуємо той факт, що актуальність та новизна практичних завдань, які сприяли розвитку ролей як складових репертуару, позитивно вплинула на вибір та опанування їх змісту. Рольові ігри, які застосовуються в процесі підготовки майбутніх психологів мають на меті забезпечити формування у них рольової компетентності (міжособистісної та спеціальної, тобто професійної компетентності), що, своєю чергою, впливає на сформованість їх компетентності в цілому. Рольові ігри дають можливість повправлятися у різних типах рольової поведінки, активізують і інтенсифікують навчальну діяльність, створюють позитивну

мотивацію до навчання в цілому, допомагають змоделювати професійну діяльність психолога, дозволяють розширити і поглибити процес професійного самовизначення, самовдосконалення і творчого розвитку, підвищують рівень його психологічної ресурсності та сприяють збагаченню й урізноманітненню рольових репертуарів майбутніх фахівців психології.

Виходячи із зазначеного вище, у роботі нами здійснено спробу систематизувати уявлення про сутність рольового репертуару та особистісної зрілості майбутнього психолога. Розроблена розвивальна програма формування особистісної зрілості може використовуватися фахівцями-психологами, соціальними педагогами та вчителями.

Рекомендаціями щодо формування та розвитку сучасного психолога можуть бути - постійне навчання: участь у конференціях, вебінарах, курсах підвищення кваліфікації.

Розвиток цифрових навичок для дистанційної роботи з клієнтами. Особистісний розвиток. Практика саморефлексії для підвищення усвідомленості власних емоцій та поведінкових реакцій.

Робота над емоційною стійкістю для уникнення професійного вигорання, інтеграція сучасних технологій

Використання онлайн-інструментів для тестування та ведення документації. Ознайомлення з інноваційними терапевтичними методами, такими як VR-терапія або біофідбек.

Розширення практики. Формування нішевих компетенцій (наприклад, робота з аутизмом, посттравматичним синдромом, спортивна психологія). Співпраця з іншими професіоналами: лікарями, соціальними працівниками, педагогами.

Етика та соціальна відповідальність. Дотримання міжнародних стандартів психологічної практики (наприклад, кодексу APA). Активна участь у благодійних чи соціальних ініціативах.

Методичні рекомендації щодо формування особистісної зрілості сучасного фахівця психології

Особистісна зрілість є важливою складовою професійного розвитку психолога, оскільки вона впливає на його здатність ефективно взаємодіяти з клієнтами, вирішувати складні етичні питання та забезпечувати емоційну стабільність у стресових ситуаціях. Формування особистісної зрілості сучасного фахівця психології вимагає комплексного підходу, включаючи розвиток самосвідомості, емоційного інтелекту, рефлексії та моральних орієнтирів.

Розвиток самосвідомості психолога

Самосвідомість є основою особистісної зрілості. Вона включає усвідомлення своїх емоцій, потреб, цінностей, сильних і слабких сторін. Психолог, який володіє високим рівнем самосвідомості, здатний об’єктивно оцінювати свою поведінку та реакції в різних ситуаціях, що є важливим для ефективної взаємодії з клієнтами.

Методи розвитку самосвідомості:

Ведення рефлексивного щоденника, в якому психолог фіксує свої думки, емоції та реакції на різні події.

Практики медитації та майндфулнес для покращення внутрішньої уваги та концентрації на теперішньому моменті.

Психотерапевтичні практики для роботи з власними переконаннями та емоціями.

Розвиток емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект (EI) визначає здатність людини розпізнавати, розуміти та регулювати свої емоції, а також ефективно взаємодіяти з іншими людьми. Для психолога це критично важливо, адже робота з клієнтами часто вимагає вміння підтримувати емоційну рівновагу і створювати безпечне середовище для терапії.

Методи розвитку емоційного інтелекту:

Вправи для розвитку емпатії, такі як активне слухання і переосмислення емоцій клієнта. Психологічні тренінги, спрямовані на розвиток самоконтролю та стресостійкості. Вивчення моделей емоційних

реакцій через аналіз ситуацій у процесі практики.

Розвиток рефлексії.

Рефлексія є важливим компонентом професійної діяльності психолога. Вона дозволяє оцінювати власні дії, приймати рішення на основі власного досвіду і коригувати свою практику. Рефлексія сприяє розвитку критичного мислення та професійної компетентності.

Методи розвитку рефлексії:

Підвищення критичного мислення через аналіз і обговорення випадків із практики. Використання супервізії, коли досвідчені колеги допомагають виявляти сильні та слабкі сторони в практиці молодого психолога. Пошук зворотного зв'язку від клієнтів і колег.

# СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Берн Ерік. Ігри, у які грають люди : видавничий дім SKYprint. 144с.

2. Боришевський М.Й. Психологічні механізми розвитку особистості. *Актуальні проблеми психології. Соціальна психологія. Психологія управління*. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка. Т.1. 2001. С.26-33.

3. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словник-довідник з психологічної

4. Вірна Ж.П. Мотиваційно-смислова регуляція у професіоналізації психолога : монографія. Луцьк : РВВ «Вежа», 2003. 319с.

5. Горностай П.П. Життєві ролі та життєтворчість. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*. Вип. 5. (80). Київ, 2002. С. 319-326.

6. Горностай П. П. Особистість та роль : Ролевий підхід в соціальній психології особистості. Київ : Інтерпрес ЛТД, 2007. 312 с.

7. Гриффін Е. Комунікації та практики. Харків : Гуманітар. центр, 2015. 686 с.

8. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.

9. Дуткевич Т.В., Савицька О.В. Практична психологія: Вступ у спеціальність: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 256 с.

10. Завгородня О.В. Особистість: шляхи досягнення зрілості. *Практична психологія та соціальна робота*. Вип. №12. 2010. С. 11.17.

11. Католик Г.В. Психологія формування професійної Я-концепції практичного психолога : монографія. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2013. 405с.

12. Корабльова Н. С. Багатоманітність рольової реальності : ролі і маскилик і личина. Харків : ХНУ, 2000. 288 с.

13. Коробанова О. Рольові аспекти групової взаємодії в умовах сучасності. *Особистість в умовах кризових викликів сучасності*: матеріали методологічного семінару НАПН України / За ред..академіка НАПН України С.Д.Максименка. Київ, 2016. 629с.

14. Логінова Л.В. Феномен соціально–професійної зрілості майбутніх психологів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. праць. Східноукраїнський національний університет ім. В. Даля. Вип. №1 (21). 2009. С. 145-149.

15. Мід Дж. Г. Дух, суспільство точки зору соціального біхевіориста / пер. з англ. К.: Український центр духовної культури, 2000. 374 с.

16. Мірошник З.М., Горбачова О.Ю. Психологічний контент рольового репертуару сучасного психолога. *Перспективи а інновації науки. Електронний науковий журнал.* Серія «Психологія», Серія «Педагогіка», Серія «Медицина». Вип. №5 (10), 2022. С.53-68.

17. Мірошник З.М. Про рольову структуру особистості вчителя початкових класів. З.М.Мірошник. Педагогіка та психологія. Вип. 40 (2). 2011. С. 72-80.

18. Мірошник З.М. Ролеграма як засіб формування рольової структури особистості: науково-методичний посібник, 2017. 296с.

19. Мірошник З.М. Рольова структура особистості вчителя початкових класів: монографія. Харків : ХНПУ, 2011. 306с.

20. Михайленко О.Ю. Ролеграма як засіб розвитку рольової компетентності майбутнього практичного психолога. діагностики. Київ: Наукова думка, 2004. 200 с.

21. Москаленко О.В. До проблеми дослідження психологічної зрілості особистості. *Міжнародний науковий журнал Науковий огляд*. Вип. № 4 (76), 2021. С. 6.

22. М’ясоїд П.А. Загальна психологія: навчальний посібник. 3-є вид., допов. Київ : Вища шк., 2004. 487 с.

23. Особистісне професійне зростання: психологічні тренінги : навчальний посібник / за ред. Л.В. Долинської, О.В. Темрук. К. Каравела, 2019. 560 с.

24. Попович І. Психологічні виміри соціальних очікувань особистості: монографія. Херсон : ПАТ «ХМД», 2017. 504с.

25. Потопа К.Л. Психолого-педагогічна технологія розвитку ціннісно-рольового компонента в структурі становлення особистості майбутнього психолога : монографія. Запоріжжя, 2011. 280с.

26. Титаренко Т.М. Життєвий шлях особистості в постмодерністському дискурсі. *Психологія особистості*. Вип. №1. 2010. С. 11-18.

27. Титаренко Т.М. Життя як будівельний майданчик: особисті наслідки посттравматичного досвіду. *Психологічна допомога особистості в складних обставинах життєдіяльності*. Чернівці : ЧНУ ім..Ю.Федьковича. 2018, С. 6-9.

28. Ульяніч І.В. Розвиток рефлексивної компетентності вчителів-початківців. *Практична психологія та соціальна робота*. Вип. №8. 2010. С. 35-39.

29. Хомуленко Б. В. Функціонально-рольові особливості особистості психолога: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психолог. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології»/Борис Владиславович Хомуленко. Луцьк, 2014. 19с.

30. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007.

31. Шаповал І.М. Особистісна зрілість: структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. Випуск 8. 2021. С.179-185.

320. Штепа О.С. Диспозиційна модель особистісної зрілості : автореф. дис.на здобуття наук.ступеня к.психол.н.наук: спец.19.00.05 «Соціальна психологія: психологія соціальної роботи». Львівський національний університет імені Івана Франка. Київ, 2006. 20с.

33. Штепа О.С. Пропріум зрілої особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. Вип. №2. 2004. С. 26-35.

34. Штепа О.С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 39. 2018. С. 380-399. С.

35. Штепа О.С. Особистісна зрілість. Модель. Опитувальник. Тренінг : Моногнрафія Львів Вид.центр ЛНУ імені Івана Франка. 2008. 232 с.

36. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552 с.

37. Тлумачний словник сучасної української мови : близько 50000 слів / укладачІ.М.Забіяка. Київ : Арій 2007, 512с. С.386.

38. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції. Київ : Либідь, 1996. 264с.