МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА

Виконала: студентка IV курсу,
групи 6.0532-3
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Васецька Анастасія Олександрівна
Керівник: доцент кафедри психології,
кандидат пед. наук Мосол Н.О.
Рецензент: Phd, старший викладач
кафедри психології Коваль Г.В.

Запоріжжя – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

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

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. завідувача кафедри психології
к.психол.н., доцент. Н.О. Губа
_____
«____»_____2026 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Васецькій Анастасії Олександрівні

Тема роботи Психологічні особливості розвитку професійної ідентичності психолога

керівник роботи Мосол Н. О., канд. психол. наук, доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «08»грудня 2025 року № 1779-с

2. Строк подання студентом роботи _____

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

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз основних психологічних підходів до вивчення професійної ідентичності особистості та особливостей її формування у майбутніх психологів; розкрити роль особистісних чинників (самосвідомості, рефлексії, мотивації до саморозвитку) як важливих психологічних детермінант становлення професійної ідентичності; дослідити психологічні особливості розвитку професійної ідентичності студентів-психологів; експериментально визначити рівні сформованості професійної ідентичності, рефлексивності та готовності до саморозвитку у досліджуваній вибірці; виявити силу та напрям статистично значущих взаємозв’язків між досліджуваними показниками за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт Спірмена).

Перелік графічного матеріалу: 9 таблиць, 7 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Мосол Н. О., доцент		
Розділ 1	Мосол Н. О., доцент		
Розділ 2	Мосол Н. О., доцент		
Висновки	Мосол Н. О., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	грудень 2025 р.	Виконано
2	Робота над вступом	січень 2026 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	лютий 2026 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	березень 2026 р.	Виконано
5	Написання висновків	квітень 2026 р.	Виконано
6	Передзахист	травень 2026 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	травень 2026 р.	Виконано

Студент _____ А. О. Васецька

Керівник роботи _____ Н. О. Мосол

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ І. І. Менсітов

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 55 сторінок, 7 рисунків, 9 таблиць, 48 джерел, 3 додатки.

Об’єкт дослідження – професійний розвиток особистості психолога.

Предмет дослідження – психологічні особливості розвитку професійної ідентичності психолога.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що розвиток професійної ідентичності майбутнього психолога пов’язаний з рівнем самоставлення особистості та готовністю до саморозвитку.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз, систематизація, узагальнення наукових джерел; емпіричні – психодіагностичне тестування (методика діагностики професійної ідентичності (адаптована О. Радзімовською), методика дослідження самоставлення (адаптована Л. Сердюк, С. Отенко), методика діагностики рівня саморозвитку особистості (С. Кузікова)), аналіз результатів; статистичні – описова статистика, кореляційний аналіз (коефіцієнт Спірмена).

Наукова новизна полягає у комплексному дослідженні особливостей розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів та уточненні ролі особистісних чинників у цьому процесі.

Галузь використання: результати можуть застосовуватися у практичній діяльності психологів, роботі психологічних служб, професійній підготовці студентів і викладанні психологічних дисциплін.

ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ, МАЙБУТНІ ПСИХОЛОГИ, САМОСТАВЛЕННЯ, РЕФЛЕКСИВНІСТЬ, САМОРОЗВИТОК, ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ.

SUMMARY

Vasetska A. Psychological Features of the Development of Professional Identity of Future Psychologists.

The qualifying work consists of Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References (48 items, 16 including foreign sources), and 3 appendices. The total volume of the work is 69 pages, 55 including the main text. The work contains 9 tables and 7 illustrations.

The qualifying work presents a theoretical overview and the results of an empirical study of the psychological features of the development of professional identity of future psychologists, with a focus on self-attitude, reflexivity and readiness for self-development as key factors of professional formation.

The object of research is the professional development of the personality of a psychologist.

The subject of research is the psychological features of the development of professional identity of future psychologists.

The research goal is to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological features of the development of professional identity of future psychologists.

The research tasks are:

– to analyze theoretical approaches to the study of professional identity in psychology;

– to identify psychological factors influencing the development of professional identity of future psychologists;

– to select and justify a set of diagnostic methods for empirical research;

– to determine the levels of professional identity, reflexivity and readiness for self-development in the sample;

– to identify the strength and direction of relationships between the studied variables using correlation analysis (Spearman’s coefficient);

– to interpret the obtained results in the context of modern psychological approaches.

Chapter 1 “Theoretical Foundations of the Study of Professional Identity of a Psychologist” provides a theoretical analysis of the concept of professional identity, its structure, factors and mechanisms of formation.

Chapter 2 “Methods and Organization of the Empirical Study” describes the research design, sample, methods and procedure of the study.

Chapter 3 “Analysis and Interpretation of Empirical Results” presents the results of the empirical study, including descriptive statistics and correlation analysis.

Key words: professional identity, future psychologists, self-attitude, reflexivity, self-development, professional formation.

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА 11
1.1. Професійна ідентичність особистості як психологічний феномен 11
1.2. Психологічні чинники та механізми розвитку професійної ідентичності психолога 22
1.3. Етапи та особливості формування професійної ідентичності майбутнього психолога 30
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА 39
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження 39
2.2. Аналіз результатів дослідження рівня сформованості професійної ідентичності психолога 43
2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів 47
ВИСНОВКИ 53
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 56
ДОДАТКИ 61

ВСТУП

Сучасний етап розвитку психологічної науки та практики характеризується зростанням вимог до професійної підготовки фахівців-психологів, їхньої особистісної зрілості, професійної відповідальності та усвідомленості власної ролі у процесі психологічної допомоги. В умовах соціальної нестабільності, зростання психоемоційного навантаження на особистість і суспільство загалом особливого значення набуває проблема становлення та розвитку професійної ідентичності психолога як інтегрального утворення, що визначає ефективність його професійної діяльності, стійкість до професійних криз і здатність до саморозвитку.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що професійна ідентичність психолога формується не лише як результат засвоєння фахових знань і навичок, а й як складний особистісний процес, пов’язаний із професійним самовизначенням, усвідомленням цінностей професії, прийняттям професійної ролі та інтеграцією образу «Я» у професійний контекст. Недостатній рівень сформованості професійної ідентичності може призводити до внутрішніх конфліктів, професійного вигорання, зниження мотивації до діяльності та сумнівів у власній професійній компетентності.

У наукових дослідженнях проблема професійної ідентичності розглядається в межах особистісного та професійного розвитку, теорій самосвідомості, професійного становлення та соціальної ідентичності. Значний внесок у вивчення феномену професійної ідентичності зробили вітчизняні та зарубіжні дослідники, які аналізували її структуру, функції та механізми формування. У працях психологів професійна ідентичність розглядається як динамічне утворення, що змінюється протягом усього професійного шляху, проходячи низку етапів і кризових моментів.

Водночас аналіз сучасних наукових джерел засвідчує, що проблема розвитку професійної ідентичності саме психолога як суб’єкта допоміжної, консультативної та терапевтичної діяльності потребує подальшого

поглибленого вивчення. Зокрема, недостатньо дослідженими залишаються психологічні чинники та умови, які сприяють гармонійному формуванню професійної ідентичності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки та становлення. Це зумовлює необхідність комплексного дослідження психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності психолога з урахуванням сучасних вимог до професійної діяльності.

Об’єктом дослідження є професійний розвиток особистості психолога.

Предметом дослідження є психологічні особливості розвитку професійної ідентичності психолога.

Мета дослідження полягає у виявленні та теоретико-емпіричному обґрунтуванні психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності психолога.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що розвиток професійної ідентичності майбутнього психолога пов’язаний з рівнем самоставлення особистості та готовністю до саморозвитку.

Відповідно до мети дослідження визначено такі завдання:

– проаналізувати наукові підходи до розуміння професійної ідентичності особистості в психології;

– охарактеризувати психологічні чинники та механізми розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів;

– дослідити особливості сформованості професійної ідентичності майбутніх психологів на емпіричному рівні;

– здійснити аналіз отриманих результатів і визначити основні закономірності розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів;

– розробити практичні рекомендації щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

Для досягнення поставленої мети та розв’язання завдань дослідження було використано комплекс взаємодоповнюючих методів. До теоретичних методів належали аналіз, узагальнення та систематизація наукових джерел з проблеми професійної ідентичності особистості. Емпіричне дослідження

здійснювалося за допомогою психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення рівня сформованості професійної ідентичності майбутніх психологів, особливостей їхнього самоставлення та готовності до саморозвитку. Обробка результатів дослідження здійснювалася з використанням методів кількісного та якісного аналізу, зокрема кореляційного аналізу (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена).

У дослідженні були використані такі психодіагностичні методики:

— методика діагностики професійної ідентичності (адаптована О. Радзімовською);

— методика дослідження самоставлення (адаптована Л. Сердюк, С. Отенко);

— методика діагностики рівня саморозвитку особистості (С. Кузікова).

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності психолога на різних етапах професійного становлення та виявленні чинників, що сприяють її гармонійному формуванню.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання отриманих результатів у процесі професійної підготовки майбутніх психологів, під час організації психологічного супроводу студентів-психологів, а також у практичній діяльності психологів з метою попередження професійних труднощів і криз.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА

1.1. Професійна ідентичність особистості як психологічний феномен

Проблема ідентичності є однією з фундаментальних у сучасній психологічній науці, оскільки вона безпосередньо пов’язана з питаннями самовизначення особистості, її ціннісно-смислової орієнтації, соціального функціонування та професійного становлення. Категорія «ідентичність» виступає інтегративним психологічним конструктом, що поєднує у собі індивідуально-психологічні, соціальні та культурні виміри розвитку особистості.

Системне теоретичне осмислення феномену ідентичності було започатковане в працях Е. Еріксона, який увів це поняття в науковий обіг у межах психосоціальної теорії розвитку особистості [35]. На думку дослідника, ідентичність формується впродовж усього життя, проходячи послідовні стадії розвитку, кожна з яких характеризується специфічною кризою. Особливої ваги Е. Еріксон надавав підлітковому віку, коли відбувається криза «ідентичність — рольова плутанина» [35].

Е. Еріксон розглядав ідентичність як внутрішнє відчуття цілісності, безперервності та тотожності власного «Я», яке зберігається попри зміни життєвих обставин. Ідентичність, за його визначенням, є результатом узгодження індивідуального досвіду з соціальними очікуваннями [35]. Таким чином, вона формується у взаємодії внутрішніх психічних процесів і зовнішніх соціокультурних впливів.

У контексті професійного розвитку особистості положення Еріксона є методологічно значущими, оскільки професійна ідентичність може

розглядатися як складова загальної ідентичності, що формується у процесі подолання криз і прийняття життєво значущих рішень.

Подальший розвиток теорії ідентичності пов’язаний із розумінням її як інтегративної характеристики самосвідомості. У психології особистості ідентичність трактується як відносно стійка система уявлень людини про себе, що забезпечує переживання внутрішньої узгодженості, стабільності та неперервності власного існування.

С. Максименко підкреслює, що становлення особистості відбувається через процес «здійснення», у якому інтегруються мотиваційні, ціннісні та діяльнісні компоненти саморозвитку [10; 11]. У цьому контексті ідентичність виступає як механізм внутрішньої самоорганізації особистості, що забезпечує цілісність її життєвого шляху.

Т. Титаренко розглядає ідентичність як динамічний процес самоконструювання особистістю власного життєвого світу, у межах якого відбувається інтеграція досвіду, ролей і соціальних взаємодій [24; 25]. Дослідниця наголошує, що ідентичність є не лише когнітивною структурою, а й глибоко особистісним переживанням приналежності до певних смислових систем.

Таким чином, ідентичність у психології розглядається як:

— інтеграція самосвідомості;

— переживання внутрішньої тотожності;

— узгодження особистісних і соціальних ролей;

— механізм життєвої стабільності.

Вагомий внесок у розвиток теорії ідентичності здійснив Дж. Марсія, який емпірично конкретизував концепцію Еріксона та запропонував модель статусів ідентичності [40]. Він виокремив чотири основні статуси:

— Досягнута ідентичність (identity achievement);

— Мораторій;

— Прийнята (запозичена) ідентичність;

— Дифузна ідентичність.

Ключовими параметрами в його моделі є наявність або відсутність кризи та прийняття зобов'язань щодо життєво важливих сфер, зокрема професійної [40].

Для дослідження професійної ідентичності ця модель є надзвичайно значущою, оскільки дозволяє аналізувати рівень сформованості професійного самовизначення майбутнього психолога. Наприклад, дифузна ідентичність може проявлятися у невизначеності професійних цілей, тоді як досягнута — у чітко усвідомленій професійній позиції.

Інший важливий напрям дослідження ідентичності представлений у межах соціально-психологічного підходу. Г. Таджфел розробив теорію соціальної ідентичності, відповідно до якої значна частина самовизначення людини ґрунтується на її приналежності до соціальних груп [47].

Соціальна ідентичність визначається як частина «Я-концепції», що формується через усвідомлення членства в соціальних категоріях і емоційної значущості цього членства [47]. Дж. Тернер, розвиваючи ідеї Г. Таджфела, сформулював теорію самокатегоризації, згідно з якою особистість здатна переключатися між особистісним і груповим рівнями самоідентифікації [48].

У професійному контексті це означає, що майбутній психолог ідентифікує себе не лише як унікальну особистість, а й як представника професійної спільноти. Саме соціальна ідентифікація з професійною групою сприяє формуванню професійних цінностей, норм та етичних стандартів.

Сучасна психологія розглядає ідентичність як багатовимірну структуру, що поєднує особистісну та соціальну складові.

Особистісна ідентичність пов'язана з індивідуальними характеристиками, цінностями, життєвими цілями та особистісними смислами. Соціальна — з ролями, статусами та груповою належністю.

С. Максименко підкреслює, що розвиток особистості неможливий без включення в систему соціальних відносин [10]. Т. Титаренко акцентує на ролі життєвих наративів та соціальних контекстів у процесі самовизначення [24].

Отже, ідентичність формується як результат взаємодії:

— внутрішніх психологічних механізмів (рефлексія, самоусвідомлення);

— зовнішніх соціальних впливів (рольові очікування, групові норми);

— особистісного смислотворення.

У цьому контексті професійна ідентичність виступає інтегративною формою поєднання особистісної та соціальної ідентичності, що забезпечує цілісність професійного «Я» та готовність до виконання професійних функцій.

Таблиця 1.1 – Підходи до розуміння феномену ідентичності в психології

Автор	**Теоретичний підхід**	**Основні положення**	**Значення для дослідження професійної ідентичності**
Е. Еріксон	Психосоціальна теорія розвитку	Ідентичність формується через подолання вікових криз; відчуття цілісності та безперервності «Я» [35]	Дає основу для розуміння професійної ідентичності як етапу життєвого розвитку
Дж. Марсія	Статусна модель ідентичності	Чотири статуси залежно від кризи та зобов’язань [40]	Дозволяє оцінювати рівень сформованості професійного самовизначення
Г. Таджфел	Теорія соціальної ідентичності	Ідентичність базується на груповій належності [47]	Пояснює механізми професійної приналежності
Дж. Тернер	Теорія самокатегоризації	Перехід між особистісним і груповим рівнями «Я» [48]	Пояснює формування професійного «Ми»
С. Максименко	Теорія генези особистості	Ідентичність як механізм здійснення особистості [10; 11]	Підкреслює роль внутрішніх ресурсів у професійному становленні
Т. Титаренко	Наративно-екзистенційний підхід	Ідентичність як життєвий конструкт і смислотворення [24; 25]	Розкриває ціннісно-смисловий вимір професійної ідентичності

У сучасній психології професійна ідентичність розглядається як складова загальної структури особистості, що інтегрує індивідуальні характеристики, систему цінностей, соціальні ролі та професійні орієнтації. Вона виступає важливим показником рівня професійної зрілості та внутрішньої готовності особистості до реалізації обраної діяльності.

Професійна ідентичність трактується як усвідомлення особистістю своєї належності до певної професійної спільноти, прийняття її норм, цінностей і стандартів діяльності, а також інтеграція професійної ролі у структуру власного «Я».

У дослідженнях українських науковців професійна ідентичність визначається як результат процесу професійного самовизначення та інтеріоризації професійних смислів [1; 5; 6]. Зокрема, О. Андрієвська-Семеника підкреслює, що формування професійної ідентичності майбутніх психологів пов’язане з інтеграцією професійних знань, особистісних якостей і практичного досвіду [1]. Л. Коняєва та М. Шопша наголошують на соціалізаційному аспекті цього процесу, розглядаючи професійну ідентичність як результат адаптації студента до професійного середовища [6].

З позицій особистісно-діяльнісного підходу професійна ідентичність є формою самовизначення, що виникає у процесі включення особистості в систему професійної діяльності [3; 18]. Вона забезпечує внутрішню узгодженість між індивідуальними потребами, здібностями та вимогами професії.

Отже, професійну ідентичність можна визначити як інтегративну характеристику особистості, що відображає рівень усвідомлення, прийняття та реалізації професійної ролі в структурі власного «Я».

У науковій літературі професійна ідентичність тісно пов’язується з такими категоріями, як професійне самовизначення та професійна самосвідомість, проте ці поняття не є тотожними.

Професійне самовизначення розглядається як процес вибору та усвідомлення професії, прийняття рішення щодо майбутньої діяльності [3].

Воно передує формуванню професійної ідентичності та виступає її передумовою. С. Болтівець підкреслює, що професійне самовизначення включає оцінку власних можливостей, аналіз соціальних очікувань і прийняття відповідальності за професійний вибір [3].

Професійна самосвідомість, у свою чергу, охоплює систему уявлень особистості про себе як суб'єкта професійної діяльності [4; 29; 30]. Вона включає знання про професійні вимоги, самооцінку професійних компетентностей та усвідомлення власної професійної ролі. Професійна самосвідомість є когнітивно-рефлексивною основою професійної ідентичності.

Таким чином:

— професійне самовизначення — це процес вибору й орієнтації;

— професійна самосвідомість — система знань і оцінок щодо себе як професіонала;

— професійна ідентичність — інтегрований результат, що поєднує ціннісні, когнітивні та поведінкові компоненти.

Н. Шевченко підкреслює, що професійна свідомість психолога формується у процесі професійної підготовки та включає систему уявлень про професійну роль, етичні норми, професійні цінності та вимоги до особистості фахівця [29]. Дослідниця зазначає, що формування професійної свідомості є тривалим процесом, який поєднує особистісний розвиток майбутнього спеціаліста та опанування ним професійних знань і практичних умінь.

Професійна ідентичність є більш широким і глибоким конструктом, оскільки передбачає не лише усвідомлення, а й внутрішнє прийняття професійної ролі та включення її до структури особистості.

У більшості сучасних досліджень професійна ідентичність має багатокомпонентну структуру. Аналіз наукових праць дозволяє виокремити три основні складові: когнітивну, емоційну та поведінкову [5; 6; 13; 21].

1. Когнітивний компонент. Включає знання про професію, розуміння її змісту, вимог і соціальної значущості. Особистість усвідомлює себе як

представника певної професійної спільноти, володіє системою професійних уявлень і стандартів [21].

2. Емоційний компонент. Охоплює ставлення до професії, рівень задоволеності професійним вибором, почуття приналежності до професійної групи, гордість за обрану діяльність [6; 13].

3. Поведінковий компонент. Проявляється у готовності реалізовувати професійні функції, дотримуватися етичних норм, брати відповідальність за результати діяльності [18].

Сформованість усіх трьох компонентів забезпечує цілісність професійної ідентичності. Недостатній розвиток одного з них може зумовлювати внутрішні суперечності або кризові явища в професійному становленні.

Особливе значення у структурі професійної ідентичності має ціннісно-смислова сфера особистості. Професійна діяльність психолога передбачає високий рівень гуманістичних орієнтацій, відповідальності та етичної зрілості.

Як зазначає Н. Шевченко, професійна свідомість майбутнього психолога включає усвідомлення власних професійних можливостей, готовність до виконання професійних функцій та прийняття цінностей психологічної допомоги. Саме ці компоненти забезпечують поступове формування професійної позиції фахівця та сприяють інтеграції професійної ролі у структуру особистості [29].

С. Максименко підкреслює, що розвиток особистості неможливий без формування системи цінностей, які визначають спрямованість діяльності [10; 11]. Т. Титаренко наголошує на ролі життєвих смислів у процесі самоконструювання професійного «Я» [24; 25].

У контексті підготовки майбутніх психологів ціннісно-смислова сфера виконує інтегративну функцію: вона забезпечує узгодженість між особистісними переконаннями та професійними нормами. Саме через прийняття гуманістичних цінностей відбувається інтеріоризація професійної ролі.

Таким чином, професійна ідентичність у структурі особистості:

— інтегрує професійні знання, емоційне ставлення та поведінкові установки;

— спирається на процеси самовизначення та професійної самосвідомості;

— формується під впливом ціннісно-смислових орієнтацій;

— виступає показником професійної зрілості.

Професійна ідентичність майбутнього психолога є не лише результатом навчальної підготовки, а й складним внутрішнім процесом особистісного зростання, що забезпечує готовність до професійної діяльності та інтеграцію професії у систему життєвих смислів.

Професійна ідентичність у сучасній психологічній науці розглядається не лише як стійка характеристика особистості, а й як складний динамічний процес, що розгортається упродовж професіогенезу. Вона формується поступово, проходячи через етапи усвідомлення, прийняття, апробації та інтеграції професійної ролі в структуру особистості.



Рисунок 1.1 - Структурна модель професійної ідентичності особистості

Динамічність професійної ідентичності зумовлена постійними змінами соціальних умов, професійних вимог і внутрішніх особистісних трансформацій. У межах теорії психосоціального розвитку Е. Еріксона

ідентичність постає як результат подолання криз, що супроводжують різні етапи життєвого шляху [35, 235–240]. Аналогічно, професійна ідентичність формується через вирішення внутрішніх суперечностей між очікуваннями, можливостями та вимогами професії.

Дж. Марсія, розвиваючи ідеї Еріксона, підкреслював, що становлення ідентичності пов’язане з проходженням стану «мораторію», тобто активного пошуку та сумніву [40, 118–122]. У професійному контексті це означає період коливань, переосмислення професійного вибору та формування власної позиції щодо професійної діяльності.

Українські дослідники також наголошують на процесуальному характері професійної ідентичності. Так, В. Шахов зазначає, що становлення професійної самосвідомості студентів-психологів відбувається у динаміці навчально-професійної діяльності та практичного досвіду [26, 91–93]. Л. Коняєва та М. Шопша підкреслюють роль адаптаційного етапу професійної соціалізації, коли майбутній фахівець інтегрується в професійну спільноту [6, 8–10].

Отже, професійна ідентичність не є фіксованою характеристикою, а виступає результатом тривалого особистісного та соціального розвитку.

Поряд із процесуальним виміром професійна ідентичність може розглядатися як результат — інтегрована характеристика професійної зрілості особистості.

Професійна зрілість передбачає сформованість системи цінностей, стійкість професійної мотивації, усвідомлення власної компетентності та відповідальності за результати діяльності. С. Максименко вказує, що особистість досягає зрілості через процес «здійснення», у якому інтегруються індивідуальні можливості та соціальні вимоги [10, 145–150]. У цьому контексті професійна ідентичність виступає індикатором гармонійного поєднання особистісних якостей і професійної ролі.

Т. Титаренко підкреслює, що зрілість пов’язана з прийняттям відповідальності за власний життєвий вибір і здатністю інтегрувати професію

у систему життєвих смислів [24, 210–215]. Професійна ідентичність як результат означає, що особистість не лише виконує професійні функції, а й внутрішньо приймає професійну роль як частину свого «Я».

У дослідженнях професійної підготовки майбутніх психологів зазначається, що сформована професійна ідентичність проявляється у впевненості у власних професійних можливостях, позитивному ставленні до обраної діяльності та готовності до професійного саморозвитку [22, 90–94].

Таким чином, професійна ідентичність є критерієм професійної зрілості, оскільки відображає рівень інтеграції професії у структуру особистості.

Процес формування професійної ідентичності супроводжується кризовими періодами, які є закономірними етапами особистісного розвитку.

У межах концепції Еріксона криза розглядається як точка біфуркації, що відкриває можливості для зростання або стагнації [35, 261–265]. У професійній сфері кризи можуть виникати на етапі вибору професії, під час навчання, а також у період переходу до самостійної професійної діяльності.

В. Шахов зазначає, що у студентів-психологів криза професійної ідентичності часто пов’язана з розбіжністю між очікуваннями та реальними вимогами професії [26, 103–105]. Такий стан може супроводжуватися сумнівами у правильності вибору, зниженням мотивації або професійною невизначеністю.

Зарубіжні дослідження також підтверджують наявність кризових фаз у формуванні професійної ідентичності психологів. Так, С. Шуберт та співавтори підкреслюють, що період професійної підготовки супроводжується інтенсивною рефлексією, переглядом власних установок і формуванням професійної автономії [44, 360–363]

Кризи професійної ідентичності виконують конструктивну функцію, оскільки стимулюють переосмислення професійної ролі та сприяють переходу на вищий рівень професійної інтеграції (рис. 1.2).

Формування професійної ідентичності відбувається у конкретному соціальному контексті, який включає освітнє середовище, професійну спільноту та ширший соціокультурний простір.

Згідно з теорією соціальної ідентичності Г. Таджфела, належність до певної групи визначає частину самосприйняття особистості [47, 255–258]. Дж. Тернер доповнює, що процес самокатегоризації забезпечує внутрішню інтеграцію особистості в межах групових норм і цінностей [48, 44–50].

У контексті підготовки психологів соціальне середовище університету, супервізія, професійна практика та взаємодія з наставниками відіграють визначальну роль у становленні професійної ідентичності. Л. Коняєва та М. Шопша наголошують, що саме в процесі професійної соціалізації студент засвоює норми й стандарти професійної поведінки [6, 12–14].



Рисунок 1.2 - Динаміка становлення професійної ідентичності

Крім того, сучасні соціальні трансформації, зокрема глобалізаційні процеси, цифровізація та кризові явища, впливають на зміст і структуру професійної ідентичності фахівців допомагаючих професій [38, p. 80–85].

Отже, професійна ідентичність формується як у внутрішньому психологічному просторі особистості, так і під впливом соціального середовища, що забезпечує її соціальну валідність і професійну легітимність.

1.2. Психологічні чинники та механізми розвитку професійної ідентичності психолога

Професійна діяльність психолога належить до категорії допомагаючих професій і має низку специфічних характеристик, що безпосередньо впливають на формування професійної ідентичності фахівця. Її особливість полягає у спрямованості на внутрішній світ людини, міжособистісну взаємодію, етичну відповідальність та постійну рефлексію власної професійної позиції.

Психолог виступає суб'єктом професійної діяльності, спрямованої на підтримку, розвиток і психологічне благополуччя іншої людини. На відміну від багатьох інших спеціальностей, предметом його діяльності є особистість клієнта, його переживання, смисли та поведінкові стратегії.

В. Семиченко підкреслює, що специфіка професійної діяльності психолога визначається її суб'єкт-суб'єктним характером, у межах якого встановлюється довірлива взаємодія між фахівцем і клієнтом [22, 112–118]. Така взаємодія передбачає високий рівень емпатії, толерантності та психологічної компетентності.

Л. Мітіна зазначає, що професійний розвиток у допомагаючих професіях пов'язаний із постійним особистісним зростанням самого фахівця [10, 85–90]. Психолог не лише застосовує знання, а й виступає інструментом власної діяльності, що обумовлює необхідність глибокого самопізнання.

У цьому контексті професійна ідентичність формується через прийняття ролі помічника, консультанта, фасилітатора змін, що інтегрується у структуру особистості як стійка професійна позиція.

Однією з ключових характеристик діяльності психолога є дотримання етичних принципів і професійної відповідальності. Робота з внутрішнім світом клієнта передбачає конфіденційність, повагу до гідності людини, недопущення шкоди та професійну компетентність.

С. Максименко наголошує, що відповідальність є важливою складовою професійної зрілості особистості [11, 210–215]. У професійній діяльності психолога відповідальність набуває особливої ваги, оскільки результати взаємодії можуть суттєво впливати на психічний стан клієнта.

Т. Титаренко підкреслює, що прийняття професійних цінностей і етичних норм є етапом інтеграції професійної ролі в систему особистісних смислів [24, 198–203]. Саме через інтеріоризацію етичних принципів відбувається формування професійної ідентичності як внутрішньо прийнятої позиції, а не лише формального виконання ролі.

Таким чином, етична складова професійної діяльності виступає не зовнішньою вимогою, а внутрішнім регулятором професійної поведінки психолога.

Професія психолога передбачає постійний рефлексивний аналіз власних дій, переживань і професійних рішень. Рефлексія виступає механізмом самоконтролю та професійного самовдосконалення.

В. Шахов зазначає, що професійна самосвідомість майбутніх психологів формується через розвиток рефлексивних умінь, здатності до самоаналізу та критичного осмислення власної діяльності [26, 92–94]. Рефлексія дозволяє фахівцеві усвідомлювати власні установки, запобігати професійному вигоранню та підвищувати якість допомоги.

Зарубіжні дослідження також підтверджують значущість рефлексивності для формування професійної ідентичності. S. Schubert та співавтори підкреслюють, що професійна ідентичність психолога розвивається через рефлексивну практику та супервізію [44, 362–364].

Таким чином, рефлексія є одним із ключових механізмів становлення професійної ідентичності, оскільки сприяє інтеграції досвіду та формуванню професійної автономії.

Ще однією специфічною характеристикою діяльності психолога є емоційна включеність у процес професійної взаємодії. Робота з переживаннями клієнта вимагає емпатії, емоційної чутливості та здатності до емоційної регуляції.

М. Савчин зазначає, що відповідальна поведінка в допомагаючих професіях передбачає здатність до усвідомленого контролю власних емоційних реакцій [19, 134–140]. Надмірна емоційна залученість може призвести до професійного виснаження, тоді як недостатня — до втрати емпатійного контакту.

Т. Титаренко підкреслює, що емоційна включеність повинна поєднуватися з професійною дистанцією, яка забезпечує психологічну стійкість фахівця [25, 145–150].

Таким чином, емоційна сфера психолога є важливою складовою професійної діяльності, яка безпосередньо впливає на формування його професійної ідентичності.

Формування професійної ідентичності психолога зумовлюється не лише зовнішніми умовами професійної соціалізації, а й сукупністю внутрішніх особистісних чинників. Саме особистісні характеристики забезпечують інтеграцію професійної ролі в структуру «Я» та визначають рівень професійної зрілості фахівця. До ключових чинників розвитку професійної ідентичності належать самосвідомість, рефлексія, система професійних цінностей, мотивація до допомоги, емпатія та рівень особистісної зрілості (рис. 1.3).

Самосвідомість є центральним механізмом формування професійної ідентичності, оскільки забезпечує усвідомлення себе як суб’єкта діяльності. Вона включає знання про власні можливості, професійні якості, сильні та слабкі сторони.



Рисунок 1.3 – Система особистісних чинників розвитку професійної ідентичності психолога

С. Максименко зазначає, що становлення особистості передбачає розвиток здатності до саморефлексії та самовизначення, що формує внутрішню цілісність «Я» [10, 142–148]. У професійному вимірі самосвідомість трансформується у професійну самосвідомість, яка є когнітивною основою професійної ідентичності.

Л. Мітіна підкреслює, що професійний розвиток особистості неможливий без усвідомлення власної професійної позиції та відповідальності за результати діяльності [10, 95–101]. Таким чином, самосвідомість виступає базисом інтеграції професійної ролі у структуру особистості.

Рефлексія є процесом осмислення власних дій, переживань і професійного досвіду. Вона забезпечує критичний аналіз професійної поведінки та корекцію діяльності.

Т. Яценко розглядає рефлексію як необхідну умову професійного зростання психолога, оскільки саме через глибоке самопізнання формується здатність до ефективної допомоги іншому [32, 58–63].

У гуманістичній психології К. Роджерс підкреслював важливість автентичності та конгруентності фахівця як передумови психологічної допомоги [43, 115–120]. Здатність до рефлексії дозволяє психологу підтримувати відповідність між внутрішніми переживаннями та зовнішньою професійною поведінкою.

Отже, рефлексія виступає не лише інструментом професійної діяльності, а й важливим чинником формування професійної ідентичності.

Професійна ідентичність психолога формується на основі прийняття гуманістичних цінностей, таких як повага до гідності особистості, відповідальність, конфіденційність, недопущення шкоди.

І. Бех наголошує, що система цінностей визначає спрямованість особистості та її поведінкові орієнтири [2, 74–79]. У контексті професійної діяльності прийняття цінностей професії означає їх інтеріоризацію та включення у внутрішню систему переконань.

В. Франкл підкреслював, що смисл діяльності є ключовим фактором особистісного розвитку [37, 110–115]. Для психолога усвідомлення смислу допомоги іншому є важливою умовою становлення професійної ідентичності.

Таким чином, професійні цінності формують ціннісно-смислове ядро професійної ідентичності.

Допомога іншому є центральним мотивом діяльності психолога. Мотивація до допомоги пов’язана з внутрішнім прагненням сприяти особистісному розвитку клієнта та підтримувати його психологічне благополуччя.

К. Роджерс зазначав, що ефективність психологічної допомоги ґрунтується на щирому бажанні підтримати особистість у її саморозвитку [43, 142–148]. Відсутність внутрішньої мотивації може призвести до формального виконання професійних обов’язків без глибокого особистісного включення.

Л. Мітіна вказує, що внутрішня професійна мотивація є чинником стійкості до професійних труднощів і забезпечує готовність до постійного самовдосконалення [10, 120–126].

Отже, мотивація до допомоги виступає важливим рушієм формування професійної ідентичності.

Емпатія є ключовою професійною якістю психолога, яка забезпечує розуміння емоційного стану клієнта та створення довірливого контакту.

Т. Яценко підкреслює, що здатність до глибокого емпатійного сприйняття є умовою ефективної психокорекційної роботи [32, 101–108].

К. Роджерс вважав емпатію однією з трьох основних умов терапевтичної взаємодії поряд із конгруентністю та безумовним позитивним прийняттям [43, 61–67].

Емпатія сприяє формуванню емоційного компонента професійної ідентичності та закріпленню гуманістичної професійної позиції.

Особистісна зрілість є інтегральною характеристикою розвитку особистості, що включає автономність, відповідальність, стабільність ціннісної системи та здатність до саморегуляції.

С. Максименко пов’язує зрілість із здатністю особистості здійснювати власний життєвий вибір та нести відповідальність за нього [10, 168–173]. Т.Титаренко наголошує, що зрілість передбачає інтеграцію життєвих смислів і професійних ролей [24, 220–224].

Високий рівень особистісної зрілості забезпечує стабільність професійної ідентичності та її стійкість до кризових впливів.

Формування професійної ідентичності майбутнього психолога відбувається через складну систему психологічних механізмів, які забезпечують інтеграцію професійної ролі в структуру особистості. Якщо особистісні чинники визначають потенціал розвитку, то психологічні механізми виступають внутрішніми процесами, через які цей потенціал реалізується.

До основних механізмів формування професійної ідентичності належать: ідентифікація, інтеріоризація професійних норм, рефлексія, професійна рольова апробація та професійна соціалізація.

Ідентифікація є базовим механізмом становлення ідентичності, що полягає в ототожненні особистості з певною соціальною групою або професійною спільнотою.

У межах теорії соціальної ідентичності Г. Таджфела ідентифікація розглядається як процес включення себе до певної соціальної категорії, що визначає частину «Я-концепції» [47, 255–258]. Дж. Тернер зазначає, що через механізм самокатегоризації особистість починає сприймати себе як представника групи, приймаючи її норми й цінності [48, 44–50].

У професійній підготовці психолога ідентифікація відбувається через ототожнення з викладачами, наставниками, професійними моделями поведінки. Л. Коняєва та М. Шопша підкреслюють, що на адаптаційному етапі студент поступово включає себе до професійної спільноти, формуючи первинну професійну ідентичність [6, 10–12].

У процесі професійної підготовки майбутніх психологів важливого значення набуває формування особистісних якостей, необхідних для

здійснення психологічної допомоги. На думку Н. Шевченко, професійна підготовка психолога повинна сприяти розвитку рефлексивності, емпатії, здатності до саморозвитку та відповідального ставлення до професійної діяльності. Ці якості забезпечують ефективність майбутньої психологічної практики та сприяють формуванню професійної зрілості фахівця [29].

Таким чином, ідентифікація забезпечує первинне прийняття професійної ролі як значущої частини власного «Я».

Інтеріоризація полягає у переході зовнішніх професійних вимог у внутрішні переконання особистості. Через цей механізм професійні стандарти, етичні принципи та норми діяльності стають внутрішніми регуляторами поведінки.

І. Бех зазначає, що становлення особистості відбувається через засвоєння соціально значущих норм, які трансформуються у внутрішню систему цінностей [2, 76–82].

Т. Титаренко підкреслює, що інтеріоризація смислів діяльності забезпечує їх інтеграцію у життєву стратегію особистості [24, 202–206].

Для майбутнього психолога інтеріоризація професійних норм означає прийняття етичних стандартів не як формальних вимог, а як власних переконань. Саме цей механізм переводить професійну роль із зовнішнього рівня на рівень внутрішньої самоідентифікації.

Рефлексія є механізмом самопізнання та саморегуляції, що забезпечує усвідомлення власної професійної позиції.

Т. Яценко розглядає рефлексію як умову глибинного особистісного зростання та професійної компетентності психолога [32, 60–64]. Через рефлексію відбувається переосмислення досвіду, аналіз професійних помилок і формування нових стратегій діяльності.

К. Роджерс підкреслював важливість конгруентності — узгодженості внутрішнього досвіду і професійної поведінки [43, 115–120]. Рефлексія дозволяє підтримувати цю узгодженість, що є необхідною умовою професійної зрілості.

Отже, рефлексія виступає механізмом інтеграції професійного досвіду та розвитку автентичної професійної позиції.

Професійна ідентичність формується через практичне виконання професійних ролей. Рольова апробація передбачає перевірку власних можливостей у реальних або змодельованих професійних ситуаціях.

Дж. Марсія вказував, що становлення ідентичності передбачає період «мораторію», коли особистість експериментує з різними ролями [40, 118–122].

У підготовці психологів рольова апробація відбувається під час практики, тренінгів, супервізії. В. Шахов зазначає, що саме практична діяльність сприяє переходу від теоретичних уявлень до реального професійного самовизначення [26, 93–95]. Через рольову апробацію майбутній психолог набуває впевненості, що сприяє закріпленню професійної ідентичності.

Професійна соціалізація є процесом включення особистості в систему професійних відносин, засвоєння норм, цінностей та моделей поведінки професійної спільноти.

С. Максименко підкреслює, що розвиток особистості відбувається в системі соціальних взаємодій [10, 150–154].

Соціалізація майбутнього психолога включає взаємодію з викладачами, колегами, професійними асоціаціями, участь у наукових та практичних заходах. Саме соціальний контекст забезпечує легітимацію професійної ролі.

Таким чином, професійна соціалізація створює умови для стабілізації професійної ідентичності та її закріплення у структурі особистості.

Таблиця 1.3 - Психологічні механізми розвитку професійної ідентичності психолога

Психологічний механізм	Зміст механізму	Прояв у професійній підготовці психолога	Результат для професійної ідентичності
Ідентифікація	Ототожнення з професійною спільнотою [39; 40]	Наслідування професійних моделей, прийняття ролі	Формування первинного професійного «Я»

Продовження таблиці 1.3

Інтеріоризація норм	Засвоєння етичних і професійних стандартів [2; 19]	Прийняття кодексу професійної етики	Внутрішня стабільність професійної позиції
Рефлексія	Осмислення власного досвіду [24; 35]	Самоаналіз, супервізія	Професійна автономія
Рольова апробація	Практичне виконання професійних ролей [32; 21]	Практика, тренінги	Закріплення впевненості у професійній ролі
Професійна соціалізація	Включення в систему професійних відносин [8]	Навчання, взаємодія з колегами	Стабілізація професійної ідентичності

Таким чином, формування професійної ідентичності майбутнього психолога є результатом взаємодії кількох взаємопов'язаних механізмів. Ідентифікація забезпечує первинне прийняття професійної ролі, інтеріоризація норм — її внутрішнє закріплення, рефлексія — усвідомлення й корекцію професійної позиції, рольова апробація — практичну перевірку, а професійна соціалізація — інтеграцію у професійну спільноту.

Системна дія цих механізмів забезпечує перехід від зовнішнього засвоєння професійних знань до внутрішньо прийнятої та стабільної професійної ідентичності психолога.

1.3. Етапи та особливості формування професійної ідентичності майбутнього психолога

Професіогенез особистості розглядається у психології як закономірний процес становлення суб'єкта професійної діяльності, що охоплює вибір професії, професійну підготовку, адаптацію, стабілізацію та подальший розвиток у межах обраної сфери. Аналіз етапів професіогенезу дозволяє глибше зрозуміти закономірності формування професійної ідентичності майбутнього психолога, оскільки остання є інтегральним результатом професійного становлення.

Є. Климов розглядав професійний розвиток як процес входження особистості у світ праці, що супроводжується змінами в системі мотивації,

самосвідомості та діяльнісних установок. Він виокремлював декілька етапів професійного становлення: оптація (вибір професії), професійне навчання, адаптація до професійної діяльності, майстерність та творчість.

Етап оптації пов’язаний із формуванням професійних намірів і первинного самовизначення. На цьому рівні зароджується уявлення про себе як майбутнього професіонала. Етап професійного навчання передбачає засвоєння знань, умінь і норм професійної діяльності. Під час адаптації відбувається інтеграція професійної ролі у структуру особистості. Подальший розвиток пов’язаний із досягненням професійної майстерності та творчої самореалізації.

Погляди Є. Климова узгоджуються з ідеєю, що професійна ідентичність не виникає миттєво, а формується поступово у процесі включення особистості в професійну діяльність.

Вагомий внесок у розробку етапності професійного розвитку здійснив Д. Сьюпер. Його концепція життєвого шляху («life-span, life-space theory») розглядає професійний розвиток як тривалий процес, що охоплює різні вікові періоди [46, 285–290].

Д. Сьюпер виділив п’ять основних стадій:

1. Зростання (формування професійних інтересів і уявлень);
2. Дослідження (експериментування з професійними ролями);
3. Закріплення (входження у професійну діяльність);
4. Підтримка (стабілізація та вдосконалення);
5. Спад (зниження професійної активності).

Ключовим положенням теорії Сьюпера є уявлення про професійний розвиток як реалізацію «Я-концепції» в професійній сфері. Саме через діяльність особистість актуалізує та підтверджує власну ідентичність. Таким чином, професійна ідентичність постає як результат узгодження внутрішнього образу «Я» з реальною професійною роллю.

В українській психології проблематика професійного становлення особистості розглядається у межах особистісно-діяльнісного підходу.

С. Максименко підкреслює, що розвиток особистості відбувається через процес «здійснення», у якому інтегруються внутрішні можливості та зовнішні соціальні вимоги [10, 145–150]. Професіогенез, у цьому контексті, є складовою загального життєвого шляху особистості.

Л. Мітіна зазначає, що професійний розвиток передбачає не лише набуття компетентностей, а й трансформацію особистісної структури, зростання професійної самосвідомості та рефлексії [10, 88–94].

Т. Титаренко розглядає професійне становлення як частину життєтворчості особистості, у межах якої професія стає засобом реалізації життєвих смислів [24, 205–210]. У цьому контексті професійна ідентичність формується як результат інтеграції професійної діяльності в систему особистісних цінностей.

Українські дослідники також наголошують на ролі професійної соціалізації та навчально-професійного середовища у становленні ідентичності майбутніх психологів [26, 90–93; 6, 10–12].

Таблиця 1.4 - Етапи професійного становлення особистості (порівняльний аналіз підходів)

Автор	Назва концепції	Основні етапи	Ключова ідея	Значення для формування професійної ідентичності
Є. Климов	Концепція професійного становлення	Оптація → Навчання → Адаптація → Майстерність → Творчість	Поступове входження у світ професії	Пояснює етапність інтеграції професійної ролі
Д. Сьюпер	Life-span, life-space theory	Зростання → Дослідження → Закріплення → Підтримка → Спад	Реалізація «Я-концепції» через професію	Професійна ідентичність як підтвердження «Я»
С. Максименко	Теорія генези особистості	Здійснення через діяльність	Розвиток особистості у діяльності	Професія як простір самореалізації
Т. Титаренко	Життєтворчий підхід	Інтеграція професії в життєві смисли	Професія як частина життєвої стратегії	Професійна ідентичність як смислова інтеграція

Формування професійної ідентичності у студентів-психологів має специфічний характер, що зумовлений особливостями підготовки до допомагаючої діяльності. На відміну від технічних або прикладних спеціальностей, професія психолога передбачає глибоку інтеграцію професійної ролі у структуру особистості. Тому процес професійного становлення майбутнього фахівця супроводжується не лише засвоєнням знань, а й трансформацією самосвідомості, ціннісної сфери та професійної позиції.

Навчально-професійна діяльність є первинним простором формування професійної ідентичності студента. Саме в умовах університетського середовища відбувається засвоєння професійних знань, норм і моделей поведінки.

В. Шахов зазначає, що розвиток професійної самосвідомості студентів-психологів відбувається у процесі навчальної взаємодії, коли теоретичні знання співвідносяться з особистим досвідом [26, 90–93]. Навчання стимулює рефлексію власних професійних якостей, сприяє формуванню образу «Я — майбутній психолог».

Л. Коняєва та М. Шопша підкреслюють, що адаптаційний етап професійної соціалізації пов’язаний із поступовим прийняттям професійних стандартів і норм [6, 10–12]. Таким чином, навчально-професійна діяльність виступає механізмом первинної ідентифікації з професійною спільнотою.

Особливу роль у формуванні професійної ідентичності відіграє практична підготовка. Саме в процесі практики студент переходить від теоретичного засвоєння знань до реального виконання професійних функцій.

Згідно з моделлю професійного розвитку Д. Сьюпера, стадія дослідження передбачає апробацію професійних ролей [46, 287–289]. Для студентів-психологів ця апробація відбувається під час проходження практики, участі у тренінгах, консультуванні під супервізією.

В. Шахов зазначає, що практична діяльність сприяє зростанню впевненості у власній професійній компетентності та формуванню стійкої

професійної позиції [26, 92–94]. Через досвід взаємодії з клієнтами студент отримує підтвердження або перегляд власних уявлень про професію.

Отже, практична підготовка є ключовим етапом переходу від потенційної до реально сформованої професійної ідентичності.

Супервізія є важливим компонентом професійної підготовки психологів, оскільки забезпечує професійну підтримку, аналіз складних випадків та розвиток рефлексивних умінь.

С. Шуберт та співавтори наголошують, що професійна ідентичність психолога розвивається через рефлексивну практику та супервізійний аналіз діяльності [44, 362–364]. Супервізія дозволяє студенту усвідомити власні професійні труднощі, скоригувати поведінку та інтегрувати професійні стандарти у власну діяльність.

Т. Яценко підкреслює значення глибинної рефлексії для формування професійної компетентності психолога [32, 60–64]. У супервізійному процесі студент отримує можливість поєднати теоретичні знання з особистісним досвідом, що сприяє стабілізації професійної ідентичності.

Формування професійної ідентичності у студентів часто супроводжується сумнівами щодо правильності вибору професії, власної компетентності або відповідності професійним вимогам.

У межах концепції ідентичності Дж. Марсії період «мораторію» характеризується активним пошуком і коливаннями [40, 118–120]. Професійні сумніви можуть виступати конструктивним фактором, оскільки стимулюють глибше осмислення професійного вибору.

В. Шахов зазначає, що кризові явища в професійному становленні студентів є закономірним етапом розвитку, який сприяє переходу на вищий рівень професійної самосвідомості [26, 103–105].

Таким чином, професійні сумніви не слід розглядати виключно як негативний феномен — вони виконують функцію переосмислення та уточнення професійної позиції.

Професійна позиція є інтегральним результатом процесу формування професійної ідентичності. Вона відображає систему переконань, цінностей і принципів, що визначають стиль професійної діяльності.

Т. Титаренко підкреслює, що інтеграція професійної ролі у життєві смисли забезпечує стабільність професійної позиції [24, 205–210].

К. Роджерс наголошував на важливості автентичності психолога як умови ефективної допомоги [43, 115–120]. Професійна позиція передбачає конгруентність між внутрішніми переконаннями та професійною поведінкою.

Отже, формування професійної позиції означає завершення етапу інтеграції професії в структуру особистості, що є показником зрілої професійної ідентичності.

Формування професійної ідентичності майбутнього психолога є складним і суперечливим процесом, що супроводжується кризами та труднощами. Ці явища мають закономірний характер і пов’язані з інтеграцією професійної ролі у структуру особистості. Вони можуть виступати як деструктивним фактором, так і умовою професійного зростання залежно від способу їх подолання.

Першим критичним етапом у становленні професійної ідентичності є криза професійного вибору. Вона пов’язана з необхідністю прийняття рішення щодо майбутньої професії та відповідальності за цей вибір.

У межах концепції Дж. Марсії період «мораторію» характеризується сумнівами та активним пошуком професійної позиції [40, 118–122]. Для студентів-психологів така криза може виникати як на етапі вступу до закладу вищої освіти, так і в процесі навчання, коли відбувається глибше усвідомлення змісту майбутньої діяльності.

С. Болтівець зазначає, що професійне самовизначення передбачає оцінку власних можливостей і зіставлення їх із вимогами професії [3, 45–52]. Якщо очікування не відповідають реальним здібностям або інтересам, виникає внутрішній конфлікт, що гальмує формування професійної ідентичності. Однак конструктивне подолання цієї кризи сприяє переходу до більш зрілої та усвідомленої професійної позиції.

Другим типовим труднощем є розрив між уявленнями про професію та її реальним змістом. Студенти часто формують ідеалізований образ професії психолога, який не завжди відповідає практичним вимогам.

В. Шахов підкреслює, що в процесі професійної підготовки студенти стикаються з необхідністю переосмислення своїх початкових уявлень [26, 103–105]. Практична діяльність може виявити складність роботи, емоційну напруженість, відповідальність за прийняті рішення.

Т. Титаренко зазначає, що зіткнення з реальністю є важливим етапом інтеграції професійної ролі, оскільки воно сприяє переходу від поверхневого сприйняття до глибокого усвідомлення професійних смислів [24, 205–210].

Таким чином, розрив між очікуваннями і реальністю може викликати сумніви, але водночас стимулює формування більш реалістичної та стабільної професійної ідентичності.

Особливості допомагаючої професії обумовлюють високий рівень емоційного навантаження. Уже на етапі навчання студенти можуть відчувати втому, тривожність або сумніви у власній компетентності.

М. Савчин наголошує, що відповідальна поведінка вимагає здатності до емоційної саморегуляції [19, 134–140]. Недостатній розвиток механізмів саморегуляції може призводити до емоційного виснаження та зниження професійної мотивації.

К. Роджерс підкреслював необхідність збереження психологічної конгруентності та автентичності фахівця [43, 115–120]. Надмірна емоційна залученість без достатньої рефлексії може ускладнювати становлення професійної ідентичності.

Отже, емоційне виснаження є серйозним ризиком у процесі професійного становлення, який потребує підтримки з боку освітнього середовища та розвитку рефлексивних умінь.

Професійна невизначеність проявляється у сумнівах щодо власної компетентності, відсутності чіткої професійної позиції та нестабільності професійних цілей.

С. Максименко зазначає, що розвиток особистості пов’язаний із необхідністю прийняття рішень у ситуації невизначеності [10, 150–154]. У студентів-психологів така невизначеність може бути пов’язана з багатоваріантністю професійних напрямів (консультування, психотерапія, організаційна психологія тощо).

Л. Мітіна підкреслює, що професійний розвиток передбачає поступовий перехід від невизначеності до стабілізації професійної позиції [10, 92–95].

Таким чином, професійна невизначеність є природним етапом становлення професійної ідентичності, однак її тривале збереження може гальмувати професійний розвиток.

Таблиця 1.5 - Типові труднощі формування професійної ідентичності студентів-психологів

Труднощa	Зміст прояву	Причини виникнення	Можливі наслідки
Криза професійного вибору	Сумніви щодо правильності вибору професії	Невідповідність очікувань і реальних можливостей	Перегляд професійних цілей або зміна напряму
Розрив між очікуваннями і реальністю	Ідеалізований образ професії не збігається з практикою	Недостатнє розуміння професійних вимог	Формування більш реалістичної професійної позиції
Емоційне виснаження	Підвищена втома, тривожність, сумніви	Висока емоційна включеність, недостатня саморегуляція	Ризик зниження мотивації
Професійна невизначеність	Нестійкість професійних намірів	Багатоваріантність професійних напрямів	Тимчасова нестабільність ідентичності

Отже, теоретичний аналіз проблеми професійної ідентичності психолога засвідчив, що вона є складним багатовимірним феноменом, який формується в процесі професіогенезу та інтегрує особистісні, соціальні й діяльнісні компоненти. Професійна ідентичність виступає одночасно процесом і результатом професійного становлення, показником професійної зрілості та внутрішнього прийняття професійної ролі.

Особливості діяльності психолога як представника допомагаючої професії зумовлюють підвищені вимоги до розвитку самосвідомості, рефлексії, ціннісно-смислової сфери та емоційної стійкості. Формування професійної ідентичності студентів-психологів відбувається під впливом навчально-професійної діяльності, практичної підготовки, супервізії та професійної соціалізації, однак супроводжується кризами та труднощами, що мають закономірний характер.

Таким чином, становлення професійної ідентичності майбутнього психолога є складним багатокомпонентним процесом, який охоплює формування професійної свідомості, засвоєння професійних цінностей та розвиток особистісних якостей фахівця. Як підкреслює Н. Ф. Шевченко, професійна свідомість виступає важливим психологічним механізмом професійного становлення, оскільки забезпечує усвідомлення змісту професійної діяльності та інтеграцію професійної ролі у структуру особистості.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА

2.1 Організація та методи емпіричного дослідження

З метою вивчення психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів було проведено емпіричне дослідження. Дослідження спрямоване на визначення рівня сформованості професійної ідентичності студентів, а також аналіз когнітивних компонентів професійного самовизначення. Для реалізації поставленої мети було використано комплекс психодіагностичних методик, що дозволяють дослідити особливості професійної самосвідомості та рефлексивності майбутніх фахівців.

Метою емпіричного дослідження є визначення рівня сформованості професійної ідентичності студентів-психологів та виявлення особливостей її когнітивного компонента. Особлива увага приділяється дослідженню усвідомлення студентами власної професійної ролі, мотивів вибору професії та бачення майбутнього професійного розвитку.

У дослідженні взяли участь студенти спеціальності «Психологія», які навчаються у закладі вищої освіти. Загальна кількість респондентів становила 55 осіб віком від 18 до 23 років. До вибірки увійшли студенти різних курсів навчання, які перебувають на етапі професійного становлення та формування уявлень про майбутню професійну діяльність.

Участь у дослідженні була добровільною та анонімною. Збір емпіричних даних здійснювався у дистанційному форматі. Респондентам надсилалися електронні форми опитувальників, які вони заповнювали самостійно. Після отримання відповідей результати опитування були узагальнені та систематизовані, а отримані дані внесені до електронної таблиці Microsoft Excel для подальшої обробки та аналізу.

Такий формат організації дослідження дозволив забезпечити зручність участі респондентів та отримати достатню кількість відповідей для подальшого аналізу.

Для досягнення поставленої мети були визначені такі завдання дослідження:

— визначити рівень сформованості професійної ідентичності студентів-психологів;

— дослідити рівень розвитку рефлексивності майбутніх фахівців у галузі психології;

— визначити рівень готовності студентів до професійного та особистісного саморозвитку;

— проаналізувати особливості когнітивного компоненту професійної ідентичності студентів.

Для досягнення поставленої мети та розв’язання визначених завдань у дослідженні було використано комплекс взаємопов’язаних наукових методів, які включають теоретичні, емпіричні та статистичні методи.

До теоретичних методів належали аналіз, узагальнення та систематизація наукової психолого-педагогічної літератури з проблеми професійної ідентичності особистості. Використання цих методів дозволило визначити основні підходи до розуміння професійної ідентичності, її структури та психологічних чинників формування у студентів-психологів.

До емпіричних методів належало психодіагностичне опитування студентів за допомогою стандартизованих психологічних методик. Використання емпіричних методів дало можливість отримати безпосередні дані щодо рівня сформованості професійної ідентичності, розвитку рефлексивності та готовності до саморозвитку майбутніх психологів.

Для обробки отриманих результатів застосовувалися методи статистичного аналізу, зокрема підрахунок кількісних показників, визначення відсоткового співвідношення результатів та їх узагальнення. Обробка даних здійснювалася за допомогою електронних таблиць Microsoft Excel, що

дозволило систематизувати результати дослідження та представити їх у вигляді таблиць і узагальнених показників.

Кореляційний аналіз здійснювався з використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена (rs), що дозволяє визначити силу та напрям взаємозв'язку між досліджуваними змінними. Вибір даного методу зумовлений тим, що отримані емпіричні дані мають порядковий характер та не відповідають вимогам нормального розподілу.

Розрахунок коефіцієнта Спірмена здійснювався на основі ранжування індивідуальних показників за кожною змінною. Значення коефіцієнта rs варіюється в межах від –1 до +1, де позитивні значення свідчать про прямий зв'язок між показниками, а від'ємні — про обернений.

Інтерпретація сили зв'язку здійснювалася за такими критеріями:

– 0,1–0,3 — слабкий зв'язок;

– 0,3–0,5 — помірний;

– 0,5 і вище — сильний.

Статистична значущість результатів визначалася на рівнях $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$.

Для дослідження психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності студентів-психологів було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення різних аспектів професійного становлення особистості.

1. Методика діагностики професійної ідентичності (адаптована О.Радзімовською) була застосована з метою визначення рівня сформованості професійної ідентичності студентів. Дана методика дозволяє оцінити ставлення особистості до обраної професії, ступінь усвідомлення власної професійної ролі та готовність до професійної діяльності. Використання цієї методики дало можливість визначити рівень професійного самовизначення студентів та їхнє ставлення до майбутньої професійної діяльності.

2. Для дослідження особливостей самосвідомості майбутніх психологів було використано методику дослідження самоставлення (адаптована

Л.Сердюк, С. Отенко). Методика спрямована на вивчення особливостей самосприйняття особистості, рівня самоповаги, самоприйняття та здатності до самоаналізу. У контексті дослідження професійної ідентичності дана методика дозволяє оцінити особливості внутрішнього ставлення студентів до себе як майбутніх фахівців та рівень усвідомлення власних можливостей.

3. Методика діагностики рівня саморозвитку (С. Кузікова) була застосована з метою виявлення готовності студентів до особистісного та професійного зростання. Дана методика дозволяє оцінити прагнення особистості до самовдосконалення, активність у професійному розвитку та здатність до постановки цілей власного професійного становлення. Результати дослідження за цією методикою дали можливість визначити рівень готовності майбутніх психологів до професійного саморозвитку.

Емпіричне дослідження проводилося у декілька послідовних етапів. На першому етапі було визначено мету та завдання дослідження, обрано відповідні психодіагностичні методики, а також сформовано вибірку респондентів — студентів спеціальності «Психологія».

На другому етапі безпосередньо здійснювався збір емпіричних даних. Дослідження проводилося у дистанційному (онлайн) форматі. Респондентам надсилалися електронні форми опитувальників, що містили обрані психодіагностичні методики. Студенти самостійно заповнювали опитувальники у зручний для них час.

Участь у дослідженні була добровільною та анонімною. Респондентам було повідомлено про науковий характер дослідження, а також гарантовано конфіденційність отриманих результатів. Персональні дані учасників не збиралися, а отримані відповіді використовувалися виключно в узагальненому вигляді для проведення наукового аналізу.

На завершальному етапі результати опитування були систематизовані та узагальнені, після чого отримані дані були внесені до електронних таблиць Microsoft Excel для подальшої обробки, аналізу та інтерпретації. Це дозволило впорядкувати результати дослідження та представити їх у вигляді таблиць і узагальнених статистичних показників.

2.2 Аналіз результатів дослідження рівня сформованості професійної ідентичності психолога

У результаті обробки даних за методикою діагностики професійної ідентичності (О. Єрмолаєва) було визначено розподіл респондентів за рівнями сформованості професійної ідентичності.

Таблиця 2.1 - Рівні сформованості професійної ідентичності студентів-психологів за методикою О. П. Єрмолаєвої

Рівень	Кількість осіб	%
Високий	9	16,4
Середній	46	83,6
Низький	0	0,0
Разом	55	100,0

Аналіз результатів засвідчив, що у переважної більшості студентів-психологів виявлено середній рівень сформованості професійної ідентичності — 46 осіб, що становить 83,6 % вибірки. Це свідчить про те, що більшість респондентів загалом позитивно ставляться до обраної професії, усвідомлюють її значущість та виявляють інтерес до майбутньої професійної діяльності, однак їхні професійні цілі, уявлення про власне професійне майбутнє та ступінь ототожнення себе з професійною роллю ще перебувають на стадії формування. Високий рівень професійної ідентичності було зафіксовано у 9 студентів, що становить 16,4 %, що вказує на наявність у цієї частини опитаних чітких професійних орієнтирів, усвідомленого ставлення до професії психолога та готовності до професійного саморозвитку. Низький рівень у вибірці не виявлено, що загалом може свідчити про достатньо позитивне ставлення студентів до обраного фаху та про наявність базового професійного самовизначення вже на етапі навчання (рис. 2.1).



Рисунок 2.1 - Рівні сформованості професійної ідентичності студентів-психологів за методикою О. Єрмолаєвої

Важливою психологічною характеристикою майбутнього фахівця-психолога є здатність до рефлексії, тобто усвідомлення та аналізу власних думок, переживань і поведінки. Рефлексивність відіграє значну роль у професійній діяльності психолога, оскільки сприяє глибшому розумінню власного внутрішнього світу, підвищує рівень самосвідомості та забезпечує ефективність міжособистісної взаємодії з іншими людьми. У зв’язку з цим на наступному етапі дослідження було здійснено діагностику рівня розвитку рефлексивності студентів за методикою А. Карпова. Результати дослідження подано у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 - Рівні розвитку рефлексивності студентів-психологів за методикою А. Карпова

Рівень	Кількість осіб	%
Високий	12	21,8
Середній	34	61,8
Низький	9	16,4
Разом	55	100,0

Аналіз результатів дослідження рівня розвитку рефлексивності студентів-психологів показав, що найбільша частка респондентів демонструє середній рівень рефлексивності — 34 особи, що становить 61,8 % вибірки. Це свідчить про те, що більшість студентів здатні аналізувати власні думки, поведінку та життєві ситуації, однак ця здатність ще не є достатньо стабільною та системною. Високий рівень рефлексивності було виявлено у 12

студентів (21,8 %), що характеризує їх як осіб із добре розвиненою здатністю до самоаналізу, усвідомлення власних переживань та оцінювання результатів власної діяльності. Низький рівень рефлексивності спостерігається у 9 респондентів (16,4 %), що може свідчити про недостатній розвиток навичок самоспостереження та осмислення власних дій і переживань. Отримані результати загалом відповідають віковим особливостям студентської молоді та специфіці професійної підготовки майбутніх психологів, у яких здатність до рефлексії поступово формується в процесі навчання та професійного становлення (рис. 2.2).

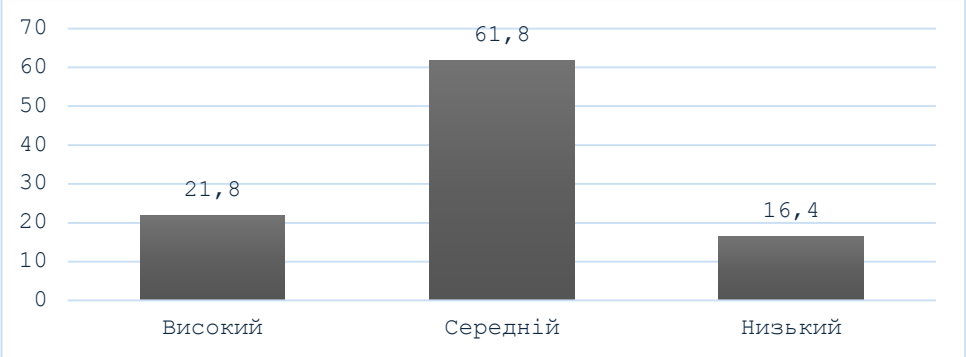


Рисунок 2.2 - Рівні розвитку рефлексивності студентів-психологів за методикою А. Карпова

Наступним етапом дослідження було визначення рівня готовності студентів до саморозвитку за методикою С. Кузікової. Саморозвиток є важливою складовою професійного становлення майбутнього психолога, оскільки передбачає усвідомлене прагнення особистості до самовдосконалення, розширення знань, розвитку професійних якостей та реалізації власного потенціалу. Результати дослідження рівня саморозвитку студентів-психологів подано у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3 - Рівні готовності до саморозвитку студентів-психологів за методикою С. Кузікової

Рівень	Кількість осіб	%
Високий	17	30,9
Середній	33	60,0
Низький	5	9,1
Разом	55	100,0

Аналіз отриманих результатів свідчить, що у більшості студентів-психологів спостерігається середній рівень готовності до саморозвитку — 33 особи, що становить 60,0 % вибірки. Це означає, що респонденти загалом орієнтовані на особистісне та професійне зростання, прагнуть удосконалювати власні знання та здібності, однак процес саморозвитку може бути недостатньо системним або потребувати додаткової мотивації. Високий рівень саморозвитку виявлено у 17 студентів (30,9 %), що свідчить про виражене прагнення до самовдосконалення, активність у досягненні поставлених цілей та усвідомлене ставлення до власного професійного становлення. Низький рівень саморозвитку було зафіксовано у 5 респондентів (9,1 %), що може свідчити про недостатню сформованість потреби у самовдосконаленні або про невизначеність життєвих і професійних цілей (рис. 2.3).

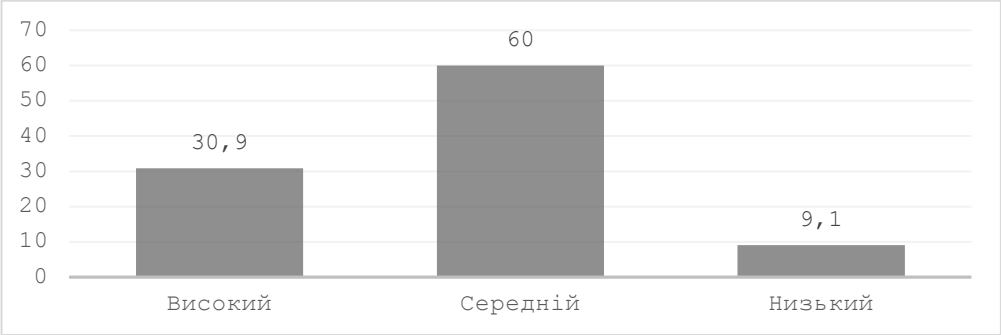


Рисунок 2.3 - Рівні готовності до саморозвитку студентів-психологів за методикою С. Кузікової

Узагальнення результатів емпіричного дослідження дозволяє зробити висновок про особливості розвитку професійної ідентичності студентів-психологів. Аналіз отриманих даних засвідчив, що за більшістю досліджуваних показників у респондентів переважає середній рівень розвитку відповідних психологічних характеристик. Зокрема, за методикою діагностики професійної ідентичності встановлено домінування середнього рівня сформованості професійної ідентичності, що свідчить про поступовий процес професійного самовизначення студентів та формування уявлень про власну майбутню професійну діяльність.

Подібна тенденція спостерігається і щодо рівня розвитку рефлексивності. Більшість студентів продемонстрували середній рівень здатності до самоаналізу, що характеризує їх як осіб, які здатні осмислювати власні дії та переживання, проте ці навички ще перебувають на стадії активного розвитку. Це є цілком закономірним для студентського віку, оскільки формування професійної рефлексії значною мірою пов'язане з процесом навчання та набуттям практичного досвіду.

Щодо рівня готовності до саморозвитку, результати також свідчать про переважання середнього рівня, що вказує на наявність у студентів прагнення до особистісного та професійного вдосконалення. Разом з тим частина респондентів демонструє високий рівень саморозвитку, що свідчить про їхню активну позицію у процесі професійного становлення, готовність працювати над власними компетентностями та досягати поставлених цілей.

Таким чином, отримані результати свідчать про те, що більшість студентів-психологів перебувають на етапі активного формування професійної ідентичності**,** що супроводжується розвитком рефлексивності та прагненням до саморозвитку. Це підтверджує, що процес професійного становлення майбутнього психолога є поступовим і значною мірою залежить від умов навчання, особистісної мотивації та можливостей для професійного самовдосконалення.

2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів

На наступному етапі емпіричного дослідження було здійснено аналіз взаємозв'язків між досліджуваними психологічними показниками. Відповідно до сформульованої гіпотези передбачалося, що розвиток професійної ідентичності майбутнього психолога пов'язаний із рівнем самоставлення особистості та готовністю до саморозвитку. Таким чином, для підтвердження або спростування даного припущення необхідно було встановити характер взаємозв'язків між відповідними показниками.

З метою визначення сили та напрямку взаємозв'язків між досліджуваними змінними було проведено кореляційний аналіз. Оскільки результати психодіагностичних методик мають порядковий характер, для статистичної обробки даних було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (ρ), який дозволяє встановити ступінь взаємозв'язку між змінними без припущення про нормальний розподіл даних. Результати кореляційного аналізу подано у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4 - Кореляційні зв'язки між показниками професійної ідентичності, самоставлення та саморозвитку (ρ Спірмена)

Показники	Професійна ідентичність	Самоставлення	Саморозвиток
Професійна ідентичність	1,00	0,46	0,52
Самоставлення	0,46	1,00	0,41
Саморозвиток	0,52	0,41	1,00

($p \leq 0,05$)

Результати кореляційного аналізу свідчать про наявність статистично значущих позитивних зв'язків між досліджуваними психологічними показниками. Найбільш виражений взаємозв'язок виявлено між рівнем професійної ідентичності та саморозвитком студентів (ρ = 0,52). Отриманий результат свідчить про те, що студенти, які демонструють більш виражене прагнення до особистісного та професійного вдосконалення, мають більш сформовану професійну ідентичність (рис. 2.4).

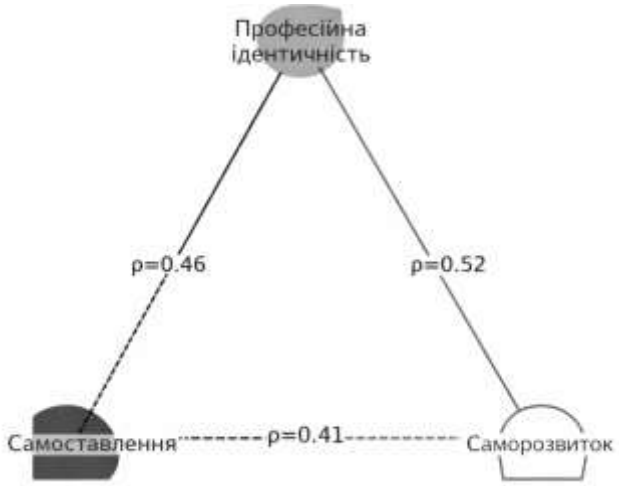


Рисунок 2.4 – Схема кореляційних зв'язків між показниками професійної ідентичності, самоставлення та саморозвитку

Іншими словами, орієнтація на саморозвиток, бажання підвищувати власний рівень знань, розвивати професійні компетентності та реалізовувати власний потенціал сприяють формуванню усвідомленого ставлення до майбутньої професійної діяльності.

Також встановлено помірний позитивний зв'язок між професійною ідентичністю та самоставленням (ρ = 0,46). Це означає, що позитивне ставлення до себе, прийняття власної особистості, впевненість у власних можливостях та адекватна самооцінка сприяють формуванню професійної ідентичності майбутніх психологів. Студенти, які характеризуються більш позитивним самоставленням, як правило, демонструють більш чітке усвідомлення своєї професійної ролі та більш відповідальне ставлення до обраної професії.

Крім того, виявлено позитивний взаємозв'язок між самоставленням та саморозвитком (ρ = 0,41). Це свідчить про те, що ці психологічні характеристики взаємопов'язані між собою: студенти, які позитивно сприймають себе, приймають власні сильні та слабкі сторони та мають адекватну самооцінку, частіше проявляють прагнення до особистісного зростання, самовдосконалення та професійного розвитку.

Таким чином, результати кореляційного аналізу підтверджують наявність взаємозв'язків між професійною ідентичністю, самоставленням та готовністю до саморозвитку студентів-психологів. Отримані дані свідчать про те, що розвиток професійної ідентичності майбутнього психолога значною мірою пов'язаний із внутрішніми особистісними чинниками, зокрема особливостями самосприйняття та орієнтацією на самовдосконалення.

Узагальнення результатів емпіричного дослідження, зокрема встановлених кореляційних зв'язків між рівнем емоційного інтелекту, самооцінкою та соціальною ізоляцією, дозволило не лише виявити характер взаємодії досліджуваних змінних, але й обґрунтувати необхідність розроблення практично орієнтованих рекомендацій . З огляду на це було сформовано комплекс заходів, спрямованих на зниження рівня соціальної

ізоляції у студентської молоді шляхом розвитку емоційного інтелекту та корекції самооцінки (табл. 2.3).

Запропонований комплекс рекомендацій відображає системний підхід до подолання соціальної ізоляції, оскільки охоплює як внутрішньоособистісні, так і поведінкові та соціальні аспекти функціонування особистості. Кожен із запропонованих заходів має чітке психологічне обґрунтування та спрямований на активізацію конкретних механізмів, що були визначені у ході емпіричного дослідження як значущі чинники соціальної ізольованості.

Зокрема, заходи, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, передбачають формування здатності до усвідомлення та аналізу власних емоційних станів. Використання щоденника емоцій дозволяє студентам систематизувати власний емоційний досвід, що сприяє розвитку рефлексивних процесів та підвищенню рівня емоційної компетентності. Регулярне самоспостереження, у свою чергу, формує навичку оперативного усвідомлення емоцій, що є важливим чинником ефективної міжособистісної взаємодії. Особливу роль відіграє техніка «емоційної паузи», яка забезпечує можливість контролю імпульсивних реакцій та сприяє більш конструктивному реагуванню у соціальних ситуаціях.

Таблиця 2.5 – Комплекс практичних рекомендацій щодо зниження соціальної ізоляції у студентської молоді

Напрям роботи	Захід	Зміст заходу	Очікуваний результат
Розвиток емоційного інтелекту	Щоденник емоцій	Щоденна фіксація емоцій, ситуацій та реакцій	Підвищення емоційної усвідомленості
Розвиток емоційного інтелекту	Самоспостереження	Регулярне визначення власного емоційного стану	Формування навичок ідентифікації емоцій
Розвиток емоційного інтелекту	Техніка «емоційної паузи»	Контроль реакцій через паузу та усвідомлення	Зниження імпульсивності
Корекція самооцінки	Фіксація досягнень	Запис власних успіхів щодня	Підвищення впевненості

Продовження таблиці 2.5

Корекція самооцінки	Когнітивна перебудова	Заміна негативних установок на позитивні	Зниження соціальної тривожності
Поведінкова активізація	Розширення контактів	Щоденне ініціювання соціальної взаємодії	Зменшення ізоляції
Групова робота	Тренінги	Рольові ігри, вправи на комунікацію	Розвиток соціальних навичок
Освітнє середовище	Адаптаційні програми	Залучення до групової діяльності	Підвищення соціальної включеності

Не менш важливим напрямом є корекція самооцінки, оскільки саме вона визначає рівень соціальної впевненості та готовність особистості до встановлення контактів. Практика фіксації досягнень спрямована на формування позитивного образу «Я» та зниження тенденції до самокритики, що особливо характерно для молоді із заниженою самооцінкою. Водночас когнітивна перебудова негативних установок дозволяє змінити деструктивні моделі мислення, які часто виступають психологічним бар’єром у міжособистісній взаємодії.

Важливе місце у запропонованій системі заходів посідає поведінкова активізація, що передбачає свідоме розширення соціальних контактів. Такий підхід ґрунтується на положенні про те, що соціальна ізоляція підтримується не лише внутрішніми переживаннями, але й обмеженням реальної соціальної активності. Регулярне ініціювання навіть незначних соціальних взаємодій сприяє формуванню позитивного досвіду спілкування та поступовому зниженню рівня соціальної тривожності.

Групова форма роботи, представлена у вигляді тренінгових занять, дозволяє створити безпечне середовище для розвитку соціальних навичок та отримання зворотного зв’язку. У процесі таких занять студенти мають можливість відпрацьовувати моделі поведінки у типових соціальних ситуаціях, що підвищує їхню впевненість у реальній взаємодії. Крім того, групова динаміка сприяє формуванню відчуття належності та зменшенню переживання ізольованості.

На рівні освітнього середовища важливим є створення умов, що стимулюють соціальну включеність студентів. Адаптаційні програми, особливо на початкових етапах навчання, сприяють формуванню соціальних зв’язків та зниженню рівня дезадаптації. Залучення студентів до колективних форм діяльності дозволяє розширити коло соціальних контактів та підвищити рівень соціальної активності.

Таким чином, запропоновані рекомендації мають комплексний характер та спрямовані на подолання соціальної ізоляції через вплив на ключові психологічні механізми, визначені у ході дослідження. Їх практична реалізація сприятиме не лише зниженню рівня ізольованості, але й підвищенню загального рівня психологічного благополуччя студентської молоді.

ВИСНОВКИ

У результаті виконання кваліфікаційної роботи здійснено комплексне теоретичне та емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів, що дало змогу досягти поставленої мети та розв’язати визначені завдання.

На основі теоретичного аналізу наукової літератури встановлено, що професійна ідентичність є складним інтегративним психологічним утворенням, яке формується у процесі професіогенезу та відображає рівень усвідомлення, прийняття й реалізації професійної ролі у структурі «Я». Визначено її структуру, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти.

З’ясовано, що формування професійної ідентичності відбувається під впливом взаємодії внутрішніх (самосвідомість, рефлексивність, мотивація до саморозвитку, емпатія, ціннісно-смислова сфера) та зовнішніх чинників (освітнє середовище, професійна соціалізація, практика, супервізія). Встановлено, що специфіка діяльності психолога зумовлює підвищені вимоги до рівня особистісної зрілості, рефлексії та емоційної саморегуляції.

Доведено, що професійна ідентичність має динамічний характер і формується поетапно — від первинного самовизначення до інтеграції професійної ролі у структуру особистості. Встановлено, що процес її розвитку супроводжується кризовими явищами, які виконують як дестабілізуючу, так і розвивальну функцію.

У межах емпіричного дослідження визначено рівень сформованості професійної ідентичності студентів-психологів та пов’язаних із нею характеристик — рефлексивності та готовності до саморозвитку.

Встановлено, що у більшості студентів переважає середній рівень професійної ідентичності (83,6 %), що свідчить про її поступове формування. Високий рівень (16,4 %) характеризує наявність чіткої професійної позиції та готовності до розвитку. Низький рівень не зафіксовано.

З’ясовано, що рівень рефлексивності у більшості респондентів є середнім (61,8 %), що вказує на стадію активного формування цієї якості. Високий рівень (21,8 %) свідчить про розвинені навички самоаналізу, тоді як низький (16,4 %) вказує на потребу в їх цілеспрямованому розвитку.

Встановлено, що готовність до саморозвитку також переважно знаходиться на середньому рівні (60,0 %), що свідчить про наявність мотивації до розвитку при недостатній її системності. Високий рівень (30,9 %) характеризує активну особистісну позицію, тоді як низький (9,1 %) вказує на недостатню визначеність професійних цілей.

У результаті кореляційного аналізу встановлено наявність взаємозв’язків між професійною ідентичністю, самоставленням і готовністю до саморозвитку, що підтверджує гіпотезу дослідження та свідчить про значущість внутрішніх особистісних ресурсів у процесі професійного становлення.

Встановлені у ході дослідження статистично значущі кореляційні зв’язки між рівнем емоційного інтелекту, самооцінкою та показниками соціальної ізоляції дозволили не лише підтвердити висунуту гіпотезу, але й обґрунтувати практичну доцільність цілеспрямованого психологічного впливу на зазначені характеристики . Зокрема, результати дослідження стали підґрунтям для розроблення комплексу практичних рекомендацій, спрямованих на зниження рівня соціальної ізольованості у студентської молоді шляхом розвитку емоційного інтелекту, корекції самооцінки та активізації соціальної поведінки. Запропоновані заходи мають системний характер і охоплюють індивідуальний, груповий та освітній рівні впливу, що забезпечує їх комплексність та підвищує ефективність у контексті профілактики та подолання соціальної ізоляції. Їх впровадження у практику психологічної роботи зі студентами сприятиме підвищенню рівня соціальної адаптації, покращенню якості міжособистісної взаємодії та загального психологічного благополуччя молоді.

Практичне значення результатів полягає у можливості їх використання у професійній підготовці студентів-психологів, зокрема для розробки програм

психологічного супроводу, спрямованих на розвиток професійної ідентичності, рефлексивності та мотивації до саморозвитку.

Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки, вивченні динаміки розвитку професійної ідентичності на різних етапах підготовки, а також у дослідженні впливу додаткових психологічних чинників (емоційного інтелекту, мотивації, стресостійкості).

Отже, доведено, що професійна ідентичність є ключовим показником професійного становлення майбутнього психолога, який визначає рівень його готовності до професійної діяльності та саморозвитку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієвська-Семеника О. Формування професійної ідентичності майбутніх психологів. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності.* 2020. Т. 21. С. 102–106.

2. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.

3. Болтівець С. І. Професійне самовизначення особистості в умовах сучасного суспільства : монографія. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 320 с.

4. Каліужна Є. М. Професійна свідомість майбутнього практичного психолога. *Наукові перспективи*. 2025. № 1(55). С. 215–223.

5. Клибанівська Т. М. Професійна ідентичність: теоретичний аспект. *Теорія і практика сучасної психології.* 2020. Т. 2, № 1. С. 52–56.

6. Коняєва Л., Шопша М. Професійна ідентичність студентів-психологів на адаптаційному етапі професійної соціалізації у закладі вищої освіти. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом.* Серія : Психологія. 2024. Вип. 2(63). С. 5–16.

7. Костюніна О. В. Психологічні особливості формування професійної ідентичності педагогів-організаторів : дис. ... канд. психол. наук. Одеса : Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського, 2024. 248 с.

8. Кочкурова О. В. Професійна ідентичність майбутніх учителів: теоретичний аспект. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. 2009. № 25. С. 112–118.

9. Ляшенко О. Особливості становлення професійної ідентичності майбутніх психологів у процесі навчання. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* Серія 12 : Психологічні науки. 2021. Вип. 16(61). С. 52–61.

10. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія. Київ : КММ, 2006. 240 с.

11. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 296 с.

12. Марчук Л. М. Професійна ідентичність майбутніх психологів та її психологічні детермінанти : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2016. 231 с.

13. Мурга Р. В. Психологічні особливості розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник І. А. Лопащук. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича, 2023. 98 с.

14. Палько Т. В. Вступ до спеціальності у презентаціях і схемах : метод. рек. для здобувачів вищої освіти спеціальності 053 «Психологія». Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», 2024. 59 с.

15. Перетятько Л. Г., Тесленко М. М. Професійна самоідентичність майбутніх психологів у закладах вищої освіти. *Психологія і особистість*. 2022. Т. 12, № 2. С. 139–152.

16. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості : монографія. Київ : Наш час, 2007. 280 с.

17. Радзімовська О. В. Психологічні чинники розвитку професійної ідентичності учнів професійно-технічних навчальних закладів : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2017. 245 с.

18. Русановський І. Р. Психологічні особливості професійної ідентичності студентів-психологів : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Р. М. Попелюшко. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича, 2023. 87 с.

19. Савчин М. В. Психологія відповідальної поведінки : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2008. 248 с.

20. Савіцька О. В. Модель управління розвитком професійної ідентичності. *Габітус.* 2025. № 69(2). С. 112–118.

21. Самоставлення та співзалежна поведінка особистості. *Psychological Journal.* 2023. Т. 9, № 2. С. 45–56.

22. Семиченко В. А. Психологія професійної діяльності : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2004. 336 с.

23. Сердюк Л. З., Отенко С. В. Psychological well-being and personal resources of personality. Organizational Psychology. *Economic Psychology*. 2021. № 1 (21). С. 82–93.

24. Титаренко Т. М. Життєтворчість особистості: психологічні проблеми : монографія. Київ : Либідь, 2014. 280 с.

25. Титаренко Т. М. Особистість у кризових умовах життя : монографія. Київ : Міленіум, 2008. 272 с.

26. Шахов В. І. Особливості професійної ідентичності студента-психолога в структурі його професійної самосвідомості. *Наукові записки ВДПУ ім. М. Коцюбинського.* Серія : Педагогіка і психологія. 2021. Вип. 65. С. 89–95.

27. Шахов В., Шахов В. Особливості становлення професійної ідентичності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. *Наукові записки ВДПУ ім. М. Коцюбинського.* Серія : Педагогіка і психологія. 2023. Вип. 74. С. 89–95.

28. Шахов В., Шахов В. Професійна самосвідомість студентів-психологів у динаміці фахової підготовки. *Наукові записки ВДПУ ім. М. Коцюбинського.* Серія : Педагогіка і психологія. 2024. Вип. 80. С. 101–108.

29. Шевченко Н. Ф. Професійна свідомість психолога: методологічний та прикладний аспекти. *Проблеми сучасної психології.* 2012. № 1. С. 16–23.

30. Шевченко Н. Ф. Професійна свідомість практичного психолога як феномен. *Наука і освіта.* 2005. № 1–2. С. 43–48.

31. Шевченко Н. Ф. Основи психотерапії : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2017. 120 с.

32. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції : монографія. Київ : Вища школа, 2004. 344 с.

33. Barraclough S. On becoming a counsellor: identity development in professional training. *British Journal of Guidance & Counselling*. 2024. Vol. 52, № 3. P. 345–360.

34. Cornett M., Foster A., Mahoney P. Professional identity research in the health professions: a systematic review. *Medical Education.* 2022. Vol. 56, № 8. P. 785–797.

35. Erikson E. H. Childhood and society. New York : W. W. Norton, 1963. 445 p.

36. Faida E. W. Professional identity development of online counselors. *International Journal of Research in Counseling.* 2025. Vol. 4, № 1. P. 22–34.

37. Frankl V. E. Man's search for meaning. Boston : Beacon Press, 1959. 184 p.

38. Harrison M. G., Clarke D., Morris J. The professional identity of school counsellors: a scoping review. *Counselling and Psychotherapy Research.* 2025. Vol. 25, № 1. P. 75–90.

39. Holland J. L. Making vocational choices: a theory of vocational personalities and work environments. 3rd ed. Odessa : Psychological Assessment Resources, 1997. 304 p.

40. Marcia J. E. Identity in adolescence. Handbook of Adolescent Psychology / ed. J. Adelson. New York : Wiley, 1980. P. 109–137.

41. O'Driscoll C., Pillay B., Ramnath S. The identity of clinical associates in psychology. *BMC Medical Education.* 2024. Vol. 24. Art. 58. P. 1–12.

42. Reissner S. Manifestations of professional identity work: an integrative review. *Studies in Higher Education*. 2024. Vol. 49, № 6. P. 1021–1035.

43. Rogers C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 420 p.

44. Schubert S., Williams C., Green H. The development of professional identity in clinical psychologists: a scoping review. *Medical Education.* 2023. Vol. 57, № 4. P. 356–368.

45. Schubert S., Green H., Williams C. Interrogation in clinical supervision sessions: exploring how supervision shapes professional identity. *Social Science & Medicine.* 2023. Vol. 320. Art. 115707. P. 1–9.

46. Super D. E. A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior.* 1980. Vol. 16. P. 282–298.

47. Tajfel H. Human groups and social categories: studies in social psychology. Cambridge : Cambridge University Press, 1981. 369 p.

48. Turner J. C., Hogg M. A., Oakes P. J., Reicher S. D., Wetherell M. S. Rediscovering the social group: a self-categorization theory. Oxford : Blackwell, 1987. 239 p.

ДОДАТКИ

Додаток А
Методика діагностики професійної ідентичності
(адаптована О.Радзімовською)

Методика діагностики професійної ідентичності, запропонована О. П. Єрмолаєвою, спрямована на визначення рівня сформованості професійної ідентичності особистості. Професійна ідентичність розглядається як усвідомлення людиною своєї належності до певної професійної діяльності, прийняття професійних цінностей та формування уявлень про власне професійне майбутнє.

Методика дозволяє дослідити ставлення особистості до обраної професії, ступінь усвідомлення власної професійної ролі, рівень професійної мотивації та готовність до професійного саморозвитку.

Інструкція для респондентів

Вам пропонується ряд тверджень, що стосуються Вашого ставлення до обраної професії та професійного майбутнього.

Уважно прочитайте кожне твердження та визначте, наскільки воно відповідає Вашим власним переконанням і відчуттям.

Оберіть один із варіантів відповіді:

1 — повністю не згоден

2 — скоріше не згоден

3 — важко відповісти

4 — скоріше згоден

5 — повністю згоден

В опитувальнику немає правильних або неправильних відповідей. Важливо відповідати щиро.

Опитувальник

1. Я впевнений(а), що обрав(ла) правильну професію.
2. Мені цікаво дізнаватися більше про свою майбутню професійну діяльність.

3. Я добре уявляю, чим буду займатися у своїй професії.
4. Я відчуваю, що обрана професія відповідає моїм здібностям.
5. Я часто замислююся над своїм професійним майбутнім.
6. Я прагну стати хорошим фахівцем у своїй професійній сфері.
7. Я бачу себе у майбутньому успішним спеціалістом.
8. Я намагаюся розвивати якості, необхідні для майбутньої професії.
9. Я відчуваю відповідальність за свій професійний вибір.
10. Я планую свій професійний розвиток.
11. Я іноді сумніваюся у правильності вибору професії.
12. Мені важко уявити своє професійне майбутнє.
13. Я не завжди впевнений(а), що хочу працювати за обраною спеціальністю.
14. Я рідко думаю про свою майбутню професійну діяльність.
15. Я не завжди розумію свої професійні цілі.
16. Я активно цікавлюся професійною діяльністю у своїй сфері.
17. Я прагну розвивати свої професійні компетентності.
18. Я відчуваю внутрішню мотивацію працювати у своїй професії.
19. Я усвідомлюю значення своєї майбутньої професії для суспільства.
20. Я прагну до професійного самовдосконалення.

Обробка результатів

Підраховується загальна сума балів за всіма твердженнями.

Зворотні твердження: 11, 12, 13, 14, 15

Для них проводиться інверсія шкали:

1 → 5

2 → 4

3 → 3

4 → 2

5 → 1

Після цього підраховується загальна сума балів.

Мінімальний результат — 20 балів

Максимальний результат — 100 балів

Інтерпретація результатів

Високий рівень професійної ідентичності (76–100 балів) Респондент має сформоване уявлення про майбутню професійну діяльність, позитивно ставиться до обраної професії та ототожнює себе з професійною роллю.

Середній рівень професійної ідентичності (51–75 балів) Професійна ідентичність перебуває на стадії формування. Респондент загалом позитивно ставиться до обраної професії, але його професійні цілі ще недостатньо визначені.

Низький рівень професійної ідентичності (20–50 балів) Респондент має недостатньо сформоване уявлення про професійне майбутнє, може сумніватися у правильності професійного вибору або не ототожнювати себе з обраною професією.

Додаток Б

Методика дослідження самоставлення

(адаптована Л. Сердюк, С. Отенко)

Методика дослідження самоставлення (Self-Attitude Questionnaire), розроблена В. В. Століним та С. Р. Пантелєєвим, призначена для вивчення структури самоставлення особистості. Самоставлення розглядається як система емоційно-ціннісного ставлення людини до самої себе, що включає самооцінку, самоповагу, самоприйняття та рівень самокритичності.

Методика дозволяє дослідити різні аспекти самосвідомості особистості та визначити особливості її ставлення до власного «Я». Отримані результати дають можливість оцінити рівень позитивного або негативного самоставлення, а також особливості внутрішнього образу себе.

Інструкція для респондентів

Перед вами наведено ряд тверджень, що стосуються різних аспектів ставлення людини до себе.

Уважно прочитайте кожне твердження та визначте, чи погоджуєтесь ви з ним.

Якщо твердження відповідає вашим переконанням або відчуттям — поставте знак «+», якщо не відповідає — «–».

В опитувальнику немає правильних або неправильних відповідей. Важливо відповідати щиро.

Опитувальник

1. Я задоволений(а) собою.
2. Я часто сумніваюся у своїх можливостях.
3. Я відчуваю повагу до себе.
4. Іноді я відчуваю себе невпевненим(ою).
5. Я вважаю себе цікавою людиною.
6. Я часто незадоволений(а) собою.
7. Я відчуваю, що можу впливати на власне життя.
8. Я часто відчуваю внутрішню невпевненість.
9. Я вважаю себе гідною людиною.
10. Іноді мені здається, що я мало чого вартий(та).

11. Я приймаю себе таким(ою), яким(ою) я є.
12. Я часто критикую себе.
13. Я впевнений(а) у своїх можливостях.
14. Я часто відчуваю внутрішні суперечності.
15. Я відчуваю повагу до власної особистості.
16. Іноді я відчуваю розчарування у собі.
17. Я позитивно ставлюся до себе.
18. Я часто звинувачую себе у невдачах.
19. Я вважаю себе здатним(ою) до розвитку.
20. Я сумніваюся у своїй цінності як особистості.
21. Я відчуваю впевненість у собі.
22. Я іноді відчуваю внутрішню слабкість.
23. Я поважаю свої переконання.
24. Я часто думаю, що міг(могла) б бути кращим(ою).
25. Я приймаю свої сильні і слабкі сторони.
26. Я часто відчуваю внутрішню незадоволеність собою.
27. Я вважаю, що маю багато позитивних якостей.
28. Іноді я відчуваю внутрішній конфлікт.
29. Я вірю у свої можливості.
30. Я часто відчуваю невпевненість у собі.
31. Я задоволений(а) тим, ким я є.
32. Іноді я відчуваю, що не відповідаю власним очікуванням.
33. Я відчуваю внутрішню гармонію.
34. Я часто незадоволений(а) своїми вчинками.
35. Я поважаю себе як особистість.
36. Я іноді відчуваю розчарування у своїх можливостях.
37. Я впевнений(а) у власній цінності.
38. Я часто відчуваю сумніви щодо себе.
39. Я вважаю себе самостійною людиною.
40. Іноді я відчуваю внутрішню розгубленість.
41. Я позитивно оцінюю себе.
42. Я іноді відчуваю внутрішню слабкість.

43. Я вважаю себе гідною поваги людиною.
44. Я часто сумніваюся у правильності своїх рішень.
45. Я вірю у свій потенціал.

Обробка результатів

У методиці оцінюються кілька основних компонентів самоставлення:

— самоповага
— самоприйняття
— самовпевненість
— внутрішня конфліктність
— самокритичність
— саморозуміння
— самоцінність
— самозвинувачення

За кожну відповідь, що відповідає ключу методики, нараховується 1 бал.

Підрахунок балів здійснюється окремо за кожною шкалою, після чого визначається загальний рівень самоставлення особистості.

Інтерпретація результатів

Високий рівень позитивного самоставлення характеризується високою самооцінкою, впевненістю у власних можливостях, прийняттям себе та позитивним ставленням до власної особистості.

Середній рівень самоставлення свідчить про відносну стабільність самооцінки, проте можливі певні внутрішні сумніви та періодичні коливання у ставленні до себе.

Низький рівень самоставлення характеризується підвищеною самокритичністю, невпевненістю у власних можливостях, внутрішніми суперечностями та незадоволеністю собою.

Додаток В

Методика діагностики рівня саморозвитку особистості (С. Кузікова)

Методика діагностики рівня саморозвитку особистості, розроблена С. Б. Кузіковою, спрямована на визначення готовності особистості до саморозвитку та самовдосконалення. Саморозвиток розглядається як усвідомлений процес особистісного та професійного зростання, що включає прагнення людини до вдосконалення власних якостей, здібностей та компетентностей.

Методика дозволяє оцінити такі аспекти саморозвитку особистості:

— прагнення до самовдосконалення;

— готовність до особистісного зростання;

— здатність до постановки життєвих і професійних цілей;

— активність у реалізації власного потенціалу.

У контексті професійної підготовки майбутніх психологів саморозвиток є важливою складовою професійного становлення, оскільки сприяє розвитку професійної компетентності, рефлексивності та усвідомленню власних можливостей у майбутній професійній діяльності.

Інструкція для респондентів

Вам пропонується ряд тверджень, що характеризують різні аспекти особистісного та професійного розвитку людини.

Уважно прочитайте кожне твердження та визначте, наскільки воно відповідає Вашим переконанням і поведінці.

Оберіть один із варіантів відповіді:

1 — повністю не згоден

2 — скоріше не згоден

3 — важко відповісти

4 — скоріше згоден

5 — повністю згоден

У цьому опитувальнику немає правильних або неправильних відповідей. Намагайтеся відповідати щиро.

Опитувальник

1. Я прагну постійно вдосконалювати свої знання.
2. Я часто замислююся над своїм особистісним розвитком.
3. Я ставлю перед собою цілі самовдосконалення.
4. Я прагну розвивати свої здібності.
5. Я намагаюся аналізувати свої помилки.
6. Я прагну досягати нових результатів у діяльності.
7. Я намагаюся розвивати свої професійні якості.
8. Я відчуваю потребу у саморозвитку.
9. Я планую свій особистісний розвиток.
10. Я намагаюся працювати над своїми недоліками.
11. Я прагну до самореалізації.
12. Я намагаюся досягати поставлених цілей.
13. Я активно шукаю нові можливості для розвитку.
14. Я прагну розширювати свій кругозір.
15. Я прагну ставати кращим фахівцем.
16. Я намагаюся вдосконалювати свої професійні навички.
17. Я прагну підвищувати рівень своїх знань.
18. Я намагаюся розвивати свої особистісні якості.
19. Я прагну до постійного самовдосконалення.
20. Я прагну реалізувати свій потенціал.
21. Я часто думаю про своє майбутнє.
22. Я прагну досягати поставлених життєвих цілей.
23. Я намагаюся ставати більш компетентним у своїй діяльності.
24. Я прагну постійно навчатися новому.
25. Я прагну підвищувати рівень своєї професійної майстерності.
26. Я намагаюся розвивати свої здібності у різних сферах діяльності.
27. Я прагну вдосконалювати свою особистість.
28. Я намагаюся розвивати свої можливості.
29. Я прагну до постійного особистісного зростання.
30. Я прагну реалізувати свої життєві можливості.

Обробка результатів

Підраховується загальна сума балів за всіма твердженнями.

Мінімальна кількість балів — 30

Максимальна кількість балів — 150

Чим вищий результат, тим вищий рівень готовності особистості до саморозвитку.

Інтерпретація результатів

Високий рівень саморозвитку (111–150 балів) Респондент демонструє виражене прагнення до особистісного та професійного вдосконалення, активно працює над розвитком власних здібностей та реалізацією життєвих цілей.

Середній рівень саморозвитку (71–110 балів) Респондент загалом орієнтований на саморозвиток, однак процес самовдосконалення може бути недостатньо системним або послідовним.

Низький рівень саморозвитку (30–70 балів) Респондент не проявляє вираженого прагнення до самовдосконалення та рідко замислюється над необхідністю особистісного розвитку.