

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра практичної психології

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Мірошник З.М.
_____ 2023 р.

Реєстраційний № _____
« ____ » _____ 2023 р.

СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО РОЗВИТКУ
ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Кваліфікаційна робота
студентки групи ЗПП-19
ступеня вищої освіти бакалавр
спеціальності 053 Психологія
Кучер Оксани Володимирівни

Науковий керівник:
канд.психол.наук, старший викладач
кафедри практичної психології
Михайленко О. Ю.

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS ____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____

Члени ЕК _____

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Кучер Оксана Володимирівна, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавав(ла) і не одержував(ла) недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомлений(а). Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	6
1.1. Аналіз наукових досліджень щодо особливостей підготовки студентів-психологів.....	6
1.2. Поняття особистісної зрілості та її структурних компонентів.....	9
1.3. Особистісна зрілість в системі значущих професійних якостей студентів-психологів.....	16
Висновки до розділу 1.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ТА ПРОЄКТ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	22
2.1. Організація емпіричного дослідження: опис методів та методик, характеристика вибірки.....	22
2.2. Узагальнені результати вивчення особливостей особистісної зрілості студентів-психологів.....	26
2.3. Проект програми психологічних інтервенцій щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.....	33
Висновки до розділу 2.....	37
ВИСНОВКИ.....	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	39

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема підготовки практичних психологів залишається актуальною впродовж багатьох років. Сьогодні це питання постає доволі гостро, оскільки Україна переживає надскладні часи, а українці, в свою чергу, потребують та будуть потребувати якісного психологічного супроводу та допомоги. Виклики сьогодення, зокрема пандемія COVID-19 та війна, ставлять нові складні задачі перед психологами-науковцями та психологами-практиками, вимагають швидкої перепідготовки та гнучкості у вирішенні нагальних питань сьогодення. Отже, ключовим етапом підготовки студентів-психологів має бути особистісна підготовка, яка інтегрує чимало елементів: здатність до самоаналізу та рефлексії, усвідомлення власних дій та вчинків, здатність діяти відповідно до системи цінностей, здатність до самопізнання та саморозвитку, здатність до ефективної комунікації та вирішення міжособистісних конфліктів і т.д.

Виклики сьогодення, значний попит на фахівців-психологів, потреба у якійсній підготовці майбутніх компетентних фахівців та відсутність одностайного тлумачення поняття особистісної зрілості зумовили вибір теми нашого дослідження: «Система психологічних заходів щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів».

Мета роботи полягає у теоретичному обґрунтуванні феномену особистісної зрілості та емпіричному дослідженні психологічних особливостей особистісної зрілості студентів-психологів.

Відповідно до мети дослідження ставимо перед собою наступні **завдання**:

1. Здійснити аналіз теоретичних підходів щодо професійної підготовки студентів-психологів.
2. Теоретично обґрунтувати феномен особистісної зрілості, проаналізувати наукові погляди щодо структури особистісної зрілості.

3. Обґрунтувати роль особистісної зрілості в сітсемі професійно значущих якостей психолога.

4. Емпірично дослідити особливості взаємозв'язку особистісної зрілості студентів-психологів з індивідуально-особистісними особливостями (зокрема, з самостваленням та самоактуалізацією).

5. Розробити та обґрунтувати програму психологічних інтервенцій щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.

Об'єкт дослідження – особистісна зрілість.

Предмет дослідження – система психологічних заходів щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.

Методи і методики дослідження. З метою аналізу і визначення актуального стану досліджуваної теми було використано наступні теоретичні методи: аналіз, вивчення, узагальнення й систематизація наукової літератури. Емпірична частина дослідження базувалася на наступних методах та методиках: тест-опитувальник особистісної зрілості (Ю. Гільбух), тест самоактуалізації (Е. Шостром), методика самоствалення (В.В. Столін, С.Р. Пантелеев). Статистичні методи дослідження включають кількісний та якісний аналіз даних емпіричного дослідження.

Експериментальна база дослідження. Експериментальною базою дослідження був Криворізький державний педагогічний університет (в онлайн форматі). У дослідженні приймали участь студенти-психологи денної форми навчання. Обсяг вибірки дослідження – 20 осіб (14 дівчат, 6 хлопців).

Структура роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку літератури який містить 33 джерела, 1 рисунку, 2 таблиць.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

1.1. Аналіз наукових досліджень щодо особливостей підготовки студентів-психологів.

Проблемою підвищення рівня професійної підготовки психологів, орієнтацією на компетентнісний підхід, розвиток професійно важливих якостей та розробкою системи психолого-педагогічних впливів на студентів-психологів переймається чимало вітчизняних дослідників: І.П. Андрійчук, О.Ф. Бондаренко, Ж.П. Вірна, Н.І. Дідик, Н.І. Іванцова, С.Д. Максименко, Л.А. Онуфрієва, В.Г. Панок, Н.В. Пророк, Н.І. Чепелева, Н.Ф. Шевченко, О.С. Штепа, Т.С. Яценко та ін. [5; 6; 7; 8; 17; 18; 30; 31; 32].

Нині суспільство усвідомлює велику потребу в психологічному супроводі майже усіх процесів життєдіяльності людей, у забезпеченні фахової компетентної допомоги та наданні якісних психологічних послуг. Доречно зазначає В.Г. Панок, що: «Сьогодні є усвідомлення необхідності максимально повного використання так званого «людського фактору» у всіх сферах виробництва, культурного, освітнього і навіть політичного життя. Тому попит на психологів різного ґатунку є найбільшим за всю відому нам історію. Відповідно на зростаючий попит є зростаюча пропозиція фахівців-психологів на ринку праці, зростання пропозицій психологічних послуг різних типів» [18, с.23]. Надскладні виклики сьогодення тільки посилюють попит на компетентних, особистісно зрілих фахівців, які здатні надавати якісну психологічну допомогу та бути гнучкими у вирішенні поставлених задач.

Значна кількість вітчизняних наукових досліджень присвячена проблемі підготовки студентів-психологів. Зокрема, вивчення професійно важливих якостей психолога відображено у роботах О.Ф. Бондаренка, В.Г. Панка, Н.І. Пов'якель, Н.В. Пророк, Н.В. Чепелевої. Дослідженням особливостей процесу професіоналізації психологів переймалися С.Д. Максименко та

Ж.П. Вірна. Проблему особистісного зростання психологів, особливостей розвитку професійного мислення, комунікативних здатностей, ціннісно-мотиваційної сфери у своїх роботах порушують Г.О. Балл, Н.Б. Іванцова, В.Д. Потапова, Т.М. Титаренко Н.В. Чепелева, В.А. Семиченко, Н.Ф. Шевченко. Рольову структуру особистості психолога, психологічні особливості розвитку рольової компетентності висвітлено у роботах П.П. Горностая, З.М. Мірошник, Б.В. Хомуленка, О.Ю. Михайленко. Чимало вітчизняних досліджень розкривають саме питання особистісної зрілості психологів та її структурних компонентів (Н.М. Дідик, Т.М. Титаренко, О.С. Штепа, Н.Ф. Шевченко, Т.С. Яценко та ін.) [5; 6; 7; 8; 24; 25; 30; 31; 32].

Досліджуючи систему організації підготовки студентів-психологів та міркуючи над особливостями «допомагаючої професії», Н.Ф. Шевченко та Н.В. Пророк виокремлюють три рівні підготовки, а саме:

1) світоглядний – покликаний формувати професійну свідомість майбутніх фахівців психології, сприяє усвідомленню професійного етикету, забезпечує засвоєння норм та правил поведінки відповідно до загальнолюдських цінностей;

2) професійний – спрямований на оволодіння необхідною системою базових теоретичних знань та практичних навичок діяльності відповідно до освітніх програм;

3) особистісний – покликаний на формування здатності до професійної ідентифікації. Даний рівень підготовки психологів спрямований на дослідження особистісних особливостей та розвиток професійно важливих якостей [18, с.369].

Відомо, що сучасна вища освіта покликана сформувати у здобувачів певні компетентності відповідно до обраної спеціальності. Отже, мова йде про компетентнісний підхід у навчанні. В свою чергу, сучасний тлумачний психологічний словник дає наступне визначення компетентності: «Компетентність (від лат. *competens* – відповідний, здатний) – психосоціальна

якість, яка означає силу і впевненість, що виходять із почуття власної успішності й корисності, які дають людині усвідомлення своєї спроможності ефективно взаємодіяти з оточенням» [18, с.203]. Отже, компетентність розуміємо як здатність особистості мобілізувати знання, уміння і навички відповідно до ситуації або поставленої задачі.

Таким чином, процес становлення і професійного розвитку студента-психолога у роки навчання буде залежати не тільки від сухого оволодіння теоретичними знаннями, а й від наполегливої та цілеспрямованої роботи над власною особистістю, особистісними якостями та здатностями. В своїх наукових дослідження І.В. Ульяніч акцентує увагу на здатності студентів вміти вчитися самостійно, що є запорукою для успішного оволодіння основними професійними компетентностями. Дослідник зауважує, що процес підготовки фахівців буде ефективним за умови наявності студентської компетентності – уміння вчитись самостійно, бути відкритим, проявляти професійну ініціативність [26, с.42]. Отже, для компетентного суб'єкта навчання будуть характерними наступні здатності:

- здатність засвоювати знання з власної ініціативи (не тільки програмові);
- прагнення застосовувати отримані теоретичні знання на практиці, переосмислювати наукові підходи, інтегрувати знання з різних предметів;
- здатність гнучко мислити, знаходити нові шляхи вирішення поставлених завдань, бути креативність;
- здатність до самостійного наукового пошуку на основі зіставлення даних свого досвіду;
- здатність до пошуку наукової істини, вирішення суперечностей у межах обраної спеціальності;
- здатність задовольняти свої потреби у нових наукових враженнях, бути учасником різноманітних конференцій, семінарів, тренінгів і т.д. [26].

Таким чином, одним із основних завдань професійного навчання є формування зрілої особистості, яка спроможна діяти самостійно, творчо та успішно. Питання реалізації компетентнісного підходу у підготовці студентів-психологів наразі залишається доволі актуальним та потребує розробки нових концептів щодо удосконалення змісту, форм і методів підготовчого процесу, який має бути зорієнтований на особистості майбутнього психолога-фахівця.

1.2. Поняття особистісної зрілості та її структурних компонентів.

Сьогодні, говорячи про важливість якісної підготовки студентів-психологів, доволі гостро постає питання щодо особистісної складової цього процесу, оскільки опанування лише професійними знаннями, уміннями і навичками не характеризує успішного і компетентного фахівця-психолога. Оскільки професійна діяльність психолога буде спрямована на роботу з іншою особистістю (або особистостями), варто чималу увагу в процесі навчання приділяти роботі над собою, дослідженню та вивченню своєї власної особистості. Отже, професійний розвиток студентів-психологів вже відбувається в процесі навчання, оскільки підготовка фахівців-психологів передбачає глибоку та досконалу роботу над особистістю самого студента.

Дослідники М. Барчій та О. Воронова здійснили глибокий теоретичний аналіз зарубіжних (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Ф. Перлз) та вітчизняних (С.Д. Максименко, Ю.З. Гільбух, Г.А. Дьоміна, Н.І. Дідик, О.О. Міненко, Т. М. Титаренко, О.С. Штепа) наукових підходів щодо тлумачення та розрізнення понять особистісної зрілості та професійної зрілості [2]. Ключова ідея полягає в тому, що особистісна зрілість зумовлена всім життєвим шляхом особистості, на якому професійне самовизначення та професійна діяльність посідають вагоме місце. Отже, професійна зрілість фактично є результатом особистісного росту та самовдосконалення.

Узагальнюючи результати досліджень, науковці виділяють наступні загальні характеристики професійно зрілої особистості [2, с.20]:

- здатність орієнтуватися на власну систему цінностей, виділяти себе з кола значимих осіб;
- мотивація на досягнення успіху, здатність виокремлювати конкретні кроки для досягнення певної мети;
- наявність глибоких знань з певної галузі, бажання реалізовувати знання в практичних діях;
- наявність досвіду вирішення життєвих проблем, гнучкість у прийнятті рішень та розв'язанні завдань;
- проактивна позиція у виборі професійного шляху, однорідність професійних переваг та свідоме прийняття професійних рішень;
- прийняття на себе відповідальності за власні дії та рішення [2, с.20].

Отже, можемо розглядати професійну зрілість як один із компонентів особистісної зрілості. Таким чином, дослідження власної особистості та робота над самооцінкою, ціннісними орієнтаціями, саморегуляцією, самовдосконаленням є запорукою успішної професіоналізації студентів-психологів.

Про значущість розвитку особистісної зрілості в процесі підготовки студентів-психологів в своїх наукових дослідженнях зазначають І. Кучманіч та А. Лисогор [11]. Дослідники слушно зауважують, що поряд із феноменом особистісної зрілості дуже часто зустрічаємо ряд інших понять, зокрема: професійна зрілість, мотиваційна зрілість, психологічна зрілість, психосоціальна зрілість, акмеологічна зрілість. Постає питання про розмежування цих понять і визначення феномену саме особистісної зрілості.

Зокрема, сучасний тлумачний психологічний словник дає наступне визначення поняттю зрілість: «Зрілість (дорослість) – стан, до якого приходять організм наприкінці певного періоду свого розвитку. Найбільш тривалий період онтогенезу, характерний тенденцією до досягнення

найвищого розвитку духовних, інтелектуальних і фізичних здібностей особистості... Дослідники виділяють наступні характеристики зрілої особистості:

- 1) розвинене почуття відповідальності;
- 2) потреба в турботі про інших людей;
- 3) здатності: а) до активної участі в житті суспільства та до ефективного використання своїх знань і здібностей; б) до психологічної близькості з іншою людиною; в) до конструктивного вирішення різних життєвих проблем на шляху до повноти самореалізації » [28, с.164-165]. Таким чином, відповідно до словника, особистісна зрілість є новоутворенням певного вікового періоду, яке виявляється у відповідних аспектах.

Наукові розвідки І. Кучманіч та А. Лисогор спрямовні на розкриття різних аспектів особистісної зрілості та спираються на наступне тлумачення даного феномену: «особистісну зрілість можна визначити як вищий рівень розвитку людини, пов'язаний із формуванням і стабілізацією у неї певних якостей» [11, с. 96]. Таким чином, вищезазначені трактування феномену особистісної зрілості зосереджені на двох аспектах:

- зрілість як новоутворення певного вікового періоду, тобто вікова характеристика (дотичним поняттям є «дорослість»);
- зрілість як особистісна характеристика, тобто якість особистості (дотичними поняттями є самоактуалізація, самосвідомість).

Дослідниці, детально проаналізувавши теоретичні підходи представників гуманістичної психології, узагальнюють наступні критерії зрілої особистості: самоактуалізація, що проявляється у спонтанності, ефективності сприйняття реальності, здатності приймати себе і не залежати від оцінок інших (А. Маслоу); розширене відчуття власного Я, емоційна безпека, доброзичливість до інших (Г. Олпорт); здатність будувати ефективну стратегію життя, бути повноцінно функціонуючою особистістю (К. Роджерс) [11, с. 97].

Аналіз теоретичних підходів зарубіжних (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс) та вітчизняних (Н.М. Дідик, Л.В. Долинська, М.Р. Миронова, О.С. Штепа) дослідників засвідчує, що немає єдиного трактування поняття особистісної зрілості та її структурних компонентів, оскільки науковці оперують різними напрямками дослідження даного феномену. Таким чином, узагальнивши дані підходи, І. Кучманіч та А. Лисогор умовно виділили риси зрілої особистості, об'єднавши їх в певні групи: прийняття себе та інших, здатність до рефлексії та самопізнання, саморозвиток і самоактуалізація, мотивація досягнення, здатність до творчості та креативність, відповідальність та здатність приймати рішення, здатність до емпатії та емоційна стійкість (рис.1) [11, с. 98-99].

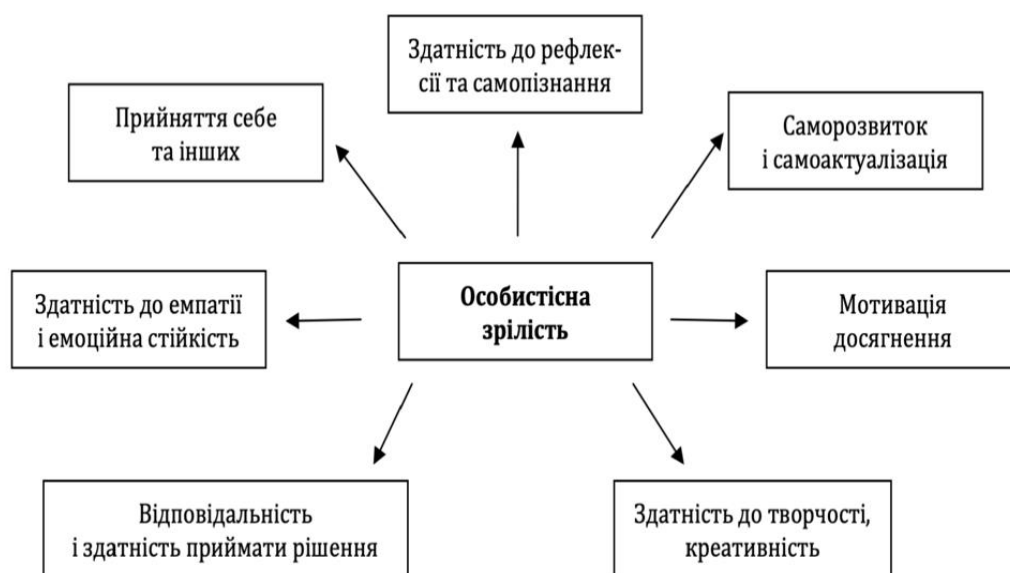


Рис.1. Компоненти особистісної зрілості

Очевидно, що зазначені критерії особистісної зрілості характеризують процес саморозвитку та вдосконалення особистості як в професійному контексті, так і в процесі життєдіяльності в цілому. Отже, можемо припустити, що якісно організований процес навчання буде стимулювати розвиток особистісної зрілості студентів-психологів.

Аналізу феномену особистісної зрілості, її структурних компонентів та особливостям розвитку особистісної зрілості у студентів-психологів присвячено чимало наукових робіт О.С. Штепи [31; 32]. Дослідження даного феномену науковиця розпочинає з аналізу підходів щодо ефективної моделі особистості психолога [31, с.56] і зауважує, що більшість авторів ведуть пошук саме тих особистісних рис психолога, які були б інструментом впливу на особистість клієнта. Науковиця проводить експериментальне дослідження різних рис особистісної зрілості студентів-психологів на базі вищого навчального закладу і в результаті контент-аналізу виділяє декілька основних рис, які називає «пропріумом зрілої особистості» [31, с.58]. До цього переліку входять: синергічність (здатність цілісно сприймати дійсність та людей), автономність (здатність діяти відповідно до власної системи цінностей), контактність (здатність бути відкритим до встановлення взаємозв'язків з іншими), самоприйняття (добрий стосунок із собою, незважаючи на недоліки), креативність (здатність створювати щось нове), децентрація (здатність дивитися на речі з різних точок зору), толерантність (неупереджене ставлення до людей та подій), глибинність переживань (здатність відчувати гармонію зі світом), життєва філософія (надання сенсу своєму життю, індивідуальна траєкторія руху) [31, с. 59].

Надалі О.С. Штепа також задається питанням стосовно того, чи є особистісна зрілість характеристикою певного вікового періоду, чи це взагалі феномен, який притаманний особистості незалежно від віку. Аналізуючи наукові підходи, науковиця зауважує, що фізіологічна, статєва, інтелектуальна, емоційна та соціальна зрілість будуть характеризувати поняття «зрілість» як новоутворення певного вікового періоду особистості, оскільки мова йтиме про розвиток тих чи інших показників відповідно до норми. Дослідниця притримується думки, що: «Особистісна зрілість – це зрілість моральна та світоглядна... За змістом особистісної зрілості є

усвідомлена побудова власної ролі відповідно до загальноморальних принципів та особистої місії» [31, с. 62].

Отже, наукові розвідки О.С. Штепи свідчать про те, що особистісна зрілість супроводжується глибокою роботою над собою, самоактуалізацією, усвідомленням та розвитком важливих особистісних якостей, здатністю бути відкритим до трансформацій (особистісних та професійних). Результати наукової роботи дозволили визначити зрілу особистість як таку, що «під час особистісних трансформацій реалізує власний пропріум, універсальними складовими якого є синергічність, контактність, самоприйняття, креативність, толерантність, відповідальність, глибинність переживань, здатність до децентрації та наявність житт'вої філософії» [31, с.63]. На основі даного трактування особистісної зрілості дослідницею було розроблено «Опитувальник особистісної зрілості» та тренінг «Актуалізація особистісної зрілості», що сприяли б подальшому вивченню даного феномену в контексті роботи зі студентами-психологами.

Питанням психологічної зрілості як основи готовності до професійної діяльності психолога переймалися Н.О. Антонова та Л.І. Рибачук [1]. Дослідниці доречно зазначають, що «... структурні компоненти професійної діяльності і структурні компоненти суб'єкта цієї діяльності є своєрідним взаємообумовленим сплавом зовнішнього предметного і внутрішнього психічного» [1, с. 30]. Наукові розвідки Н.О. Антонової та Л.І. Рибачук зосереджені на моделі професійного розвитку фахівця, феномені професійної готовності (в рамках функціонального та особистісного підходу), на психологічній готовності до професійної діяльності та феномені професійної зрілості. В свою чергу, серед структурних компонентів психологічної зрілості дослідниці виділяють:

- особистісну зрілість (як здатність до відповідальної автономії);
- інтелектуальну зрілість (як здатність до пізнання та використання набутих знань);

- емоційну зрілість (як здатність відчувати, проявляти та контролювати емоції);
- соціальну зрілість (як здатність здійснювати ефективну взаємодію у соціальній системі) [1, с. 30].

Таким чином, в рамках наукового дослідження Н.А. Антонової та Л.І. Рибачук, особистісна зрілість виступає структурним компонентом зрілості психологічної. Робота над особистісними якостями, їх розвиток та вдосконалення слугуватимуть запорукою успішної професійної діяльності. Отже, особистісна зрілість – це ніби процес поступового оволодіння своїм внутрішнім світом з метою найефективнішого функціонування [1, с. 33].

В свою чергу, дослідженню питання особистісної зрілості було присвячено колективну монографію науковців кафедри практичної психології Криворізького державного педагогічного університету. В даній роботі достатньо ґрунтовно висвітлено поняття особистісної зрілості, проаналізовано теоретичні підходи щодо трактування даного феномену, зокрема в рамках психоаналітичної теорії (М.С. Великодна) [16, с. 52], розглянуто особистісну зрілість в структурі особистості практичного психолога (О.Ю. Михайленко) [16, с. 6] та як предиктор професійної ідентичності психолога (І.М. Шаповал) [16, с. 24], розкрито питання психологічного благополуччя як критерію особистісної зрілості (О.С. Шило) [16, с. 59]. Значну увагу колектив авторів приділяє дослідженню варіативних моделей особистісної зрілості фахівця-психолога. Так, особливої уваги заслуговують дослідження З.М. Мірошник в напрямку рольового підходу щодо формування та розвитку особистісної зрілості студентів-психологів, щодо рольової моделі фахівця-психолога [16, с. 89]. В даному науковому дослідженні, в свою чергу, представлено синергетичну модель особистісної зрілості майбутнього психолога (О.Є. Остапчук) [16, с. 103], когнітивну модель соціально зрілої особистості студента-психолога (Л.О. Гапоненко) [16, с. 120] та модель особистості на рівні психосоматичних феноменів нормального функціонування

(Д.М. Туркова) [16, с. 135]. Питанням саморегуляції професійної діяльності особистісно зрілого психолога переймалася О.Ю. Горбачова [16, с. 145], а гендерний аспект особливостей формування та розвитку особистісної зрілості студента-психолога досліджувала О.А. Чаркіна [16, с. 154].

1.3. Особистісна зрілість в системі значущих професійних якостей студентів-психологів.

Відомо, що в соціономічних професіях особистість самого професіонала посідає значне місце. Зокрема, чимало наукових досліджень присвячено вивченню психологічних особливостей особистісних якостей психологів, адже особистість практичного психолога є основним інструментом впливу, основним знаряддям праці (Р. Мей). Доречно зауважує Н.М. Дідик: «Психолог працює з особистістю і, водночас, є нею сам... Об'єкт і суб'єкт психологічної допомоги збігаються, оскільки інструментом психологічної діяльності є особистість психолога. Це ставить підвищені вимоги до спеціаліста, потребує високого рівня його особистісної зрілості» [8, с. 36].

Зокрема, наукові дослідження Л.А. Онуфрієвої присвячено розвитку особистісної зрілості майбутніх фахівців соціономічних професій [15]. Дослідниця наголошує, що студентський вік характеризується як бурхливий період змін, самовизначення, складних перетворень у багатьох сферах особистості. Тому саме студентські роки є найбільш сензитивними для опанування новими знаннями та для розвитку і вдосконалення особистісних рис, які є професійно важливими та значущими. Науковиця зауважує, що розвиток самосвідомості студентів соціономічних професій є запорукою професіоналізму та свідчить про формування особистісної зрілості майбутніх фахівців. Серед основних детермінант розвитку особистісної зрілості студентів дослідниця викремлює наступні:

- застосування моделі навчання, яка б стимулювала у суб'єктів учіння потребу в особистісному зростанні. Зокрема, мова йде про проблемне навчання (та метод проблемного викладу) і активні методи навчання (серед яких метод конкретних ситуацій, метод інциденту, метод тренування чутливості, метод занурення) [15, с. 229];

- суб'єктна позиція майбутніх фахівців – характеризується творчим підходом до навчального процесу, науковим пошуком, відкритістю до нової інформації та досвіду (передбачає участь у наукових гуртках, проблемних групах, тренінгових заняттях і т.д.) [15, с. 229];

- розвиток самосвідомості – усвідомлення своєї соціальної позиції та професійних інтересів, розуміння власних індивідуально-особистісних особливостей та їх впливу на професійну діяльність (передбачає розвиток комунікативної компетентності, формування адекватної самооцінки, роботу над ціннісно-мотиваційною сферою особистості) [15, с.230].

Таким чином, вищезазначені детермінанти розвитку засвідчують про те, що особистісна зрілість майбутніх фахівців соціономічних професій може бути представлена як інтегральна характеристика особистості.

Чимало наукових досліджень присвячено вивченню феномену самоактуалізації як чинника особистісної зрілості (А. Маслоу, К. Роджерс, Ю.З. Гільбух, С.Д. Максименко, В.Г. Панок, Т.М. Титаренко, Н.М. Дідик, К.В. Сєдих, О.А. Столярчук). В наукових роботах В.А. Лавріненка представлено узагальнений теоретичний аналіз даного феномену та результати емпіричного дослідження показників самоактуалізації студентів-психологів. Узагальнюючи наукові пошуки, дослідник зазначає, що синонімом до самоактуалізованої особистості представники екзистенційно-гуманістичного напрямку вживають термін «зріла особистість». В свою чергу, досліджуючи характеристики зрілої особистості, В.А. Лавріненко об'єднує їх у наступні п'ять блоків:

1) блок цінностей (включає гнучкість поведінки та часову орієнтацію);

- 2) блок почуттів (здатність до сензитивності та спонтанності);
- 3) блок самосприйняття (Я-концепція, самоповага, усвідомлення себе як суб'єкта діяльності);
- 4) блок синергічності (усвідомлення цілісності буття);
- 5) блок міжособистісної чутливості (прийняття агресії, здатність бути контактним) [12, с. 99].

Отже, дослідник наголошує, що самоактуалізація характеризує процес розвитку значимих особистісних та професійних якостей, є безперервним рухом до особистісного та професійного самовдосконалення. В експериментальному дослідженні даного феномену В.А. Лавріненко послуговувався наступними діагностичними інструментами: «Самоактуалізаційний тест» (Ю. Є. Альошина) та «Методика діагностики особистісної зрілості» (Ю. З. Гільбух). Результати емпіричного дослідження вважаємо доречним представити у другому розділі нашої роботи у вигляді порівняльного аналізу.

Професійно значущими характеристиками особистісної зрілості психологів в своїх наукових дослідженнях переймалася Н.М. Дідик [5; 6; 7; 8]. Дослідниця зазначає, що особистісна зрілість є головним компонентом психологічної готовності студентів-психологів до майбутньої професійної діяльності. В іншому випадку, фахівець, який буде особистісно незрілим, обтяженим своїми проблемами та внутрішньоособистісними конфліктами, не буде здатним надати якісну та компетентну психологічну допомогу відповідно до запиту клієнта. Опрацьовуючи наукові підходи щодо дослідження професійно важливих якостей психолога (Дж. Б'юдженталь, К. Роджерс, Ф. Перлз, В.Й. Бочелюк, Л.Ф. Бурлачук, Т.М. Данилова, П.П. Горностай, В.В. Зарицька, В.Г. Панок, Н.І. Пов'якель, Н.В. Чепелева) та щодо трактування феномену особистісної зрілості психолога (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Ю.З. Гільбух, Т.М. Титаренко, О.С. Штепа, Т.С. Яценко) Н.М. Дідик приходить до висновку, що ці поняття є майже ідентичними [6, с.195]. Більш

детально дослідниця зупиняється на наступних професійно значущих характеристиках особистісної зрілості студентів-психологів:

- 1) Самоприйняття, позитивна Я-концепція. Розуміння себе, позитивне та безоціночне ставлення до себе виступають передумовами доброго ставлення до інших (зокрема, клієнтів). Базовою основою позитивної Я-концепції виступають самоповага та позитивне уявлення про себе (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Н.І. Пов'якель) [6, с. 195].
- 2) Відповідальність, інтернальність. Здатність особистості брати відповідальність за прийняття рішень, творити своє особисте та професійне життя відповідно до інтернального локусу контролю (Ю.З. Гільбух, Т.М. Титаренко, Дж. Роттер) [6, с. 196].
- 3) Саморегуляція, професійна саморегуляція. Здатність особистості регулювати свою поведінку, емоційні стани відповідно до ситуації взаємодії, вимог та доречності (М. Й. Боришевський, Н.В. Чепелева, Н.І. Пов'якель) [6, с. 197].
- 4) Інтелектуальність. Здатність бути повноцінним суб'єктом діяльності, мати достатньо високий рівень інтелекту, логічне мислення, що є запорукою саморозвитку та вирішення складних психологічних задач (П.П. Горностай, В.Г. Панок, Н.В. Чепелева) [6, с. 198].
- 5) Креативність. Здатність до творчого пошуку, нестандартного вирішення професійних задач, поєднання досвіду та винахідливості (П.П. Горностай, Н.І. Пов'якель, О.С. Штепа) [6, с. 198].
- 6) Соціабельність, комунікабельність. Здатність встановлювати соціальні контакти, бути щирим у стосунках, вміти знаходити спільну мову з людьми різних онтогенетичних періодів, проявляти соціальний інтерес, розвивати комунікативну компетентність (Г. Олпорт, Ю.З. Гільбух, П.П. Горностай, В.Г. Панок, Н.І. Пов'якель, Н.В. Чепелева) [6, с. 199].

- 7) Самостійність. Здатність свідомо ставитися до поставленого завдання, орієнтуватися на власний вибір та нести за нього відповідальність, бути незалежним від думки інших (Н.І. Пов'якель) [6, с. 200].
- 8) Індивідуалізм та аутентичність. Здатність бути автономним, відповідальним, усвідомлювати себе та свою роль в певній ситуації, функціонувати відповідно до своїх цінностей (І. Ялом, К. Роджерс), здатність та бажання розкривати власну самодостатність та індивідуальність (В.Й. Бочелюк, В.В. Зарицька) [6, с. 200-201].
- 9) Моральність. Здатність діяти у відповідності з загальнолюдськими нормами та цінностями, дотримуватися етичних вимог щодо професійної діяльності (А. Маслоу, О.А. Реан, О.С. Штепа) [6, с. 201]. Сприймання професійної діяльності як сенсу життя (В. Франкл, А. Маслоу, О.А. Реан, В.Г. Панок, Н.В. Чепелева, Л. Ф. Бурлачук) [6, с. 203].
- 10) Его-ідентичність, професійна ідентичність. Почуття самототожності та власної справжності, здатність вирішувати професійні задачі у відповідності із системою уявлень про себе (Н.І. Пов'якель, Н.В. Чепелева, О.С. Штепа) [6, с. 202].

Проаналізувавши вищезазначені характеристики особистісної зрілості студентів-психологів, зазначаємо, що вони йдуть пліч-о-пліч із поняттям професійно важливих якостей психолога (таких от, як емпатія, саморегуляція, відповідальність, рефлексія, соціальний інтелект, емоційний інтелект, комунікативна компетентність, аутентичність, креативність, упевненість в собі, професійна спрямованість пізнавальних процесів, ставлення до людини як до найвищії цінності) [5, с. 117-118]. Отже, розвиток професійно важливих якостей в процесі навчання буде сприяти формуванню особистісної зрілості студентів-психологів. Таким чином, наукові розвідки Н.М. Дідик визначають особистісну зрілість як акме особистості психолога-професіонала [5, с. 112]. Дослідниця зазначає, що: «Акме – найвищий ступінь розвитку особистості, період найбільших її досягнень, коли людина виявляє свою зрілість у всіх

сферах життєдільності» [5, с. 112]. Отже, вершина особистісної зрілості (акне) – це така інтегральна особистісна характеристика, яка детермінована зовнішніми (ситуація, процес навчання та професіоналізації) і внутрішніми умовами (глибинна робота над собою, розвиток самоактуалізації, самосвідомості та досконале дослідження власної Я-концепції).

Висновки до розділу 1

Перший розділ нашого дослідження було присвячено аналізу теоретичних підходів щодо особливостей підготовки студентів-психологів та щодо трактування поняття особистісної зрілості. Аналіз теоретичних підходів зарубіжних та вітчизняних дослідників засвідчує, що немає єдиного трактування поняття особистісної зрілості та її структурних компонентів, оскільки науковці оперують різними напрямками дослідження даного феномену.

Наукові дослідження засвідчують, що особистісна зрілість супроводжується глибокою роботою над собою, самоактуалізацією, усвідомленням та розвитком важливих особистісних якостей, здатністю бути відкритим до трансформацій (особистісних та професійних).

В даному розділі нами визначено, що процес становлення і професійного розвитку студента-психолога у роки навчання буде залежати не тільки від сухого оволодіння теоретичними знаннями, а й від наполегливої та цілеспрямованої роботи над власною особистістю, особистісними якостями та здатностями. Отже, професійна зрілість фактично є результатом особистісного росту та самовдосконалення.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ТА ПРОЄКТ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

2.1. Організація емпіричного дослідження: опис методів та методик, характеристика вибірки

Відповідно до теми, мети та завдань дослідження нами було підібрано діагностичний інструментарій, який включає в себе наступні методики: тест-опитувальник особистісної зрілості (Ю.З. Гільбух), тест самоактуалізації (Е. Шостром), методика самоставлення (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв).

Експериментальну вибірку дослідження склали студенти-психологи денної форми навчання Криворізького державного педагогічного університету загальною кількістю 20 осіб (14 дівчат та 6 хлопців). Емпіричний етап дослідження було проведено в дистанційному форматі.

Надалі вважаємо доцільним перейти до опису та аналізу діагностичного інструментарію. Тест-опитувальник особистісної зрілості (Ю.З. Гільбух) спрямований на дослідження особистісної зрілості особистості за п'ятьма показниками [4]:

1) мотивація досягнення – спрямованість особистості на досягнення результатів відповідно до поставлених життєвих цілей, прагнення бути ініціативним та займати проактивну життєву позицію, самореалізовуватися;

2) ставлення до свого «Я» – розуміння своєї «Я-концепції», адекватна самооцінка та усвідомлення здібностей, вдоволення індивідуальними особливостями та здатностями;

3) почуття громадського обов'язку – проактивна соціальна позиція, почуття патріотизму та інтерес до суспільного життя, почуття професійної відповідальності в контексті причетності до певної культури та соціуму;

4) життєві установки – здатність розсудливо діяти, бути врівноваженим, орієнтуватися на ієрархію цілей та діяти відповідно до цінностей та переконань;

5) здатність до психологічної близькості з іншими людьми – відчуття потреби бути у стосунку з іншими людьми, вміння проявляти емпатію та доброзичливе ставлення до інших, бажання плекати добрий і якісний стосунок з іншими.

Даний діагностичний інструмент представлено 33 питаннями, до кожного питання запропоновано сім варіантів відповідей (до прикладу, питання «Моє відношення до світу в цілому полягає в тому, що...»). Респондент має обрати лише один варіант відповіді, який найбільше йому підходить. Аналіз та обробка сирих результатів проводяться у відповідності з ключем методики. За кожною шкалою можна набрати певну кількість балів, що буде свідчити про певний рівень зрілості (низький, задовільний, високий, дуже високий рівні відповідно). Загальний показник особистісної зрілості вираховується як сума балів за всіма шкалами.

Тест самоактуалізації (Е. Шостром) [22] представлено 126 парами тверджень, протилежних за змістом (до прикладу «Можна судити з боку, наскільки щасливо складаються стосунки між людьми» і «Спостерігаючи з боку, не можна сказати, наскільки вдало складаються відносини між людьми»). З кожної пари таких тверджень респондент має обрати те, яке найбільше йому підходить. Двома базовими шкалами даного інструменту є:

1) шкала орієнтації в часі (складається із 17 питань) – здатність особистості орієнтуватися на життя як ситуацію «тут і тепер», бачити свій життєвий шлях цілісним (минуле, теперішнє і майбутнє);

2) шкала підтримки (представлена 91 пунктом) – діагностує ступінь незалежності поведінки особистості від впливу зовнішніх факторів, говорить про здатність діяти відповідно до своїх принципів, настанов та ціннісних

орієнтацій незважаючи на зовнішні впливи (але не порушуючи кордони інших, без ворожого налаштування).

Наступні 12 шкал є додатковими, серед них: 1) шкала ціннісних орієнтацій (20 пунктів) – вимірює здатність особистості до усвідомлення своїх цінностей; 2) шкала гнучкості поведінки (24 пункта) – вимірює здатність особистості швидко та гнучко реагувати на змінні ситуації, здатність гнучко взаємодіяти з іншими; 3) шкала сензитивності (13 пунктів) – здатність відчувати свої потреби, рефлексувати їх; 4) шкала спонтанності (14 пунктів) – здатність реагувати на життєві ситуації природньо, не маючи наперед продуманого плану; 5) шкала самоповаги (15 пунктів) – здатність усвідомлювати свої сильні сторони та переваги; 6) шкала самоприйняття (21 пункт) – діагностує здатність особистості до прийняття себе з перевагами та недоліками; 7) шкала уявлень про природу людини (10 пунктів) – діагностує здатність особистості сприймати людей в цілому з позитивного боку, оперувати поняттям «більшість людей зазвичай є добрими»; 8) шкала синергії (7 пунктів) – здатність розуміти світ як єдність протилежностей, усвідомлювати цілісність світу; 9) шкала прийняття агресії (16 пунктів) – здатність приймати свою агресію як природній вияв людської поведінки; 10) шкала контактності (20 пунктів) – здатність встановлювати контакти з людьми, бути міжособистісно чутливим; 11) шкала пізнавальних потреб (11 пунктів) – пізнавальний інтерес та відкритість до отримання нового досвіду; 12) шкала креативності (14 пунктів) – здатність бути творчо спрямованим, втілювати креативний підхід у повсякденність.

Наступний діагностичний інструмент – методика самоствавлення (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв), спрямована на дослідження окремих компонентів самоствавлення особистості, зокрема: відкритість (внутрішня чесність), самовпевненість, самокерівництво, відображене самоствавлення (дзеркальне «Я»), самоцінність, самоприв'язаність, внутрішня конфліктність та самозвинувачення [23]. Стимульний матеріал методики представлено

110 твердженнями (наприклад «Мені здається, що мало хто мене поважає по справжньому») з двома варіантами відповідей (погоджуюсь/ не погоджуюсь). Аналіз та інтерпретація результатів здійснюються у відповідності з ключем методики. За кожною шкалою можна набрати певну кількість балів, яка буде свідчити про високий, середній або низький рівень певного компоненту самоствавлення.

Так, високі бали за шкалою «Відкритість» будуть свідчити про захисну поведінку особистості, про уникнення добрих та відкритих стосунків із собою. Середні бали говорять про вибіркоче ставлення особистості до себе залежно від ситуації взаємодії. Низькі бали вказують на внутрішнючесність та відкритий стосунок із самим собою, достатній рівень рефлексії.

Шкала «Самовпевненість» визначає здатність особистості ставитися до себе з повагою. Високі бали свідчать про відчуття сили власного Я, сміливість у спілкуванні, компетентність та здатність вирішувати широке коло питань. Середні значення за даною шкалою вказують на те, що при певних спонтанних обставинах особистість може втрачати впевненість у собі, що заважатиме досягненню мети. Низькі бали говорять про неупевненість в собі, що є трудностю у подоланні перешкод та вирішенні життєвих задач.

Високі бали за шкалою «Самокерівництво» вказують на те, що основним джерелом активності та енергії особистість вважає безпосередньо себе. Середні бали вказують на те, що в нових для себе ситуаціях особистість відчуває схильність до залежності від оточуючих факторів. Низькі бали є показником слабкої саморегуляції.

Шкала «Дзеркальне самоствавлення» покликана визначити уявлення особистості про здатність викликати у інших людей повагу та симпатію. Високі показники свідчать про те, що особистість відчуває себе прийнятою соціальним оточенням, їй достатньо легко встановлювати контакти. Низькі показники вказують на протилежні характеристики.

Шкала «Самоцінність» визначає здатність особистості відчувати цінність свого «Я». Високий бал за цим показником говорить про достатньо високу оцінку свого внутрішнього світу та духовного потенціалу. Середні бали свідчать про вибіркове відношення та оцінку себе, а низькі бали – про недооцінку свого духовного «Я».

Шкала «Самосприймання» досліджує здатність особистості приймати себе такою, яка вона є (враховуючи переваги та недоліки). Високі бали свідчать про те, що особистість цілком приймає всі сторони свого Я, враховуючи певні обставини та ситуацію взаємодії. Низькі ж бали говорять загальний негативний фон по відношенню до себе.

Високі бали за шкалою «Самоприв'язаність» свідчать про ригідність «Я»-концепції особистості, низькі бали – вказують на готовність особистості до змін, відкритість до нового досвіду та пізнання себе з різних сторін.

Шкала «Внутрішня конфліктність» – високі бали свідчать про перевагу негативного ставлення до себе, наявність внутрішніх конфліктів; низькі бали найчастіше мають люди, які в цілому позитивно налаштовані до себе, живуть у балансі зі своїми можливостями та вимогами оточуючого середовища.

Шкала «Самозвинувачення» досліджує міру вираження негативного ставлення до себе, прояву негативних емоцій. Високі бали вказують, що особистість передусім бачить у собі недоліки, звинувачує себе у невдачах. Низькі бали говорять про захист власного «Я», а інколи й про заперечення провини в конфліктних ситуаціях.

2.2. Узагальнені результати вивчення особливостей особистісної зрілості студентів-психологів

Аналіз результатів емпіричного дослідження дозволив встановити наступні кореляційні зв'язки між показниками методики самоствавлення (В.В. Столін, С.Р. Пантелеев) та тестом-опитувальником особистісної зрілості

(Ю.З. Гільбук). Детальний аналіз кореляційних зв'язків між шкалами зазначених діагностичних інструментів представлено у Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

**Кореляційний зв'язок між шкалами методики самоствавлення
(В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва) та шкалами опитувальника
особистої зрілості (Ю.З. Гільбуха)**

	Рівень зрілості	Мотивація досягнень	Ставлення до свого "Я"	Почуття громадського обов'язку	Життєві установки	Здатність до психологічної близькості
Відкритість (внутрішня чесність)	0,086039	-0,074920	0,041119	0,045502	0,336635	-0,343327
Самовпевненість	0,479842*	0,591032*	0,289450	0,718849*	0,559886*	0,163073
Самокерівництво	0,613799*	0,728008*	0,204115	0,779682*	0,650687*	0,370636
"Дзеркальне Я"	0,330125	0,313356	0,254121	0,414923	0,087791	0,228962
Самоцінність	0,471769*	0,585341*	0,259253	0,593332*	0,563829*	0,333906
Самоприйняття	0,088708	0,429342	-0,230441	0,392359	-0,144790	0,325357
Самоприв'язаність	0,270337	0,278165	-0,023569	0,074774	0,393244	0,120198
Внутрішня конфліктність	-0,400068*	-0,430711	-0,577310*	-0,542496*	-0,445402*	-0,127235
Самозвинувачення	-0,218711	-0,373829	-0,293062	-0,316224	-0,369035	-0,058165

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$

Критичне значення коефіцієнта кореляції Пірсона ($n=20$, $p < 0,05$) $r = 0,4438$.

Таким чином, можемо припустити, що **загальний показник особистої зрілості** має позитивний статистично достовірний кореляційний зв'язок зі шкалами **«Самовпевненість»** (0,479842), **«Самокерівництво»** (0,613799), **«Самоцінність»** (0,471769). Вважаємо, що це може свідчити про те, що важливими складовими особистої зрілості є позитивне ставлення до

себе, розуміння своєї цінності та відчуття значимості власного Я. Зіштовхуючись з певними життєвими труднощами, зріла особистість відчуватиме в собі сили та ресурси для їх вирішення, буде сприймати життєві виклики як такі, що можна подолати. Також особистісна зрілість буде характеризуватися здатністю особистості спиратися на власні цінності та переконання, вбачати себе джерелом активності, здатністю брати на себе відповідальність за життя та давати раду зовнішнім викликам.

В свою чергу, шкала *«Мотивація досягнень»* має позитивний статистично достовірний кореляційний зв'язок зі шкалами *«Самовпевненість»* (0,591032), *«Самокерівництво»* (0,728008), *«Самоцінність»* (0,585341). Отримані дані на нашу думку свідчать про те, що прагнення до самореалізації та мотивація на досягнення успіху тісно пов'язані із здатністю особистості бути впевненою у собі, мати проактивну життєву позицію, плекати своє життя відповідно до системи цінностей та переконань. Невпевненість є однією з причин труднощів у налагодженні соціальних контактів, а це, в свою чергу, є перешкодою для вирішення багатьох життєвих викликів. Орієнтація на сильні сторони своєї особистості, впевненість у своїх силах та можливостях, відчуття цінності свого «Я» виступають важливими передумовами самореалізації та проактивної життєвої позиції.

Негативний кореляційним зв'язок на статистично достовірному рівні має шкала *«Ставлення до свого Я»* зі шкалою *«Внутрішня конфліктність»* (- 0,577310). Отримані дані свідчать про те, що наявність внутрішніх конфліктів бути стояти на заваді формуванню адекватної самооцінки, особистість буде не здатною усвідомлювати свої індивідуальні особливості, сильні сторони та можливості. Отже, і загальний показник особистісної зрілості буде залежати від здатності особистості вирішувати внутрішні конфлікти у добрий спосіб, жити у баланісі зі своїми можливостями та вимогами соціального середовища, орієнтуючись на власні життєві цінності.

Шкала *«Почуття громадського обов'язку»* позитивно корелює на статистично значущому рівні зі шкалами *«Самовпевненість»* (0,718849), *«Самокерівництво»* (0,779682), *«Самоцінність»* (0,593332), що вказує на важливість проактивної життєвої позиції, здатності бути відповідальним та активним учасником системи соціальних відносин, мати свою життєву позицію, яка відповідає загальнолюдським цінностям. Таким чином, і загальний показник особистісної зрілості буде залежати від здатності особистості бути впевненим у своїх можливостях, відчувати цінність себе як учасника певної спільноти, бути активним діячем свого життя у відповідності до загальнолюдської системи цінностей та культури. В свою чергу, шкала *«Почуття громадського обов'язку»* має статистично достовірний негативний кореляційний зв'язок зі шкалою *«Внутрішня конфліктність»* (-0,542496), що свідчить про неможливість займати проактивну життєву позицію, оскільки негативне ставлення до себе та руйнівні думки стоятимуть на заваді особистісному розвитку і, в свою чергу, не сприятимуть пошуку балансу між своїми можливостями та вимогами суспільства. Також встановлено, що шкала *«Життєві установки»* має статистично достовірний негативний кореляційний зв'язок зі шкалою *«Внутрішня конфліктність»* (- 0,445402).

В свою чергу, шкала *«Життєві установки»* позитивно корелює на статистично значущому рівні зі шкалами *«Самовпевненість»* (0,559886), *«Самокерівництво»* (0,650687), *«Самоцінність»* (0,563829). Здатність розсудливо діяти, орієнтуватися на ієрархію цінностей та плекати своє життя в добрий спосіб буде залежати від позитивного ставлення до своєї особистості, відчуття власної цінності та здатності до саморегуляції.

Аналіз результатів за тестом-опитувальником особистісної зрілості (Ю.З. Гільбух) та тестом самоактуалізації (Е. Шостром) дозволив встановити кореляційні зв'язки, представлені у Таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Таблиця кореляційних зв'язків між шкалами методик «Особистісна зрілість (Ю.З. Гільбух)» та «Тестом самоактуалізації (Е. Шостром)»

	Рівень зрілості	Мотивація досягнень	Ставлення до свого "Я"	Почуття громадського обов'язку	Життєві установки	Здатність до психологічної близькості
Орієнтація в часі	0,370810	0,446747*	0,112717	0,330382	0,355624	0,325086
Підтримка	0,342971	0,408855	0,211463	0,243089	0,501165*	0,105004
Ціннісні орієнтації	0,693000*	0,620147*	0,361511	0,632339*	0,629234*	0,417735
Гнучкість поведінки	0,370724	0,486736*	0,185276	0,311011	0,305881	0,271224
Сензитивність	0,063782	0,442370	-0,055292	0,186704	0,371907	0,115523
Спонтанність	0,476222*	0,410879	0,158161	0,380733	0,523437*	0,432764
Самоповага	0,498277*	0,581409*	0,266602	0,635336*	0,497827*	0,301125
Самоприйняття	0,337017	0,441105	0,261495	0,341492	0,459685*	0,149132
Уявл. про природу людини	0,346877	0,478840*	0,156650	0,678699*	0,199122	0,229471
Синергія	0,400518	0,352080	0,250566	0,632975*	0,383418	-0,007455
Прийняття агресії	0,057933	0,061061	0,075691	-0,055625	0,406524	-0,148521
Контактність	0,459909*	0,608969	0,209995	0,327469	0,464723*	0,333959
Пізнавальні потреби	-0,026512	0,4635362	-0,115480	0,411002	0,165164	0,180357
Креативність	0,614189*	0,632980*	0,484736	0,436140	0,159755	0,545651*

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$

Критичне значення коефіцієнта кореляції Пірсона ($n=20$, $p < 0,05$) $r = 0,4438$.

Аналіз результатів емпіричного дослідження дає можливість стверджувати, що «Загальний показник особистісної зрілості» позитивно корелює на статистично значущому рівні зі шкалою «Ціннісні орієнтації» (0,693000), «Спонтанність» (0,476222), «Самоповага» (0,498277),

«Контактність» (0,459909), *«Креативність»* (0,614189). Таким чином, особистісна зрілість характеризується здатністю людини відчувати мітку часу, вміти бачити свій життєвий шлях як єдність минулого, теперішнього і майбутнього. Особистісно зріла людина усвідомлює своє життя «тут і тепер», орієнтується на власну самоцінність і плекає життя відповідно до системи власних та загальнолюдських цінностей. В свою чергу, особистісна зрілість характеризується здатністю бути спонтанним та креативним у вирішенні життєвих викликів та розв'язанні щоденних завдань, здатністю знаходити творчі рішення. Відкритість до встановлення нових соціальних контактів, розширення кола спілкування, прагнення пізнавати людей та бути відкритими до них також є характерними особливостями особистісно зрілої особистості.

Шкала *«Мотивація досягнень»* має позитивний статистично достовірний кореляційний зв'язок зі шкалами *«Орієнтація в часі»* (0,446747), *«Ціннісні орієнтації»* (0,620147), *«Гнучкість поведінки»* (0,486736), *«Самоповага»* (0,581409), *«Уявлення про природу людини»* (0,47884), *«Креативність»* (0,632980). Пояснюємо отримані дані тим, що прагнення до самореалізації, до проактивної життєвої позиції потребує розвитку у особистості здатності до розуміння своїх цінностей (у відповідності з якими людина планує кроки до самореалізації), здатності до усвідомлення часових орієнтирів (з метою детальної розробки плану щодо реалізації задуманого), здатності до гнучкості (що є передумовою успішного вирішення поставлених задач, оскільки особистість спроможна швидко та без зайвих емоційних переживань переключатися з одних стратегій поведінки на інші з метою досягнення поставленої мети). Розвиток творчих здібностей та креативності сприятиме подоланню стереотипів та шаблонності поведінки, сприятиме розвитку здатності до гнучкості поведінки та пошуку балансу. Звісно, позитивне уявлення про природу людей в цілому, просоціальна налаштованість, ініціативність та відкритість до нових соціальних контактів матимуть позитивний вплив на самореалізацію особистості.

Шкала *«Почуття громадського обов'язку»* позитивно корелює на статистично значущому рівні зі шкалами *«Ціннісні орієнтації»* (0,632339), *«Самоповага»* (0,635336), *«Уявлення про природу людини»* (0,678699), *«Синергія»* (0,632975). Пояснюємо цей факт тим, що наявність системи ціннісних орієнтацій, плекання життєвого шляху у відповідності із цією системою сприятиме глибоку усвідомленню своєї громадської позиції, формуватиме почуття громадського обов'язку. Це свідчить про здатність особистості усвідомлювати свою причетність до життя суспільства, про здатність займати проактивну позицію у вирішенні нагальних суспільних питань, орієнтуватися на позитивне уявлення про людей в цілому. Усвідомлюючи цілісність всього світу і розуміючи своє місце в ньому, особистісно зріла особистість покликана бути причетною до розв'язання низки завдань. Важливо усвідомлювати цінність свого Я, спиратися на свої сильні сторони, знати свої можливості, щоб як в найкращий спосіб бути причетним до певної соціальної спільноти і займати активну позицію.

Також встановлено, що шкала *«Життєві установки»* має статистично достовірний позитивний кореляційний зв'язок зі шкалами *«Підтримка»* (0,5011650), *«Ціннісні орієнтації»* (0,629234), *«Спонтанність»* (0,523437), *«Самоповага»* (0,497827), *«Самоприйняття»* (0,459685), *«Контактність»* (0,464723). Особистість, яка усвідомлює свої сильні сторони і переваги, здатна діяти розсудливо, знаходити природній спосіб вирішення певних питань, орієнтуючись на власну ситсему цінностей та переконань. Здатність бути відкритим до нового досвіду, нових соціальних контактів, нових знань сприятиме проактивній соціальній позиції особистості.

2.3. Проєкт програми психологічних інтервенцій щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.

Теоретичний аналіз особистісної зрілості студентів-психологів та емпіричне дослідження даного феномену дозволили ґрунтовно підійти до розробки системи психологічних інтервенцій.

Варто зазначити, що питанням розвитку особистісних якостей студентів-психологів переймалося чимало дослідників. Зокрема, в контексті рольового підходу особливості розвитку особистісних якостей сучасного фахівця-психолога досліджували З.М. Мірошник, Б.В. Хомуленко, О.Ю. Михайленко. Дослідниками запропоновано авторські програми формування рольової структури особистості сучасного професіонала, зацентовано увагу на змістовній характеристиці моделей поведінки, запропоновано системи вправ щодо розвитку особистісних якостей психолога-професіонала та його моделей поведінки [13; 16].

Чимало вітчизняних дослідників приділяють значну увагу розвитку ціннісної сфери студентів-психологів, здатності вибудувати свою професійну позицію в контексті ціннісних орієнтацій. Зокрема, технологію розвитку ціннісно-рольового компонента в структурі професійного становлення особистості майбутнього психолога пропонують в своїх наукових дослідженнях К.Л. Потопа та С.М. Каліщук [19]. Дослідницями описано алгоритм реалізації даної технології та запропоновано програми тренінгів, зокрема на такі теми як «Психологічний простір», «Логіка сенсу», «Базові навички».

Питанням особливостей самооцінки, самопізнання, самоприйняття та самовдосконалення студентів-психологів переймався В.М. Федорчук [27]. Дослідником безпосередньо запропоновано «Тренінг особистісного зростання» та тренінг «Розвитку комунікативної компетентності» [27].

На важливості розвитку емоційного інтелекту як необхідної складової професійно важливих якостей практичних психологів наголошувала С.М. Забаровська. Дослідницею було запропоновано програму тренінгу емоційної компетентності для практичних психологів, описано систему занять та вправ [9].

Таким чином, програма розвитку особистісної зрілості студентів-психологів має передбачати вирішення цілої низки завдань. На нашу думку, систему психологічних інтервенцій доречно запропонувати у вигляді тренінгової програми, яка б включала в себе відповідні компоненти (блоки, етапи) з розвитку особистісних якостей, які є ключовими для формування та розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.

Проаналізувавши вищезапропоновані авторські програми, технології та тренінги нами здійснено спробу щодо розробки власної тренінгової програми з метою розвитку особистісної зрілості студентів-психологів. Таким чином, тренінг розвитку особистісної зрілості студентів-психологів буде складатися із серії відповідних занять, покликаних на вирішення певних завдань. Вважаємо доцільним зупинитися на більш детальному аналізі тематики тренінгових занять.

Заняття 1. Тема «Усвідомлення себе». Мета тренінгового заняття спрямована на дослідження особливостей власної Я-концепції, системи уявлень про себе, своїх індивідуально-особистісних особливостей. Серед завдань даного заняття вбачаємо наступні:

- психоедукація щодо поняття особистісної зрілості, її структурних складових;
- стимулювання інтересу до самопізнання, дослідження власної особистості;
- сприяння усвідомленню щодо важливості пропрацювання особистісних проблем студентів-психологів.

Заняття 2-3. Тема «Ролі і маски». Метою заняття є дослідження рольового репертуару особистості, визначення своєї ролі (ролей) в системі професійних стосунків. Завданнями даного заняття є:

- психоедукація щодо професійної діяльності психолога в контексті рольового підходу;
- ознайомлення з поняттям ролі, рольового репертуару особистості;
- визначення професійних ролей психолога, дослідження особливостей рольової взаємодії в системі професійних стосунків;
- розробка моделей успішного виконання тієї чи іншої професійної ролі.

Заняття 4. Тема «Декларація самоцінності». Мета даного заняття покликана на дослідження ціннісної сфери особистості, формування уявлення про власну цінність (як особистості, як професіонала), усвідомлення цінностей професії психолога. Завдання даного заняття:

- надати психоедукацію стосовно поняття «цінності» (використовуючи бланк «Швидкий погляд на цінності»)
- дослідити ціннісну сферу особистості студента-психолога, розмежовуючи цінності від сфер життя;
- усвідомити значення особистісних цінностей в системі професійної діяльності.

Заняття 5-6. Тема «Архітектура психолога: говоримо про якості особистості». Метою даного заняття є визначення професійно важливих якостей психолога, які сприяють успішному виконання професійних ролей та завдань. Завдання даного заняття:

- психоедукація стосовно якостей особистісно зрілої особистості, щодо професійно-важливих якостей психолога;
- складання психограми психолога-професіонала;
- дослідження особистісних якостей студентів-психологів, які б сприяли успішному оволодінню професійною діяльністю;

- виконання системи вправ, спрямованих на розвиток професійно важливих якостей;
- моделювання ситуацій взаємодії, що дають змогу відпрацювати навички успішного виконання професійних ролей.

Заняття 7. Тема «Емоційний інтелект». Мета даного заняття - сприяти формуванню та розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів. Серед завдань виділяємо наступні:

- психоедукація щодо поняття емоційного інтелекту та його важливості в системі професійно важливих якостей психолога;
- сприяти усвідомленню власних емоцій, пошуку способів їх конструктивного вираження;
- сприяння розвитку навичок регулювання власних емоцій;
- вправлятися у розвитку здатності до розпізнавання емоцій інших людей.

Заняття 8. Тема «Толеруємо невизначеність». Дане заняття спрямоване на усвідомлення мітки часу, розвиток здатності бути терпимим (толерантним) до ситуацій, які з певних причин не мають можливості бути вирішеними тут і тепер. Серед завдань даного заняття виділяємо наступні:

- психоедукація з питань толерантності до невизначеності (на прикладі когнітивних фільтрів, алергії до невизначеності);
- усвідомлення власного ставлення до невизначеності;
- розвиток навичок гнучкості, здатності діяти не за планом;
- сприяння розвитку творчих здібностей, креативності у ситуаціях невизначеності (пошук альтернативних планів, творче бачення ситуації);
- сприяння розвитку саморегуляції та навичок плекання толерантності до невизначеності.

Заняття 9. Тема «В пошуках ресурсу». Мета даного заняття спрямована на усвідомлення важливості знати свої «джерела енергії»,

розвиток здатності психологічно відновлюватися, бути в балансі із собою. Серед завдань даного заняття виділяємо наступні:

- психоедукація щодо поняття «джерела енергії», «ресурси особистості»;
- дослідження власних особистісних ресурсів;
- складання списку активностей (флешкарт), що наповнюють життєвою силою;
- рефлексія ситуацій з власного досвіду щодо важливості особистих ресурсів.

Таким чином, програма тренінгу розвитку особистісної зрілості студентів-психологів буде складатися з дев'яти занять, тривалість кожного заняття орієнтовно дві академічні години. Вважаємо, що запропонований нами перелік занять має бути логічним практичним доповненням до основного теоретичного блоку навчання, який опановують студенти-психологи у відповідності з освітньою програмою. Вочевидь, тренінгова програма має бути наповнена відповідними інструментами (вправами, техніками, діагностичним інструментами), які покликані на розв'язання поставлених завдань.

Висновки до розділу 2

Емпіричне дослідження феномену особистісної зрілості студентів-психологів дозволило сформулювати висновки про те, що загальний показник особистісної зрілості має позитивний статистично достовірний кореляційний зв'язок зі шкалами «Самовпевненість», «Самокерівництво», «Самоцінність» (шкали методики самоставлення В.В. Століна, С.Р. Пантелеєва). В свою чергу, встановлено статистично достовірний кореляційний зв'язок загального показника особистісної зрілості зі шкалами «Ціннісні орієнтації», «Спонтанність», «Самоповага», «Контактність», «Креативність» (шкали тесту самоактуалізації Е. Шострома). Отже, особистісна зрілість являє собою інтегральну характеристику особистості, включає в себе низку якостей та здатностей.

ВИСНОВКИ

Результати проведеного дослідження щодо особливостей розвитку особистісної зрілості студентів-психологів дозволили сформулювати наступні висновки:

1) Значна кількість вітчизняних наукових досліджень присвячена проблемі підготовки студентів-психологів (О.Ф. Бондаренко, Ж.П. Вірна, Н.І. Дідик, В.Г. Панок, Н.І. Пов'якель, Н.В. Пророк, Т.М. Титаренко, Н.В. Чепелєва, Н.Ф. Шевченко, О.С. Штепа). Зокрема, мова йде про компетентнісний підхід у навчанні. Дослідники зауважують, що процес становлення і професійного розвитку студента-психолога у роки навчання буде залежати не тільки від сухого оволодіння теоретичними знаннями, а й від наполегливої та цілеспрямованої роботи над власною особистістю, особистісними якостями та здатностями.

2) Дослідники слушно зауважують, що поряд із феноменом особистісної зрілості дуже часто зустрічаємо ряд інших понять, зокрема: професійна зрілість, мотиваційна зрілість, психологічна зрілість, психосоціальна зрілість, акмеологічна зрілість. Зазначаємо, що одностайної думки науковців щодо трактування поняття особистісної зрілості та її структурних компонентів не існує. Дотримуємось думки, що особистісна зрілість – це така інтегральна особистісна характеристика, яка детермінована зовнішніми і внутрішніми умовами (професійним навчанням та глибокою роботою над собою).

3) Емпірично досліджено особливості особистісної зрілості студентів-психологів, встановлено її взаємозв'язок з певними особистісними якостями (зокрема, зі самостваленням та самоактуалізацією).

4) Проаналізовано програми розвитку професійно важливих якостей психологів, запропоновано орієнтовну структуру тренінгової програми щодо розвитку особистісної зрілості студентів-психологів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Антонова Н.О., Рибачук Л.І. Психологічна зрілість як основа готовності до професійної діяльності психолога. Збірник наукових праць *"Проблеми сучасної психології"*. 2010. 7. С. 29-43.
2. Барчій М., Воронова О. Окремі підходи дослідження особистісної і професійної зрілості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. С. 16-23.
3. Вознюк А.В. Особливості розвитку особистісної компетентності практичних психологів. Publishing House "Baltija Publishing", 2021.
4. Гильбух Ю.З. Тест-опросник личностной зрелости. Киев: НПП Психодиагностика и дифференцированное обучение, 1994. 23с.
5. Дідик Н.М. Особистісна зрілість як акме особистості психолога-професіонала. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. *Проблеми сучасної психології*. Випуск 3. 2009. С. 112-122.
6. Дідик Н.М. Професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. *Проблеми сучасної психології*. Випуск 7. 2010. С. 190-206.
7. Дідик Н.М. Професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів. Збірник наукових праць *"Проблеми сучасної психології"*. 2010. 7. С. 112-122.
8. Дідик Н.М. Теоретичне обґрунтування моделі професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. №12.С. 36-43.

9. Забаровська С.М. Програма тренінгу емоційної компетентності для практичних психологів. *Практична психологія та соціальна робота*. №9. 2013. С.47-59.
10. Каткова Т.А., Прокоф'єва О.О. Розвиток професійно-особистісної зрілості майбутнього психолога в процесі виробничої практики. *Актуальні проблеми психології: зб.наук.пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*, XI (20). С.75-89.
11. Кучманич І.М., Лисогор А.В. Значущість розвитку особистісної зрілості в процесі професійної підготовки студентів-психологів. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені ВО Сухомлинського. Психологічні науки*, 2017, 1. С. 96-100.
12. Лавріненко В.А. Емпіричне дослідження показників самоактуалізації студентів-психологів. *Психологія і особистість* : наук. журнал / Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Київ; Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2023. Вип. 1 (23). С.97-108.
13. Мірошник З.М., Михайленко О.Ю., Талаш І.О. Ролєграма як засіб формування рольової структури особистості: науково-методичний посібник. Кривий Ріг: Вид. Р.А. Козлов, 2017. 296с.
14. Нагула О.Л. Особистісна психокорекція у підготовці майбутнього психолога-практика. *Педагогічний процес: теорія та практика*. 2016. 25-31.
15. Онуфрієва Л.А. Дослідження психологічних детермінант розвитку професійної самосвідомості та особистісної зрілості майбутніх фахівців соціономічних професій. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені ВО Сухомлинського: збірник наукових праць/за ред. СД Максименка, НО Євдокимової*, 2013, 2. С. 227-233.

16. Особистісна зрілість як проблема сучасної психології. Том 1: колективна монографія / кол. авт.; наук. ред. З. М. Мірошник. – Кривий Ріг: Вид. Р. А. Козлов, 2019. 220 с.
17. Панок В.Г. Основні напрямки професійного становлення особистості практичного психолога у вищій школі. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003, №4. С. 14-17.
18. Панок В.Г. Практична психологія. Теоретико-методологічні засади розвитку. Монографія. Чернівці: Технодрук, 2010. 486с.
19. Потопа К.Л., Каліщук С.М. Психолого-педагогічна технологія розвитку ціннісно-рольового компонента в структурі професійного становлення особистості майбутнього психолога: монографія. Запоріжжя. 2011. 280с
20. Приходько Ю.О. Особистісні якості психолога як чинник його професійності. 2017.
21. Пророк Н. В. Практичний психолог: професійно-важливі якості. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наук.праць ін.-ту ім. Г. С. Костюка АПН України; [за ред. С. Д. Максименка]. Київ, 2001. Т. III. Ч.8. С.190-194.
22. Тест самоактуалізації [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.eztests.xyz/tests/personality_sat/ (дата звернення 15. 11. 2022)
23. Тест самоствавлення [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.eztests.xyz/tests/personality_panteleyev/ (дата звернення 15. 11. 2022)
24. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
25. Титаренко Т.М. Життєві домагання і професійне становлення особистості практичного психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003, №4. С. 21-27.

26. Улянич І. В. Рефлексивна компетентність у педагогічній діяльності . *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. №2. С.49-50.
27. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч.посібник. Київ: "Центр учбової літератури". 2014. 250с.
28. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640с.
29. Шаповал І.М. Особистісна зрілість: структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету*. Серія Психологічні науки, 2021, 179-185.
30. Шевченко Н. Ф. Професійна свідомість практичного психолога: структура та специфіка функціонування. *Психологія і суспільство*. 2009. №4. С. 167–180.
31. Штепа О. Особистісна зрілість як акмеологічна інваріанта психолога. *Проблеми гуманітарних наук: збірник наукових праць ДДПУ імені Івана Франка*. Серія Історія, 2003, 11. С. 56-66.
32. Штепа О. С. Особистісна зрілість як передумова становлення психологічної ресурсності людини. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка*. К., 2013. Т. 11. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 8. Ч. 2. С. 576-584.
33. Kaufman S. B. Self-actualizing people in the 21st century: integration with contemporary theory and research on personality and well-being. *Journal of Humanistic psychology*. 2023. Vol. 63, Is. 1. P. 51-83.
34. Krauz A., Paluch M., Edukacja w okresie współczesnych przemian. Wydawnictwo Oświatowe Fosze, Rzeszów 2011, s. 17.
35. Schoofs L., Hornung S., Glaser J. Prospective effects of social support on self-actualization at work – The mediating role of basic psychological need fulfillment. *Acta Psychologica*. 2022. Vol. 228. P. 1-9.