

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий медичний інститут

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри психології

_____ А.І.Яблонський

“ _____ ” _____ 20__ року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему: **ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ
ІДЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

Керівник: доктор психологічних наук,
професор кафедри психології
Яблонський Андрій Іванович
(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент: _____
(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконав: студентка VI курсу групи 666 Мз
Узун Віта Вікторівна
(П.І.Б.)

Спеціальності: 053 «Психологія»
(шифр і назва спеціальності)

ОПП: «Сімейна психологія з основами
психотерапії»

Миколаїв – 2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ГЕНДЕРНИХ АСПЕКТІВ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	9
1.1. Поняття професійної ідентичності у вітчизняній та зарубіжній психології.....	9
1.2. Вплив гендерних особливостей особистості на професійну ідентифікацію майбутнього психолога.....	18
Висновки до 1 розділу.....	36
РОЗДІЛ 2. ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	38
2.1. Програма комплексної діагностики процесу формування професійної ідентичності у майбутніх психологів.....	38
2.2. Експериментальна перевірка процесу формування професійної ідентичності студентів-психологів.....	45
Висновки до 2 розділу	68
РОЗДІЛ 3. РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	70
3.1. Опис тренінгової програми «Професійна ідентичність майбутнього психолога».....	70
3.2. Оцінка ефективності тренінгової роботи з розвитку професійної ідентичності у майбутніх психологів.....	90
3.3. Шляхи оптимізації процесу формування професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей.....	98

Висновки до 3 розділу	103
ВИСНОВКИ.....	106
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	109
ДОДАТКИ.....	115

ВСТУП

Професійна ідентичність є ключовим компонентом як особистісного, так і професійного розвитку, що значно впливає на ефективність роботи фахівця, його адаптацію в професійному середовищі та загальне задоволення від роботи. Формування професійної ідентичності у майбутніх психологів — це складний і багатогранний процес, що охоплює безліч чинників, включно з гендерними особливостями.

Гендерна ідентичність як частина загальної ідентичності особистості має суттєвий вплив на вибір професії, постановку професійних цілей та орієнтацій, а також на процес професійної самореалізації. У сфері психологічних досліджень, де спостерігається значна присутність представників обох статей, вивчення гендерних аспектів професійної ідентичності стає особливо важливим.

Сучасна практика в психології характеризується гендерним різноманіттям, що вимагає від спеціалістів високого рівня самосвідомості та усвідомлення впливу гендерних стереотипів і ролей на їхню діяльність. Вивчення гендерних аспектів формування професійної ідентичності у майбутніх психологів є критично важливим для забезпечення якісної підготовки спеціалістів, які здатні відповідати на потреби суспільства.

Ця проблема стає все актуальнішою в умовах сучасного соціокультурного середовища, де гендерні ролі та їхній вплив на професійне становлення фахівців постійно переосмислюються.

Процес професійного становлення майбутніх психологів підлягає впливу докорінних змін в українському суспільстві. Складна динаміка соціально-економічних проблем створює напружені соціально-психологічні ситуації в їхній професійній діяльності. Актуальність обраної теми дослідження зумовлена як реформуванням освіти в напрямі гуманітаризації та гендеризації,

так і необхідністю покращення підготовки студентів у психо логічних спеціальностях, в умовах недостатнього вивчення питань установалення їхньої професійної ідентичності в гендерному контексті.

Проблемі студентства, як особливій соціально-психологічній і віковій категорії, присвячені роботи В. Акуніна, Б. Ананьєва, І. Зимньої, Н. Кузьміної, Л.Шнейдер та інших дослідників. Значну роль у розумінні необхідності розвитку професійної кар'єри студентської молоді відіграли численні дослідження соціологів В. Ананєва, М. Вінокурова, Ю. Вишневського, В. Герчікова, М.Горщикова, О. Кудрявцевої, І. Сидніна). Серед українських дослідників феномена кар'єри можна назвати В. Бакштановського, А. Гусєву, О. Зинов'єва, В.Ігліна, Є.Комаріва, Б. Літова, В. Петрушина, В. Полякову, Ю. Согомонова, О.Ушакова, В. Чурілова. На сучасному етапі можна виділити низку закордонних авторів, які присвятили свої роботи різним аспектам кар'єри: В. Берг, Ф.Беттджер, Є. Беррі, Р.Крос, Х. Маккей, Б. Швальбе.

Дослідження гендерних особливостей професійної ідентифікації особливо цікаве і важливе тому, що професійне становлення є процесом, який тісно пов'язаний з мотиваційно-потребовою сферою особистості, формування якої знаходиться в залежності від особливостей соціалізації, індивідуального досвіду людини, які, в свою чергу, відрізняються у чоловіків та жінок. З цим пов'язане виникнення питання, чи існує різниця між процесам професійної ідентифікації чоловіків та жінок, якщо так, то в чому саме вона виявляється та яких складових даного процесу торкається. Зовсім недавно проведені дослідження показали, що гендерні відмінності в площині професіоналізації найбільш сильно проявляються в емоційній і мотиваційно-потребовій сфері, які є центральними, стрижневими характеристиками особистості.

Теоетичний аналіз проблеми показав, що у вітчизняній науці процес професійної ідентифікації особистості студента досліджують: у зв'язку з вивченням вікових закономірностей формування особистості (Л. Божович, І.

Кон, Л.Славіна); з позицій аналізу проблеми формування людини як суб'єкта професійної діяльності (А. Брушлінський, Ю. Забродін, Є. Клімов, О. Конопкін, В.Моросанова, О. Саніна тощо); у межах концепції системогенезу професійної діяльності (особистісно-мотиваційні дослідження Б. Ананьєва, Ю. Поваренкова); з точки зору місця й ролі гендерних ролей та гендерної ідентифікації в процесах професійного становлення (Д. Завалішина, С. Крякжде, А. Маркова, Б. Теплов, В.Шадріков та ін.); з позицій статеворольових установок особистості (К.Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, Л. Анциферова, Є. Головаха, О. Кронік, С.Рубінштейн та ін.). Створюються цілісні концепції гендерної професіоналізації, які майже охоплюють увесь процес професійного становлення особистості майбутнього практичного психолога (Е. Зеєр, Т. Кудрявцев, Л. Мітіна, О.Ростунов, О. Фонарьов).

Актуальність проблеми формування професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей в гендерному контексті обумовили вибір *теми* кваліфікаційного дослідження: **«Гендерні особливості професійної ідентичності майбутніх психологів»**.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати гендерний аспект процесу становлення професійної ідентичності майбутніх психологів та експериментально дослідити вплив гендерних особливостей студентів на їх професіоналізацію.

Відповідно до мети дослідження визначено основні його **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття професійної ідентичності у вітчизняній та зарубіжній психології.
2. Обґрунтувати процес формування професійної ідентичності майбутнього психолога в залежності від його гендерних особливостей.
3. На основі теоретичного і емпіричного дослідження зробити висновки.

Об'єкт дослідження: професійна ідентичність майбутніх психологів.

Предмет дослідження: гендерні особливості професійної ідентичності

студентів психологічної спеціальності.

Для вирішення поставлених завдань були використані наступні **методи і методики дослідження**:

- *теоретичні*: аналіз наукової літератури задля вивчення психологічних основ становлення та розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів; системно-структурний метод задля дослідження гендерного аспекту становлення професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей; конкретно-пошуковий задля узагальнення та систематизації соціально-педагогічної роботи у педагогічному ВНЗ при підготовці майбутніх практичних психологів як умови оптимізації формування їх професійної ідентичності;

- *емпіричні*: психолого-педагогічне спостереження, інтерв'ю та бесіди, тест «Хто Я?» на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості (М.Кун в модифікації Т. Румянцевой); опитувальник професійної ідентичності У.Родигіної, спеціально адаптований до цілей дослідження; методика «Піраміда потреб» у відповідності до ієрархії А. Маслоу (модифікація І. Акіндиной); методика визначення ціннісних орієнтацій студентів М. Рокича; статево-рольовий опитувальник BSRI, опитувальник С. Бем на визначення ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності особистості.

Гіпотеза: Гендерні особливості відіграють значущу роль у формуванні професійної ідентичності майбутніх психологів, впливаючи на їхні ціннісні орієнтири, професійні очікування та стратегії самореалізації, що може призводити до різних підходів у виборі спеціалізації, побудові кар'єри та професійного розвитку.

Теоретичне значення дослідження дозволяє поглибити розуміння процесів формування професійної ідентичності майбутніх психологів, зокрема через призму гендерних відмінностей. Воно допомагає встановити, як гендер впливає на професійне самовизначення, вибір спеціалізації, розвиток

професійних цінностей і установки. Результати роботи можуть бути використані для уточнення теоретичних підходів до професійного розвитку, зокрема моделей професійної ідентичності, де враховуються гендерні аспекти. Це дозволяє розвивати більш комплексні теорії, що враховують вплив як особистих гендерних уявлень, так і соціальних стереотипів.

Практичне значення одержаних результатів полягає в реалізації психологічно обґрунтованої системи умов професійного становлення майбутніх психологів, які забезпечують найбільш оптимальну ситуацію професійного розвитку студентів, в упорядкуванні діагностичного інструментарію, розробці психологічних рекомендацій для викладачів. Прикладний аспект досліджуваної проблеми знайшов своє втілення у розробці системи занять задля підвищення професійної зрілості студентів-психологів з урахування гендерних відмінностей. Матеріали дослідження можуть бути використані в роботі психологічної служби вищих освітніх закладів з метою ефективної побудови науково-педагогічного процесу, який орієнтований на поступовий професійний розвиток майбутніх фахівців психологічної галузі.

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, що налічує 57 найменувань, та 5 додатків. Основний зміст кваліфікаційної роботи викладено на 97 сторінках, загальний обсяг роботи – 138 сторінок. Робота містить 14 рисунків.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ГЕНДЕРНИХ АСПЕКТІВ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

1.1. Поняття професійної ідентичності у вітчизняній та зарубіжній психології

Професійна ідентичність – це складний психологічний феномен, який відображає спосіб самовизначення особистості в професійній діяльності. Вона розвивається протягом професійного становлення та є важливою частиною загальної ідентичності, впливаючи на поведінку, професійні зусилля та самореалізацію.

Ця ідентичність ілюструє, як особистість усвідомлює свою роль, статус та значення в обраній сфері діяльності. Вона пов'язана з вибором кар'єрного шляху і формуванням цінностей, установок і мотивацій, що керують поведінкою у професійній сфері.

Професійна ідентичність також включає відчуття причетності до конкретної професійної спільноти, прийняття її норм і стандартів, що сприяє інтеграції особистості в професійне середовище та забезпечує стабільність і задоволення від роботи.

Професійна самосвідомість:

Вона передбачає усвідомлення своїх професійних якостей, знань, навичок та компетенцій, а також розуміння своїх сильних і слабких сторін у професійній діяльності. Професійна самосвідомість сприяє розвитку впевненості у своїх професійних можливостях.

Професійна мотивація:

Професійна ідентичність має значний вплив на рівень мотивації до професійної діяльності, визначаючи цілі та методи їх досягнення. Вона сприяє формуванню внутрішньої мотивації, спрямованої на саморозвиток, підвищення кваліфікації та професійну реалізацію.

Ця ідентичність є динамічною і змінюється протягом життя під впливом різних чинників, таких як професійний досвід, кар'єрні зміни, особистісний розвиток і соціальне середовище. Завдяки своїй гнучкості, професійна ідентичність дозволяє індивіду адаптуватися до нових викликів і можливостей у своїй сфері.

Крім того, вона включає в себе систему цінностей, які особа вважає важливими у своїй діяльності. Це може охоплювати етичні принципи, соціальну відповідальність, професійну честь і обов'язок перед клієнтами та суспільством.

Проблема ідентичності, зокрема професійної, є однією з ключових у сучасній психології. Вивчення ідентичності, її структури, генезису та умов формування стало актуальним у зв'язку з кризою ідентичності сучасної людини. Ця проблема особливо загострюється в контексті підготовки практичних психологів в Україні. Це підкреслює важливість теоретичного дослідження даного феномену, що має практичне значення для досягнення самоідентичності, особистісного зростання, самопізнання та духовності [35].

Вперше проблематику ідентичності з соціально-психологічної точки зору системно досліджували Дж. Мід та Ч. Кулі, які вважали ідентичність як результат і умову соціальної інтеракції. Проте термін «ідентичність» набув широкого вжитку в науковому обігу завдяки Е. Еріксону, який працював у контексті фрейдівської традиції. Він стверджував, що ідентичність є внутрішнім аспектом особистості, закладеним у глибоких психічних структурах індивіда. У своїй теорії Еріксон визначає «ідентичність» як відчуття особистісної totoжності, цілісності та усвідомлення історичної неперервності існування—відчуття єдності між минулим, теперішнім і майбутнім. Він досліджує соціально-психологічні механізми формування ідентичності в

процесі дорослішання [38; 45].

Дж. Марсія також зробив значний внесок у вивчення ідентичності, визначивши її як «структуру Его»—внутрішню, самостійно створювану і динамічну організацію потреб, здібностей, переконань та особистої історії [19, с. 12]. Він припустив, що ця структура виявляється через принцип «рішення проблем»: вирішення життєвих проблем сприяє досягненню ідентичності.

Марсія описав чотири статуси (стани) ідентичності:

1. Розмита (дифузна) ідентичність — стан, у якому індивід ще не зробив свідомого вибору, наприклад, у питанні професії чи світогляду, що призводить до невизначеності його «образу Я».
2. Передчасна ідентичність — характеризується формальним вибором цілей і цінностей, але без внутрішньої впевненості в їх правильності, оскільки цей вибір продиктовано оточенням, а не особистими переконаннями.
3. Мораторій — стосується особи, що переживає кризу ідентичності і активно шукає вихід з неї, досліджуючи різні альтернативи; зазвичай, людина з цього стану переходить до здобутої ідентичності.
4. Здобута ідентичність — статус, який має людина, що пережила кризу і сформувала усвідомлену сукупність знань про себе, свої цілі, цінності та переконання [10, с. 25-27].

Сучасна психологія спрямована на розвиток особистості в контексті процесів самопроекування, що вимагає від індивіда визначення своєї самоприналежності та співвіднесення внутрішнього світу з зовнішньою реальністю в умовах складності сучасного життя. А. Ватерман аналізує ідентичність з двох аспектів: процесуального та змістового.

По-перше, процес формування ідентичності охоплює методи, за допомогою яких людина ідентифікує, оцінює та обирає цінності, цілі й переконання, які згодом стають складовими частинами її ідентичності. По-друге, ідентичність не може бути адекватно зрозуміла без врахування специфіки цілей, цінностей та переконань, які індивід обирає [51].

Кожен елемент ідентичності пов'язаний з певною сферою життя. А.

Ватерман виділяє чотири основні сфери, які мають найбільше значення для формування ідентичності:

1. Вибір професії та кар'єрного шляху.
2. Прийняття і переоцінка релігійних та моральних цінностей.
3. Формування політичних поглядів.
4. Вибір соціальних ролей, включаючи статеві ролі та очікування, пов'язані з подружнім життям і батьківством [54, с. 92-94].

О. Саннікова, провідний експерт у дослідженні ідентичності, підкреслює, що вивчення ідентичності має проводитися у двох напрямках, враховуючи у єдності та взаємозв'язку як процесуальні, так і змістові аспекти. Це дозволить не лише простежити шляхи формування ідентичності, але й зрозуміти значення вибору, який робить особистість у різних сферах життя [16].

Е. Клапаред зазначає, що цілеспрямоване дослідження проблеми професійного самовизначення почалося в психології наприкінці XIX — на початку XX століття у зв'язку з розвитком психотехнічного руху, основною тезою якого є, що «на кожному місці повинна стояти людина, яка найбільш для цього придатна». При цьому акцент робився на діагностиці оригінальних здібностей особистості, а не на її знаннях [1, с. 86].

Засновником науково-психологічного підходу до питань професійного становлення людини вважається Ф. Парсонс. Він заклав основи практичної підготовки молоді до вибору професії. У 30-х роках XX століття починається активна робота з вивчення можливостей підвищення ефективності праці через дослідження тих аспектів людської психіки, які пов'язані зі ставленням до праці, оцінкою виконуваної діяльності, її умов і результатів.

Значно зростає інтерес до питань психології вибору професії. Традиційний підхід у професійній орієнтації змінюють нові теорії, такі як структурна теорія «стадій життя» (С. Акселрад, Е. Гінзберг, І. Херма), теорія «конгруентності Я-концепції та професії» (Д. Сьюпер, Т. Тідеман, Л. Тайлер, С. Хаара, Дж. Холланд) та «мотиваційні» теорії (Д. Блохер, В. Врум, Е. Ро, Р. Шутц). Прихильники цих теорій прагнуть виявити особливості становлення індивіда як

суб'єкта вибору професії [18; 23; 41].

Згідно з теорією «конгруентності Я-концепції та професії» Дж. Сьюпера, людина несвідомо обирає професію, що відповідає її уявленням про себе. Вступаючи в професію, вона знаходить підтвердження цієї відповідності. Формування професійної ідентичності можливе лише тоді, коли вона відображає та втілює властивості та індивідуальні відмінності особистості. Отже, важливою умовою становлення професійної ідентичності є чіткість професійного «Я-образу» майбутнього спеціаліста [2].

Е. Зеєр пропонує інший підхід, визначаючи професійну ідентичність через поняття професійного «образу Я». Він вважає, що професійне становлення особистості супроводжується деструктивними змінами (кризами, стагнацією та деформацією), які призводять до перервності, нерівномірності та гетерохронності професійного розвитку [12].

Теоретичні аспекти проблеми самовизначення аналізуються у працях вітчизняних науковців, таких як Б. Ананьєв, Л. Божович, Н. Іванов, Є. Клімов, А. Петровський, С. Рубінштейн, В. Чебишева та ін. Дослідження професійної ідентичності спрямовані на професійне самовизначення та розвиток, зосереджуючись на проблемах професійної самосвідомості [5; 35; 40].

Так, Н. Іванова розглядає професійну ідентичність як вид соціальної. Вона вважає, що професійна ідентичність «формується у процесі виявлення суттєвих зв'язків всередині та ззовні професії та відмінності їх як таких, вона пов'язана з загальною інформаційною основою діяльності, а також із цілісними еталонами типових професійних подій та індивідуалізованих концептуальних схем професійної поведінки» [27, с. 53].

О. Єрмолаєва трактує професійну ідентичність як компонент особистісної ідентичності, що забезпечує успішну професійну адаптацію, і як домінуючий чинник професійної кар'єри, що базується на компетентності, профпридатності, інтересі до роботи та їх балансі з оточенням. Але при цьому вона розширює це поняття до масштабів ідентифікаційних зв'язків людини із соціальним середовищем. Професійна ідентичність виступає, перш за все, як

характеристика внутрішньої відповідності суб'єкта діяльності і соціально-професійного середовища [28].

Д. Завалішина стверджує, що професійна ідентичність особистості передбачає певне групове членство, причому фактори зарахування людиною себе до тієї чи іншої професійної групи є більш важливим, ніж юридичний факт цього зарахування. Віднесення майбутнім фахівцем себе до представників цієї професійної групи дозволяє йому засвоювати норми, цінності й традиції групи, які поступово стають регуляторами його поведінки в моменти актуалізації професійної діяльності. Іншим словами, важливим є не рівень досвідченості людини в професії, а її власне визнання того, що вона є «спеціалістом» [47].

Така ідентифікація з професійною групою, за дослідженням О.Володарської, активізує три психологічні аспекти особистості, зокрема:

- 1) емоційний – переживання та оцінку власної приналежності;
- 2) когнітивний – усвідомлення та диференціацію характеристик і властивостей значущої групи;
- 3) діяльнісний, який виражається в поведінці, реалізації норм і групових цінностей [24, с. 13].

Є. Клімов розглядає професійну ідентичність у контексті професійної самосвідомості. У своїй роботі «Вступ в професію» він виділяє такі елементи у структурі професійної самосвідомості:

- усвідомлення своєї приналежності до певної професійної спільноти;
- знання про ступінь своєї відповідності професійним еталонам, про своє місце у системі професійних ролей;
- знання людини про ступінь визнання у професійній групі;
- знання про сильні та слабкі сторони, шляхи самовдосконалення, вірогідних зон успіху та поразки;
- знання своїх індивідуальних способів успішної дії;
- уява про себе і свою роботу в майбутньому [40, с. 104-105].

Згідно з поглядами Ю. Поваренкова, професійна ідентичність розглядається як явище системне, динамічне і рівнєве, яке тісно пов'язане з

іншими елементами професійного розвитку, зокрема, професійним самовизначенням, професійною самооцінкою, професійною деформацією тощо [36].

Логіка нашого теоретичного аналізу вимагає розгляду етапів формування професійної ідентичності та основних чинників, що впливають на її становлення. Це може допомогти майбутнім фахівцям реалізувати себе через професійну діяльність.

Н. Аринушкіна вважає, що становлення професійної ідентичності, досягнення професіоналізації опосередковано тривалим і поетапним розвитком індивіда. Спочатку – етап навчання, накопичення досвіду, теоретичних знань; потім – психологічний бік професіоналізації, коли індивід спостерігає, засвоює й уявляє себе й свою майбутню професію; далі – етап саморефлексії, усвідомлення індивідом реального стану справ, прийняття або неприйняття ним або професійним співтовариством його як професіонала. Автор підкреслює, що набуття професійної ідентичності відбувається в процесі навчання, здійснюється через творчу пізнавальну активність особистості, а також психологічну підготовку до ситуації професійної діяльності, яка опосередкована через розвиток саморефлексії, моделювання, навчання професійним зразкам майбутньої діяльності й має чітке визначення свого місця в ній [6].

Е. Еріксон виділяє вісім стадій розвитку ідентичності, кожна з яких має свою проблему, яка потребує рішення. На кожному етапі життя нові елементи повинні бути інтегровані в наявну структуру, а попередні – реінтегровані або відкинуті. Розвиток ідентичності відбувається через так звані кризи ідентичності, коли виникає конфлікт між усталеною на даний момент конфігурацією елементів ідентичності з відповідним до неї способом вписування себе у навколишній світ і біологічною або соціальною нішею існування індивіда. Для виходу з кризи індивід повинен докласти певні зусилля з метою знайти та прийняти нові цінності та види діяльності [25].

Звернемо увагу на формування саме професійної ідентичності. В. Шпота виділяє такі етапи формування структурних компонентів професійної

ідентичності:

- 1) етап навчання у загальноосвітній школі: формування «Я-образу», «Я-концепції»;
- 2) етап навчання у професійному учбовому закладі (формування позитивного образу професії та професійного ідеалу);
- 3) етап професійної діяльності (формування образу «Я-професіонал» і професійної кар'єри) [50, с. 41-42].

Дещо інший, але не менш цікавий погляд щодо етапів формування у студентів професійної ідентичності знаходимо у роботі Т. Березіної, яка виділяє три основні етапи становлення професійної ідентичності студентів вищого педагогічного навчального закладу:

- 1) первинний вибір, коли студенти вперше знайомляться з професійною спільнотою, навіть не приміряючись до неї. При цьому у майбутніх фахівців формується ціннісне ставлення до обраної професії;
- 2) підтвердження первинного вибору чи відмова від нього. На цьому етапі можуть суттєво змінюватися професійні уподобання та наміри студентів, що нерідко призводить до розчарування у своєму професійному виборі або навпаки, до впевненості у ньому;
- 3) реалізація первинного вибору в діяльності. На цьому етапі відбувається перехід студентів до ототожнення себе зі своєю професійною діяльністю, входження у професійну спільноту, усвідомлення своєї професійної самостійності та ефективності [11, с. 112-114].

Згідно з дослідженнями М. Абдуллаєвої, Д. Завалишиної, Е. Климової, Т.Кудрявцевої та ін., професійна ідентичність остаточно формується на порівняно пізніх етапах професіоналізації [1]. У ряді концепцій становлення професійної ідентичності співвідноситься з певними віковими етапами (Е. Зеєр, Р. Хейвігхерст, Л. Шнейдер) [12; 58]. У цілому, становлення професійної ідентичності являє собою тривалий поетапний процес, який бере початок у період професійного навчання (Ф.Вондрачек, Т. Буякас, Ю. Поваренков) [36].

Л. Шнейдер виділяє етапи становлення професійної ідентичності, що

співвідносяться з етапами психічного розвитку особистості й історичного розвитку професійної ідентичності в соціогенезі:

- допрофесійний – у період дитинства усвідомлюються фрагментарні й несистематичні знання про світ професій; вибори й переваги ситуативні та випадкові;

- передпрофесійний – до моменту закінчення шкільного дитинства підліток досить непогано розбирається в зовнішніх професійних диференціюючих ознаках. У підлітковий період починається професійне самовизначення, що полягає в ідентифікації зі своєю професією й відокремленні від інших видів професійної діяльності;

- обізнаний – у процесі професійного навчання юнак докладно диференціює професійні групи й може ідентифікуватися з однією з них. У цей період відбувається професійна персоналізація, яка полягає в ідентифікації зі своїм співтовариством і відокремленні від інших спільнот, професійне самовизначення під час успішного розвитку може бути завершено в загальному вигляді, починається професійна самоорганізація. Професійна ідентичність може формуватися як повноцінна якість особистості;

- професійний – у післявузівський період молода людина долучається до самостійної професійної діяльності. Більш глибоке засвоєння професійних нормативів і стереотипів диференціює, впорядковує образ «ідеального професіонала», який доповнюється образом «себе як професіонала», все більш уточнюється в процесі професійного самопізнання – від стереотипів поведінки в типових обставинах до моделей продукування творчих рішень у непередбачуваних ситуаціях, самореалізації й розвитку особистості в праці [57, с. 127-129].

Відносно мети та завдань нашого дослідження ми притримуємося визначення Л. Шнейдер, що професійна ідентичність – це психологічна категорія, яка відноситься до усвідомлення своєї приналежності до певної професії, певної професійної спільноти [58, с. 19].

Отже, на основі аналізу психологічних досліджень щодо концепції

професійної ідентичності, ми можемо стверджувати, що вона є психологічною категорією, що охоплює усвідомлення людиною своєї приналежності до конкретної професії та професійної спільноти. Це поняття не обмежується лише професійними навичками, а є результатом процесів професійного самовизначення, персоналізації та самоорганізації.

Таким чином, професійна ідентичність виступає як інтегративне явище, в якому відображається взаємозв'язок між особистісними характеристиками, що допомагають орієнтуватися в професійному світі, максимально реалізовувати особистісний потенціал у професійній діяльності та передбачати наслідки свого професійного вибору. Крім того, вона має структурну організацію, де ключовими параметрами виміру є ціннісні та оціночні категорії, що взаємодіють і взаємопов'язані між собою.

1.2. Вплив гендерних особливостей особистості на професійну ідентифікацію майбутнього психолога

Становлення професійної ідентичності психолога є унікальним процесом, що суттєво відрізняється від аналогічних процесів в інших сферах. Професійна діяльність у психології накладає специфічні вимоги на особистість фахівця. В результаті навчання студенти розвивають важливі особистісні якості, такі як інтернальність, рефлексивність і здатність до емпатії. Тому формування професійної ідентичності психолога є досить чутливим і складним процесом.

I. Хамітова виділяє кілька стадій цього становлення:

1. **Стадія 1: Збудження і тривога.** Цей етап триває з початку навчання до перших спроб виконання професійних завдань. Для майбутнього психолога характерні відчуття тривоги та збудження.
2. **Стадія 2: Залежність та ідентифікація.** Ця стадія починається, коли студент починає брати участь у практичній діяльності. На цьому етапі студенти часто відчують невпевненість у своїх силах та недостатність знань.

3. **Стадія 3: Діяльність та залежність.** Ця стадія настає після кількох місяців практики, коли підвищується активність студента: від початкової залежності він переходить до часткової автономії. Важливу роль у даний час відіграє реакція оточення.

4. **Стадія 4: Реальне прийняття самостійності.** Цей етап починається з моменту, коли студент починає виконувати практичні завдання самостійно. На цій стадії він почувається справжнім професіоналом, здатним самостійно вирішувати виникаючі питання. Взаємозв'язок між теорією та практикою стає більш помітним, і студент починає ототожнювати себе зі своїм наставником.

Стадія 5: Ідентичність та незалежність характеризується впевненістю в собі та чітким розумінням ситуацій. Цей період може тривати від кількох років до всього професійного життя, в якому фахівець починає відчувати власну ідентичність та автономію.

Стадія 6: Спокій та колегіальність відзначається спокоєм, стабільністю та умінням поводитися з колегами на всіх рівнях – від старших до молодших. На цьому етапі почуття професійної ідентичності зміцнюється, фахівець стає автономним професіоналом. Він не лише наслідує старі моделі, а й розвиває власний стиль роботи. Це дозволяє встановити стосунки з людьми, будую їх на самоцінності та повазі до себе та своєї професії. У цей час відбувається розвиток особистості як у професійному, так і в особистісному сенсі.

Аналіз наукових джерел, таких як роботи О. Бодальова, О. Деркача, Є. Klimov, Н. Кузьминої, Л. Матвєєвої та інших, дозволяє виділити кілька рівнів професіоналізму майбутнього психолога залежно від досягнутих результатів:

- **Репродуктивний рівень:** психолог може передавати свої знання колегам таким чином, як він сам їх знає.
- **Адаптивний рівень:** психолог здатен не тільки передати інформацію, але й адаптувати її під конкретний об'єкт.
- **Локально-моделюючий рівень:** психолог вміє передавати, адаптувати інформацію та моделювати систему знань з певної тематики.

- **Системно-моделюючий рівень:** психолог здатний моделювати діяльність та створювати систему знань на основі набутого досвіду.

Ці рівні підкреслюють поступовий розвиток компетенцій психолога в процесі становлення його професійної ідентичності.

Таким чином, процес формування професійної ідентичності психолога проходить через кілька етапів, які змінюються поступово. Перехід від репродуктивного до системно-моделюючого етапу позитивно впливає на професійну ефективність спеціаліста. Теоретичний аналіз літератури щодо вікових особливостей формування професійної ідентичності показав, що це питання є предметом досліджень як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. На сьогодні у психології склалося досить чітке уявлення про феномен ідентичності та його ключові аспекти. Професійна ідентичність, тісно пов'язана з самовизначенням, полягає в усвідомленні себе, виборі й реалізації способу взаємодії зі світом, а також у досягненні почуття самоповаги через виконання професійної діяльності. Це дає можливість здійснювати особистісне самовизначення, інтегруватися в професійну спільноту й формувати уявлення про себе як про фахівця.

Що стосується мети та завдань нашого дослідження, нас перш за все цікавить етап професійної підготовки, коли студенти ще не беруть активної участі у професійній діяльності, але вже розвивають свою професійну ідентичність. Центральним елементом цього процесу є усвідомлення себе як суб'єкта професійної діяльності.

Становлення студента в ролі суб'єкта професійної діяльності відбувається шляхом інтеріоризації зовнішніх регуляторів, таких як професійні норми та принципи, у внутрішню структуру особистості. Це призводить до формування системи професійних ціннісних орієнтацій та суб'єктної позиції майбутнього фахівця, що є комплексом його поглядів і установок щодо особистісного та професійного саморозвитку.

Аналіз проблеми професійного зростання особистості в галузі психології виявляє низку специфічних особливостей цього процесу. Спостерігається

тісний взаємозв'язок та взаємозалежність між «професійними» і «особистісними» якостями фахівця. Особистість психолога виступає основним інструментом у його професійній діяльності. У етапах професійного становлення психологів, виділених О. Пряжніковою, відображається процес трансформації внутрішнього світу спеціаліста. І. В. Дубровіна зазначає, що «застрявання» на певних етапах вікового розвитку може призвести до професійних криз і деструкцій. Професіоналізм психолога базується на розвитку соціально-перцептивних навичок і професійної інтуїції, здатності гармонізувати свідомі та несвідомі аспекти особистості, уникаючи перетворення на «робота» і зберігаючи при цьому свою ідентичність і професійну позицію. [13].

Б. Ананьєв, Л. Божович, Є. Клімов, А. Петровський, С. Рубінштейн, В.Чебишева, враховуючи динамічні характеристики особистості студентів психологічних спеціальностей, виділяють деякі особливості формування професійної ідентичності в залежності від періоду навчання. Так, на першому курсі майбутні психологи лише починають знайомитися з вибраною професією. Хоча у них ще немає достатньої кількості знань і повного уявлення про спеціальність, існує сильне бажання стати частиною цієї професії та впевненість у реалізації своїх прагнень. На третьому курсі студенти вже отримали достатньо знань для більш чіткого розуміння своєї майбутньої спеціальності. Багато з них успішно проходять практику, що ще більше зміцнює їхнє бажання стати частиною професійної спільноти психологів.

На п'ятому курсі відбувається перехід від студентського життя до професійної діяльності, супроводжуваний різними сумнівами щодо власної відповідності професії, а також недостатності знань, умінь і навичок для надання психологічної допомоги та успішної професійної діяльності. Це свідчить про складність та етапність формування професійної ідентичності, при цьому стадії не існують ізольовано, а тісно взаємодіють одна з одною.

Для визначення комплексу критеріїв і показників сформованості професійної ідентичності у майбутніх психологів ми спиралися на основні положення,

розроблені такими вченими, як В. Ананєв, М. Вінокуров, Ю. Вишневський та інші. Основні положення включають:

- **Комплексність критеріїв:** критерії і показники повинні охоплювати всі компоненти професійної ідентичності, зокрема: Я-образ, Я-концепцію, образ професії, професійний ідеал, професійний образ Я.
- **Структура Я-концепції:** Я-концепція має включати три складові: когнітивну, емоційну та поведінкову.
- **Взаємозв'язок з компонентами особистості:** критерії і показники мають відповідати компонентам особистості майбутнього психолога: когнітивному, потребово-мотиваційному, операційно-діяльнісному, емоційному та вольовому.

Також важливо враховувати підходи Л. Шнейдер та інших до виділення специфічних критеріїв формування професійної ідентичності у студентів психологічних спеціальностей. В. Акуніна, Б. Ананьєва, І. Зимова, Н. Кузьміна, Ю. Кулюткіна, В. Сластьоніна та інші пропонують комплекс критеріїв і показників, що оцінюють ефективність процесу формування професійної ідентичності майбутніх психологів. Цей підхід дозволяє глибше зрозуміти складність і динаміку розвитку професійної ідентичності у студентів.

Когнітивний, ціннісно-мотиваційний, емоційно-вольовий та діяльнісно-практичний критерії є центральними у формуванні професійної ідентичності майбутніх психологів. Ось їхні основні показники:

Когнітивний критерій:

- Усвідомлення своїх професійних інтересів і здібностей: розуміння власних схильностей до професії.
- Усвідомлення образу своєї професії та її вимог: чітке уявлення про специфіку та вимоги професії психолога.
- Усвідомлення своєї відповідності вимогам професії: оцінка своєї готовності відповідати професійним стандартам.
- Усвідомлення перспектив професійного кар'єрного росту: розуміння можливостей, що відкриваються під час розвитку кар'єри.

Ціннісно-мотиваційний критерій:

- Потреба у набутті професійних знань і вмінь: бажання вчитися та розвиватися в обраній сфері.
- Мотивація до успішної навчально-професійної діяльності: прагнення до досягнення високих результатів у навчанні та роботі.
- Ставлення до вибраної професії як до особистісної та соціальної цінності: усвідомлення значення професії для себе та суспільства.
- Сформованість позитивного ідеалу: наявність яскравого образу успішного професіонала як мотиваційного орієнтира.

Емоційно-вольовий критерій:

- Позитивно забарвлене ставлення до професійного навчання та кар'єри: емоційна зацікавленість у навчанні та розвитку.
- Адекватна оцінка себе як суб'єкта навчальної та професійної діяльності: реалістичне сприйняття своїх можливостей і обмежень.
- Наполегливість у професійній підготовці, навчальна активність і самостійність: готовність працювати над собою та досягати успіху.

Діяльнісно-практичний критерій:

- Сформованість професійних умінь: наявність практичних навичок, потрібних для кар'єри психолога.
- Позитивне ставлення до професійної діяльності на виробничих практиках: активна участь та зацікавленість у практиці.
- Орієнтація на творчість у навчально-професійній діяльності: потреба в самовираженні через новітні підходи та методи.
- Прагнення до самовдосконалення: ініціатива у самоосвіті та саморозвитку.
- Академічна успішність та загальна успішність: високі результати у навчанні, що свідчать про готовність до професійної діяльності.

Ці критерії та показники допомагають краще зрозуміти, як формується професійна ідентичність у студентів психологічних спеціальностей і які аспекти потрібно враховувати під час навчання та практичної підготовки.

Розвиток професійної ідентичності майбутніх психологів детермінується сукупністю об'єктивних і суб'єктивних факторів. До об'єктивних детермінант належать:

- традиції навчального закладу;
- включення у навчальні програми вступних курсів, що дають студентам уявлення про підготовку спеціаліста у даному навчальному закладі;
- ознайомлення з вимогами до спеціалістів, розвиток партнерських стосунків у системі «викладач – студент»;
- ідентифікація студента з викладачем допомагає йому набутти професійної ідентичності: зміцнити професійну спрямованість, скоригувати «образ Я», підвищити професійну самооцінку, інтеріоризувати професійно-рольові цінності і узгодити їх зі структурою власного «Я» [44, с. 29] .

До суб'єктивних детермінант розвитку професійної ідентичності належать:

- емоційно-вольовий аспект, який визначає перебіг емоційних станів під час виконання майбутньої професійної діяльності та вироблення системи мотивів по відношенню до обраної спеціальності;
- пізнавальний, який надає можливість студенту постійно підвищувати свій професійний рівень, прагнути до самоосвіти та саморозвитку в обраній професії;
- розвиток життєвої перспективи, орієнтація на майбутнє, оскільки іноді результати діяльності проявляються не одразу, а через певний проміжок часу;
- гендерні чинники, які обумовлюють ставлення майбутнього спеціаліста до себе, до колективу, до суб'єктів своєї діяльності у вимірі статево-рольових установок, приналежності до певної статі у соціальному контексті, засвоєнні культурних норм певного суспільства тощо [39, с. 107].

Розкриємо більш детально значення останньої групи чинників, які суттєво впливають на процес формування професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей, а саме гендерні детермінанти.

На сучасному етапі соціально-економічного та культурного розвитку

суспільства питання формування особистості набуває особливої важливості, з акцентом на процес її професійного становлення. Цей процес супроводжується зміною індивідуальних уявлень про себе та своє місце у соціальному та професійному середовищі. Особливо перспективним і актуальним стає дослідження професійного становлення особистості через призму гендерного підходу, де в центрі уваги знаходиться студент і його індивідуальні особистісні характеристики.

Група дослідників, таких як С. Бем, Б. Волков, Н. Пряжиков та інші, визначає гендерну ідентичність як основний елемент соціальної ідентичності, що характеризує особистість за ознакою належності до чоловічої або жіночої групи, при цьому особливо важливим є те, як людина сама себе ідентифікує. Концепція «гендерної ідентичності» охоплює різні взаємозв'язані аспекти: статеву належність, сексуальну орієнтацію, «сексуальні сценарії», гендерні стереотипи та гендерні уподобання.

Гендерна ідентичність є більш обширним терміном порівняно зі статевою рольовою ідентичністю, оскільки вона включає не лише рольові аспекти, а й загальний образ людини, що може проявлятися в зовнішньому вигляді, від зачіски до стилю одягу. Окрім того, термін «гендерна ідентичність» не слід плутати з «сексом ідентичності». Сексуальна ідентичність може бути розглянута через призму самосприйняття і самопрезентації людини в контексті її сексуальної поведінки в рамках гендерної ідентичності.

Гендерна ідентичність визначається як усвідомлення особистістю свого зв'язку з культурними уявленнями про маскулінність і фемінінність. Це поняття включає суб'єктивний досвід і відображає психологічне засвоєння чоловічих і жіночих рис у процесі взаємодії «Я» з «Іншими». У цьому контексті гендер розглядається як структура соціальних відносин між чоловіками і жінками, яка впливає не лише на їхнє спілкування та взаємодію в сім'ї, але й формує їх соціальні зв'язки в ключових суспільних інститутах. Гендер сприймається як важливий аспект соціальної структури, поряд з іншими характеристиками, такими як раса, клас і вік, який формує соціальну систему.

Жіноча ідентичність визначається як самоідентифікація жінки з її соціальною групою та відтворення відповідних гендерних ролей і форм самопрезентації. Процес конструювання жіночої ідентичності безпосередньо пов'язаний зі специфічним «жіночим досвідом», який формується в результаті соціалізації дівчаток з раннього віку, у контексті гендерно-зумовленого способу поведінки. Тут значну роль відіграють інститути соціалізації, такі як сім'я, однолітки, а також ЗМІ, які підтримують гендерні стереотипи.

Чоловіча ідентичність визначається як самоідентифікація особи як члена чоловічої соціальної групи та відтворення гендерно зумовлених ролей, диспозицій і форм самопрезентації. Визнання та використання цієї самоідентифікації не завжди є результатом особистого вибору; скоріше, це обумовлено біологічними факторами та соціальним тиском. Основною характеристикою чоловічої ідентичності є потреба домінувати, що тісно пов'язана з традиційними уявленнями про чоловічу гендерну роль.

Гендер визначає соціально-рольовий статус особистості, що впливає на її можливості в освіті, професійній діяльності та суспільному житті. На нашу думку, гендер відображається в «Я-образі» особистості як уявлення про рольові позиції статі, сформовані соціокультурними чинниками під час соціалізації. В цьому контексті варто звернути увагу на думку Є. Ільїна про доцільність введення терміна «фенотипова стать», який описує складний зв'язок між генетичною (біологічною) і гендерною (психологічною) статтю. [43].

Так, С. Жаклін і Е. Маккобі підкреслюють, що соціальні очікування суспільства, сформовані соціально-культурним контекстом, відіграють ключову роль у формуванні психічної статі та гендерних ролей. Дослідники сприймають усталені уявлення про особистісні якості, які визначають поведінку чоловіків і жінок, через призму гендерних або статево-рольових стереотипів, основою яких є концепції маскулінності та фемінінності. Щодо глибших психологічних аспектів, К. Юнг зазначав, що чоловічі та жіночі начала (аніма та аніmus) проявляються через статеvu ідентичність, виступаючи архетипами колективного несвідомого та формуючи мотиваційну основу життєдіяльності

людини. [48].

У деяких дослідженнях маскулінність та фемінінність розглядаються як феномени, що виявляються в уявленнях, установках і стереотипах, які формують гендерну ідентичність у процесі соціалізації. Водночас ці концепції реалізуються через індивідуальну гендерну ідентичність, яка може бути маскулінною, фемінінною чи андрогінною. Тому ми згодні з позицією Л. Долгих, яка стверджує, що прояви гендерної ідентичності виражаються у гендерних ролях — сукупності норм, стандартів та очікуваних моделей поведінки, визначених біологічною статтю. Ці ролі реалізуються у поведінці особи, її стилевих особливостях діяльності та інших аспектах. [54].

Як зазначає Є. Ільїн, у майбутніх практичних психологів чоловічої статі професійне самовизначення формується під впливом далекоглядних чинників і органічно інтегрується в загальну життєву перспективу. Вони здатні планувати своє майбутнє більш усвідомлено та цілеспрямовано. У студенток-жінок, натомість, життєве та професійне самовизначення часто не пов'язані між собою; їм властиві висока емоційність і ситуативність у прийнятті рішень, а також менш цілісний світогляд. Найближчі плани дівчат, як правило, зумовлені пізнавальними інтересами та рівнем емоційної збудливості. У юнаків же планування найближчої перспективи спричинене інтелектуальними характеристиками (такими як комбінаторне мислення та загальний рівень інтелекту) та рівнем самоконтролю, що дозволяє їм більш ефективно ставити цілі та досягати їх[19].

Д. Навольська підкреслює, що студенти-чоловіки мають вищий рівень професійних домагань, орієнтуючись на досягнення високого статусу і керівних посад, а також на отримання матеріальних благ. Натомість домагання студенток-жінок зазвичай обмежуються посадою керівників середньої ланки і спрямовані на максимальне задоволення професійних інтересів у обраній сфері. Ці зусилля вказують на те, що хлопці схильні до вертикального типу кар'єри, тоді як дівчата надають перевагу горизонтальному шляху.

За словами Є. Ільїна, гендерний складник професійних стереотипів визначає

уявлення про «чоловічі» й «жіночі» професії. «Чоловіча» професія асоціюється з такими категоріями, як професіоналізм, труднощі, вища освіта, і оцінюється як більш значуща порівняно з «жіночою» професією, яка містить категорії, що стосуються другорядності, біологічної природи та відсутності вимог до вищої освіти. Такі стереотипи впливають на сприйняття чоловіків і жінок у професійному середовищі, демонструючи, що чоловіки сприймаються як більш компетентні, здатні приймати рішення, управляти людьми, досягати успіху та конкурувати в професійному житті [53].

Дослідження М. Сафонові виявили, що успішні жінки в психологічній практиці володіють такими особистісними рисами, як товариськість, соціальна сміливість, активність, розважливність, емоційна стриманість, високий рівень інтелекту та добрий самоконтроль, що свідчить про наявність маскулінних якостей.

Натомість, згідно з дослідженням А. Індієнко, студенти-жінки бачать у професії психолога можливість для самореалізації, у той час як студенти-чоловіки намагаються знайти в цій професії шляхи самоствердження та свободи. Це свідчить про те, що чоловіки більше мотивовані соціальним успіхом через досягнення результатів і суперництво, тоді як жінки вважають важливішим інтерес до роботи.

Дослідження Л. Гелліє вказують на те, що чоловіки зорієнтовані на просування по службі як головний критерій успіху в кар'єрі, тоді як жінки акцентують увагу на психологічному успіху, що визначається статусом робочого місця, назвою організації, якістю робочих зустрічей і зовнішнім виглядом. Це підкреслює різницю в мотиваціях чоловіків і жінок у професійній сфері.

Для майбутніх психологів, незалежно від їхньої статі, важливу роль у виборі стратегії роботи відіграє прагнення працювати в організаціях, де реалізуються життєві цінності, пов'язані із соціально значущою діяльністю, з можливістю забезпечити стабільний заробіток та тривалу зайнятість. Проте для чоловіків, крім прагнення до управління, важливою є кар'єрна мотивація, яка

допомагає долати професійні труднощі та вирішувати складні життєві задачі. Водночас рутинна, нетворча робота може призвести до демотивації й втрати ентузіазму.

Дослідження показали, що хоча "грошова мотивація" не є домінуючою, вона завжди присутня в мотиваційному ядрі. Для чоловіків матеріальні причини зазвичай займають друге місце в ієрархії мотивацій кар'єри, тоді як для жінок — третє, після самореалізації та інтересу до змісту праці.

Згідно з дослідженням О. Терновської, вибір студентами психологічних спеціальностей залежить від гендерних характеристик особистості. Так, андрогінний тип особистості зазвичай орієнтується на стабільність, маскулінний тип — на менеджмент, а фемінінний тип — на автономію та служіння, з меншою схильністю до конкуренції. Специфіка кар'єрних орієнтацій студентів на завершальному етапі навчання в університеті характеризується низьким рівнем усвідомленості, що пов'язано з розвитком їхніх рефлексивних здібностей.

Сучасний вигляд студентства, який акцентується на індивідуалізмі, пріоритеті приватного інтересу та цінності особистого успіху, справді може призвести до виникнення протиріч між особистими кар'єрними орієнтаціями та суспільно декларованими пріоритетами. Це протиріччя особливо важливе в контексті професійного становлення, оскільки студенти часто стикаються з тиском від суспільства щодо вибору професії та зобов'язань.

Урахування гендерних відмінностей у професійних домаганнях студентів під час їхньої підготовки у вищих навчальних закладах є критично важливим. Гендерні стереотипи і ролі можуть впливати на те, як студенти сприймають свої можливості, ставлять цілі та обирають кар'єрні шляхи. Наприклад, чоловіки можуть більше орієнтуватися на досягнення високого статусу та матеріальних благ, тоді як жінки можуть шукати можливості для самореалізації та балансу роботи й особистого життя.

Важливо, щоб програми навчання визнавали ці гендерні відмінності та пропонували підтримку, що відповідає потребам усіх студентів. Це може

включати в себе менторство, тренінги з розвитку кар'єри, а також відкритий діалог про цінності та мотивації, що можуть допомогти студентам досягати своїх цілей з урахуванням індивідуальних прагнень та соціальних реалій[52].

Дослідження В. Панка та Г. Рудь щодо структури і динаміки життєвих очікувань майбутніх практичних психологів виявили важливі аспекти, пов'язані з гендерною специфікою. Автори підкреслюють, що студенти прагнуть мати власне житло, створити сім'ю та виховувати дітей, а також отримати гарну роботу з можливістю професійного зростання.

Цікавим є те, що бажання мати власне житло і дітей яскравіше виражено у дівчат, що може свідчити про традиційні гендерні ролі та очікування, пов'язані з сімейними цінностями. При цьому в студентів, незважаючи на гендер, спостерігається сильна внутрішньо-духовна спрямованість, яка акцентує увагу на високих егоцентрично-духовних потребах. Це включає в себе потреби в самореалізації, самоствердженні, духовній досконалості і самодостатності, такі як розвиток авторитету, високої кваліфікації, можливостей для мандрівок та доступу до бібліотек.

На думку авторів, такі життєві очікування свідчать про соціальну зрілість, відкритість та сміливість молоді. Це також вказує на їхнє цілісне бачення життя і реалістичне осмислення власних прагнень, бажань і цілей. Ця спрямованість може служити важливим фактором у їхньому професійному становленні та визначати їхнє місце в психологічній практиці, оскільки поєднує особистісні цінності з професійними амбіціями [34].

Серед чоловіків-студентів спостерігається чітка тенденція до професійного та особистісного самовизначення, орієнтованого на соціальне і професійне самоствердження. У жінок-студенток виражена схильність до реалістично-практичного та егоцентрично-гедоністичного самовизначення. Бажання працювати більш сильне у дівчат, тоді як хлопці більше прагнуть до саморозвитку і самоосвіти. Дівчата також виявляють більшу готовність змінити місце проживання для досягнення своїх життєвих цілей, тоді як хлопці частіше планують виїзд за кордон. Студенти усвідомлюють свою відповідальність за

реалізацію намічених планів, що сприяє розвитку адекватного сприйняття своїх життєвих перспектив. [24].

Таким чином, на основі досліджень гендерних аспектів професійного становлення майбутніх практичних психологів можна виділити кілька ключових відмінностей у професійних прагненнях. Спостерігається гендерна асиметрія: чоловіки-студенти зазвичай надають перевагу домінуванню, досягненню цілей, високій конкурентоспроможності та професійному успіху, що проявляється у бажанні займати високі посади та отримувати матеріальні блага. Їхнє планування майбутнього визначено причинно-наслідковими моделями, а професійні домагання є стратегічними — сміливими, ризикованими, динамічними й можуть мати як позитивне, так і негативне емоційне забарвлення, з акцентом на швидке кар'єрне зростання.

Натомість психологи жіночої статі стосуються своїх домагань тактичніше — їхні цілі є конкретними, простими, реалістичними та гнучкими. Жінки-студентки зазвичай проявляють стійкість, терпіння і цілеспрямованість у досягненні своїх цілей, їхні прагнення є позитивно емоційно забарвленими і орієнтовані на максимальне задоволення професійних інтересів та самореалізацію у обраній сфері.

Професійна ідентичність є складним та багатограним феноменом, що відображає самовизначення особистості у професійній сфері. Вона включає усвідомлення себе як представника певної професії, прийняття її цінностей та норм, а також розуміння власної ролі в межах професійного середовища. В психології існує декілька основних підходів до вивчення професійної ідентичності, які акцентують увагу на різних аспектах цього процесу.

Психоаналітичний підхід

Психоаналітичний підхід, заснований на працях Зигмунда Фрейда, розглядає професійну ідентичність як частину загальної ідентичності особистості, що формується в процесі соціалізації та інтеріоризації суспільних норм. В цьому контексті професійна ідентичність є результатом конфлікту між внутрішніми бажаннями особистості та зовнішніми вимогами суспільства.

Професійний вибір розглядається як компроміс між цими двома силами, що формується внаслідок несвідомих мотивів і ранніх дитячих переживань.

Гуманістичний підхід

Гуманістичний підхід, представлений такими вченими, як Абрагам Маслоу та Карл Роджерс, фокусується на особистісному зростанні та самореалізації індивіда. Професійна ідентичність в цьому контексті розглядається як вираження власного "Я", яке реалізується через професійну діяльність. Цей підхід акцентує увагу на важливості автономії, творчості та особистої відповідальності у виборі професійного шляху. Професійна ідентичність формується як результат свідомого вибору, що відображає цінності та прагнення особистості.

Когнітивно-біхевіористичний підхід

Когнітивно-біхевіористичний підхід підкреслює роль когнітивних процесів та навчання в розвитку професійної ідентичності. Відповідно до цього підходу, професійна ідентичність формується через процеси самооцінки, моделювання поведінки та зворотного зв'язку з боку оточуючих. Індивід розвиває уявлення про себе як про професіонала, спираючись на досвід взаємодії з професійним середовищем, а також на оцінку своїх здібностей і досягнень. Цей підхід дозволяє досліджувати, як професійна ідентичність змінюється під впливом нових знань та досвіду.

Соціокультурний підхід

Соціокультурний підхід акцентує увагу на впливі соціальних і культурних контекстів на формування професійної ідентичності. Згідно з цим підходом, професійна ідентичність не є лише індивідуальним досягненням, а формується у взаємодії з соціальним середовищем, професійними спільнотами та культурними нормами. Професійна ідентичність розглядається як процес соціалізації, де індивід приймає професійні норми, цінності та практики, характерні для певної професійної групи. Важливими елементами цього підходу є дослідження професійних субкультур та ролі менторства у формуванні ідентичності.

Екзистенційний підхід

Екзистенційний підхід зосереджений на питаннях сенсу життя та самовизначення в професії. В рамках цього підходу професійна ідентичність розглядається як частина особистої місії та пошуку сенсу в роботі. Індивід, вибираючи професію, прагне знайти відповідь на екзистенційні питання про сенс своєї діяльності, свою роль у суспільстві та значущість свого внеску. Професійна ідентичність формується через процеси рефлексії, самопізнання та пошуку гармонії між особистими цінностями та професійними завданнями.

Різноманітність підходів до вивчення професійної ідентичності в психології відображає складність та багатовимірність цього феномену. Кожен з підходів додає до загального розуміння професійної ідентичності, підкреслюючи різні аспекти її формування. Психоаналітичний, гуманістичний, когнітивно-біхевіористичний, соціокультурний та екзистенційний підходи пропонують унікальні перспективи, які дозволяють дослідити процеси самовизначення, соціалізації та особистісного зростання у професійній сфері.

Адаптація до гендерних очікувань у професії психолога має свої особливості через специфіку цієї професії, яка традиційно вважається більш "жіночою" в багатьох культурах. Гендерні очікування можуть впливати на те, як психологи сприймаються, як вони будують свою професійну ідентичність, і як вони взаємодіють із клієнтами та колегами.

Основні психологічні процеси адаптації:

1. Інтеріоризація гендерних ролей у професії психолога:

Жінки-психологи можуть більш охоче приймати роль "опікуна" або "емпатійного слухача", яка асоціюється з традиційно жіночими якостями. Чоловіки, навпаки, можуть відчувати тиск щодо демонстрації "професіоналізму" та "раціональності", що відповідає стереотипам щодо чоловічої поведінки у професійному середовищі.

2. Рольова напруженість і конфлікт:

Чоловіки, які працюють психологами, можуть відчувати конфлікт між соціальними очікуваннями щодо їхньої ролі як "сильного" і раціонального професіонала та необхідністю проявляти емпатію та емоційну чутливість у роботі з клієнтами. Жінки можуть стикатися з тим, що їхні професійні навички недооцінюються через стереотипні уявлення про жінок як менш компетентних у наукових або управлінських аспектах психологічної практики.

3. Когнітивне переосмислення гендерних ролей:

Психологи, які усвідомлюють гендерні стереотипи, можуть свідомо працювати над їхнім переосмисленням і руйнуванням, зосереджуючись на своїх професійних якостях і компетенціях незалежно від гендеру. Наприклад, чоловік-психолог може підкреслювати важливість емоційної чутливості як професійної компетенції, а жінка-психолог — свої аналітичні та наукові здібності.

4. Розвиток гендерної стійкості:

Гендерна стійкість передбачає здатність психолога протистояти зовнішньому тиску стереотипів і зберігати свою професійну ідентичність на основі власних цінностей та переконань. Це може включати активне просування ідей гендерної рівності у професійній спільноті та підтримку колег, які стикаються з подібними викликами.

5. Соціальна підтримка та наставництво:

Для адаптації до гендерних очікувань важливою є соціальна підтримка від колег, супервізорів або наставників, які можуть допомогти зрозуміти та подолати гендерні бар'єри у професійній діяльності. Також важливу роль відіграють професійні спільноти, де обговорюються та вирішуються питання гендерної рівності.

6. Рефлексія щодо гендерної ролі у професії:

Психологи можуть рефлексувати щодо того, як їхня гендерна ідентичність впливає на їхню професійну діяльність, включаючи взаємодію з клієнтами та

колегами. Це може допомогти зрозуміти, як гендерні очікування впливають на їхні професійні рішення та стратегії роботи.

7. Стратегії подолання гендерних бар'єрів:

Психологи можуть застосовувати різні стратегії для подолання гендерних бар'єрів, наприклад, участь у тренінгах з гендерної рівності, розвиток навичок асертивності або приєднання до ініціатив, спрямованих на підтримку гендерної різноманітності у професії.

Успішна адаптація до гендерних очікувань може призвести до розвитку більш збалансованої та стійкої професійної ідентичності, що включає ширший спектр професійних ролей і компетенцій. Водночас, неуспішна адаптація або сильний тиск стереотипів може призвести до професійного вигорання, втрати мотивації та незадоволення роботою.

Висновки до 1 розділу

Сучасність ставить перед фахівцями високі вимоги у контексті ринку праці та новітніх технологій, що спонукає до активного пошуку нових шляхів професійної підготовки та психологічних механізмів, які сприяють особистісному й професійному розвитку майбутніх спеціалістів. Особливо важливу роль у цьому процесі відіграє професійна ідентичність.

Аналізуючи роботи вітчизняних та зарубіжних дослідників, ми виділили кілька підходів до визначення поняття «ідентичність»:

- Це може бути структура «Его», що являє собою внутрішню і динамічну організацію потреб, здібностей і переконань, які самостворюються.
- Ідентичність також включає усвідомлення належності до певної групи, інтеграцію в цю групу та початок реалізації власних можливостей.
- Вона забезпечує концептуальну цілісність у різних аспектах життя.
- Ключовим є відчуття приналежності до певної цілісної структури, що

включає усвідомлення людиною свого місця у цій структурі.

У нашому дослідженні ми виходили з того, що професійна ідентичність відображає концептуальне уявлення особи про своє місце в професійній групі, яке супроводжується ціннісними та мотиваційними орієнтирами, а також суб'єктивним ставленням до своєї професійної приналежності. Професійна ідентичність охоплює перехід від зовнішнього підкріплення успіхів до формування внутрішніх джерел підвищення самооцінки, що регулює розвиток позитивного і адекватного самосприйняття та самооцінки у майбутній професійній діяльності.

Становлення професійної ідентичності майбутнього психолога – процес, обумовлений гендерними особливостями, які виконують системоутворювальну функцію щодо особистості; забезпечує статеворольову взаємодію між спеціалістами, функціонування особистості в системі гендерних настанов та вплив на процес діяльності гендерних стереотипів.

Професійна ідентичність майбутніх психологів виявляє свої специфічні риси на різних етапах підготовки, що зумовлені рівнем професійних знань, досвідом практичної діяльності та наближенням до реальної професійної роботи. Цей процес часто супроводжується сумнівами щодо відповідності обраної спеціальності та впевненості у власних силах, що може призводити до певного розчарування в професії.

На початкових етапах навчання студенти формують базові уявлення про професію, але, згодом, із набуттям нових знань і досвіду, можуть виникати питання щодо їхніх прагнень і цілей. Це може викликати внутрішні конфлікти, пов'язані з іміджем професії, матеріальним становищем, можливостями для розвитку та самореалізації.

З розвитком професійних компетенцій та зростанням самосвідомості психологи здатні знайти адекватне сприйняття своєї професійної ідентичності,

однак цей шлях може бути непростим і вимагати часу та підтримки з боку викладачів і колег.

В процесі теоретичного дослідження нами визначені гендерні відмінності процесу професійної ідентичності майбутніх психологів. Так, у студентів чоловічої статі професійна ідентичність сконцентрована на соціальному статусі і професійному самоствердженні. У студентів-жінок спостерігається спрямованість на реалістично-практичне та егоцентрично-гедоністичне самовизначення. Для жіночої частини студентів-психологів більш виражене бажання працювати за спеціальністю, а у чоловічої – прагнення до саморозвитку і самоосвіти. На завершення етапу отримання професії у студентів повинна бути сформована здатність брати на себе відповідальність за здійснення своїх планів, розвинене почуття реальності та адекватності щодо власних тактичних та стратегічних життєвих перспектив.

Все вищезазначене вказує на той факт, що процес формування майбутніх психологів опосередкований гендерними особливостями змістових характеристик ідентичності: ціннісні орієнтації, базові потреби в обраній професії та їх статево-рольові особливості. Результати експериментального вивчення динаміки даного процесу наведено у наступному розділі нашого дослідження.

РОЗДІЛ 2.

ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ- ПСИХОЛОГІВ

2.1. Програма комплексної діагностики процесу формування професійної ідентичності у майбутніх психологів

Згідно мети і завдань психологічного дослідження було проведено емпіричне вивчення стану сформованості професійної ідентичності у майбутніх психологів. *Мета* експериментальної частини роботи полягає у дослідженні впливу гендерних особливостей на процес становлення професійної ідентичності студентів-психологів.

В основу виділення складових ідентичності ми поклали концепції К.Абульханової-Славської, С. Рубінштейна і про те, що в основі усієї життєвої стратегії особистості лежать такі основні життєві відношення: 1) до себе; 2) до інших; 3) до оточуючого світу. Відповідно, нами було виділено такі складові професійної ідентичності психолога: самоприйняття, прийняття інших, емоційний комфорт, ціннісні орієнтації, актуальні потреби, мотиви вибору професії.

Спираючись на дані положення, нами були використані такі психодіагностичні методики, як:

1. Тест «Хто Я» М. Куна (в модифікації Т. Румянцевої) на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості.
2. Опитувальник професійної ідентичності У. Родигіної, спеціально адаптований згідно цілей нашого дослідження [42, с. 45-50].
3. Методика «Піраміда потреб» у відповідності до ієрархії потреб А. Маслоу (модифікація І. Акіндинової).
4. Методика М. Рокича на визначення ціннісних орієнтацій.
5. Статеворольовий опитувальник BSRI опитувальник С. Бем на

визначення ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності особистості.

Методологія експериментальної частини роботи заснована на співставленні якісних та кількісних даних, які були отримані протягом констатувального та контрольного етапів дослідження.

Дослідженням було охоплено 39 респондентів Криворізького педагогічного інституту Державного вищого навчального закладу «Криворізький національний університет». З них, 23 студенти IV курсу, 11 студентів V курсу та 5 студентів магістратури.

Відповідно до мети і завдань нашого дослідження був проведений психологічний експеримент, який включав три етапи: констатувальний, формувальний і контрольний.

Розглянемо більш детально діагностичну програму констатувального етапу.

1. Тест М. Куна «Хто Я» (в модифікації Т. Румянцевой) на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості.

Тест, що використовується для вивчення змістовних характеристик особистісної ідентичності, включає питання «Хто Я?», яке безпосередньо пов'язане з тим, як людина сприймає саму себе, тобто з її образом «Я» або «Я-концепцією». Це питання також має зв'язок із соціальною категорією, позицією або статусом, наприклад: «Я – студент», «Я – українець», «Я – жінка».

Відповіді на питання ідентичності можуть бути різноманітними і в значній мірі відображають соціальні вимоги або відносини, які є важливими для людини. Більшість таких відповідей можуть вказувати на роль або місце особи в соціумі, її цінності та якості, які вона вважає значущими в контексті своєї самоідентифікації. Таким чином, цей тест стає інструментом для глибшого розуміння того, як індивіди усвідомлюють себе у різних соціальних контекстах.

Стимульний матеріал тесту, що включає запитання «Хто я?» та 20 рядків для відповідей, дозволяє оцінити соціальну, особистісну та его-ідентичність індивіда на основі його самоопису. Ідентифікація людини з певною соціальною групою чи спільнотою є аспектом асиміляції колективного досвіду та

психології цієї групи.

Дослідник С. Зучер проаналізував відповіді респондентів на це запитання і виокремив шість категорій, які відображають різні моделі самосприйняття:

1. «Фізичне «Я» – включає ідентифікацію людини у фізичних термінах, наприклад: "У мене темне волосся", "Я високий", "Гарна зовнішність".
2. «Соціальне «Я» – охоплює терміни, пов'язані зі соціальною структурою, такі як: "дочка", "дружина", "брат", "друг", "віруючий".
3. «Професійне «Я» – може включати професійні ролі, такі як: "психолог", "спортсмен", "директор".
4. «Гендерне «Я» – визначає стать індивіда: "чоловік", "жінка".
5. «Особистісне «Я» (рефлексія) – характеризує особистісні якості, наприклад: "я веселий", "довірливий", "різкий".
6. «Я» метафоричне (порівняння) – включає порівняння себе з іншими, наприклад: "я, як мій батько", "я, як мій тренер".

Цей підхід до самоідентифікації допомагає глибше зрозуміти, як особа формує своє «Я» в контексті різних соціальних, професійних і особистісних аспектів та рівнів самосвідомості.

Обробка результатів: підраховується кількість ідентифікацій (відповідей) по кожній описаній групі.

2. Опитувальник професійної ідентичності У. Родигіної, спеціально адаптований для цілей нашого дослідження.

У. Родигіна визначає професійну ідентичність як результат процесів професійного самовизначення, які виявляються в усвідомленні себе як представника конкретної професії. Для оцінки професійної ідентичності студенти заповнюють опитувальник, у якому їм пропонується відповісти на кілька тверджень, вказуючи ступінь згоди або незгоди за шкалою від 1 до 5:

- 5 – цілком згодний
- 4 – згоден
- 3 – не думав про це, не знаю
- 2 – не згоден

- 1 – зовсім не згоден

Результати обробляються за чотирма шкалами, які відображають різні аспекти емоцій та ставлення до професії:

1. Шкала 1: Позитивні емоції, які пов'язані із задоволенням потреб людини в даній професії.
2. Шкала 2: Негативні емоції, які пов'язані із незадоволенням потреб людини в даній професії.
3. Шкала 3: Позиція активного ставлення студента до обраної професії.
4. Шкала 4: Позиція пасивного ставлення студента до обраної професії.

В підсумку, професійну ідентичність визначають дві основні величини:

- Показник переважання емоцій: співвідношення позитивних і негативних емоцій, що відображає загальне емоційне ставлення студента до професії.
- Показник активності: рівень активного або пасивного ставлення студента до обраної професії, що свідчить про його залучення та мотивацію.

Такий підхід дозволяє не лише оцінити професійну ідентичність, але й зрозуміти, які емоційні і поведінкові аспекти впливають на професійний вибір та самосприйняття студентів.

Перший фактор «Емоції від задоволеності/незадоволеності потреб людини в даній професії» (шкала «Емоційне ставлення»). У людини є набір певних усвідомлюваних чи неусвідомлюваних потреб (фізіологічних, матеріальних, духовних, соціальних тощо). Вибираючи певну професію, людина сподівається задовольнити тим самим наявні у неї потреби. Коли студент починає навчатися, більш докладно знайомлячись із змістом професії, він краще уявляє собі, наскільки ця професія здатна задовольнити його потреби і наскільки він підходить для даної професії. Передумовою будь-якої діяльності є та чи інша потреба, відповідно передумовою навчально-професійної діяльності студентів є ті потреби, які планується задовольнити в майбутній професійній діяльності. Тому професійна ідентичність студентів напрямую залежить від задоволення/незадоволення навчально-професійних та емоцій, які супроводжують цей процес.

Другий фактор «Позиція активного/пасивного ставлення студента до професії» (Шкала «Усвідомлена активність»). Позиція усвідомленого активного ставлення студента до професії може бути також визначена як позиція «суб'єкта». В якості основної передумови успішного освоєння професії розглядаються не стільки конкретні знання та вміння і не стільки психофізіологічні характеристики, які могли б знадобитися в обраній професії, скільки суб'єктивне ставлення до своїх дій і вчинків.

В залежності від вираженості даних показників виділяються 9 типів професійної ідентичності студента. (Додаток А)

3. Методика «Піраміда потреб» у відповідності до ієрархії А. Маслоу (модифікація І. Акіндинової).

Ця методика спрямована на виявлення актуальності базових потреб особистості в контексті обраної професійної діяльності. Вона базується на процедурі парних порівнянь 10 тверджень, що дає можливість кожному обстежуваному оцінити свої потреби. Методика може використовуватися як в індивідуальному, так і в груповому форматах.

При проведенні дослідження кожному учаснику слід надати окреме місце для виконання завдання, яке триває приблизно 20-25 хвилин. Основні шкали методики включають:

1. Матеріальні потреби: потреба в фінансовій стабільності та матеріальних благ.
2. Потреби в безпеці: бажання відчувати фізичну та емоційну безпеку.
3. Соціальні (міжособистісні) потреби: потреба в дружніх і підтримуючих стосунках з іншими.
4. Потреби у визнанні: важливість отримання підтвердження та визнання з боку оточуючих.
5. Потреби в самовираженні: прагнення реалізувати свій творчий потенціал та особистісні цінності.

Після виконання завдання учасникам потрібно підрахувати, скільки разів кожне твердження зустрічається у їхніх відповідях. Визначивши п'ять тверджень, що отримали найбільшу кількість балів, їх слід розташувати за ієрархією. Ці твердження вказують на провідні потреби особистості.

Наприклад:

- Якщо домінують матеріальні потреби, важливо надати студентам можливості заробляти матеріальні блага, щоб підвищити їхню мотивацію.
- Для студентів із потребами в безпеці важливо створювати атмосферу стабільності та впевненості в їхньому положенні.
- Якщо переважають соціальні потреби, варто акцентувати увагу на розвитку дружніх стосунків у колективі та позитивному моральному кліматі.
- Для тих, у кого переважає потреба у визнанні, важливо запропонувати перспективи кар'єрного зростання та визнання їхніх досягнень.
- Якщо ж у студентах домінує потреба в самореалізації, ключовими стануть можливості для творчої праці, автономії та участі у прийнятті рішень.

Викладач, знаючи ці провідні потреби студентів-психологів, може ефективно використовувати різні стимули, що сприяють підвищенню їхньої вмотивованості та залученості до навчального процесу. Це індивідуалізований підхід допоможе студентам досягти кращих результатів у навчанні і професійній підготовці. (Додаток Б)

4. Методика М. Рокича на визначення ціннісних орієнтацій.

Методика, розроблена М. Рокічем, заснована на способі прямого ранжирування життєвих цінностей. Всього вчений виділяє дві категорії цінностей:

1. Термінальні цінності складаються з переконань в тому, що мета індивідуального існування коштує шляху, пройденого до неї. Наприклад, активне життя, наявність друзів, цікава робота, матеріальна забезпеченість, здоров'я і т.д.

2. Інструментальні цінності включають в себе переконання, що певна властивість особистості або образ дій кращий у будь-якій ситуації. Наприклад,

нетерпимість до своїх і чужих недоліків, самоконтроль, вихованість, незалежність, терпимість і т.д.

Методика Рокича ґрунтується на тому, що склад ціннісних орієнтації кожного виду однаковий для всіх людей. Різниця тільки в ступені важливості конкретної мети для кожної людини. Встановити її пропонується методом прямого ранжування: кожне визначення цінності заноситься на окрему картку, а людина розподіляє їх по ступеню важливості для себе. Те ж саме можна отримати, запропонувавши випробуваному перелік ціннісних орієнтації у вигляді опитувального аркуша, на якому треба проставити ранги для них: 1-й – для самої важливої цінності, 2-й – для наступної за важливістю і т. д. Зазвичай достатньо отримати інформацію про перших п'ять ціннісних орієнтацій, оскільки вплив менш важливих цінностей на поведінку може вважатися зневажливо малим. Окремо ранжуються термінальні та інструментальні ціннісні орієнтації. (Додаток В)

5. Статеворольовий опитувальник BSRI С. Бем на визначення ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності особистості

Методика, розроблена Сандрою Бем, застосовується для діагностики психологічної статі та визначення ступеня андрогінності, маскулінності і фемінності особистості. Вона складається з 60 тверджень, на які респонденти відповідають «так» або «ні», таким чином оцінюючи наявність або відсутність певних якостей у себе. З цих тверджень, 20 запитань вимірюють андрогінність, а по 20 запитань призначені для оцінки маскулінності та фемінності.

Основні статоворольові типи

Сандра Бем виділяє три основні типи статевих ролей:

1. Маскулінний тип: характеризується високим показником вираженості чоловічих рис і якостей (маскулінності) при мінімальному прояві жіночих (фемінних).
2. Фемінний тип: має високий показник жіночих (фемінних) характеристик при обмеженій наявності чоловічих (маскулінних) рис.

3. Андрогінний тип: описується як поєднання високих показників маскулінності та фемінності в одній особистості, що дозволяє індивіду адаптуватися до різних соціальних ситуацій.

Дослідження професійної ідентичності

У рамках дослідження формування професійної ідентичності майбутніх психологів, була реалізована програма комплексної діагностики, що базується на методології Сандри Бем, а також етапах дослідження.

Констатувальний етап дослідження:

На констатувальному етапі проводилася експериментальна робота, метою якої було з'ясування початкового рівня ідентифікації студентів з різними статевими ролями та їхніми якостями. Це включало:

- Проведення анкетування за допомогою опитувальника Бем, щоб отримати інформацію про прояв маскулінності, фемінності та андрогінності у студентів.
- Аналіз значень отриманих даних для виділення типів статевої ідентичності серед респондентів.
- Визначення взаємозв'язків між статевою ідентичністю та характеристиками професійної ідентичності, а також їх впливу на подальші навчання і практику.

Цей підхід дозволяє зрозуміти, яким чином статеві ролі можуть впливати на формування професійної ідентичності майбутніх психологів, і дає змогу корегувати навчальний процес з урахуванням індивідуальних особливостей студентів.

2.2. Експериментальна перевірка процесу формування професійної ідентичності студентів-психологів

1. Результати тестування за методикою М. Куна «Хто Я» (в модифікації Т.Румянцевой) на визначення змістовних характеристик

ідентичності особистості.

Після проведення діагностичного дослідження нами були отримані індивідуальні дані студентів щодо змістовних характеристик їх ідентичності. Після аналізу стимульного матеріалу всі відповіді були розподілені за шістьма категоріями, в яких представлені різні моделі бачення студентами-психологами своєї особистості: Я – фізичне, Я – соціальне, Я – професійне, Я – гендерне, Я – особистісне та Я – метафоричне. На діаграмі (рис. 2.1.) наведений розподіл студентів за цими категоріями.

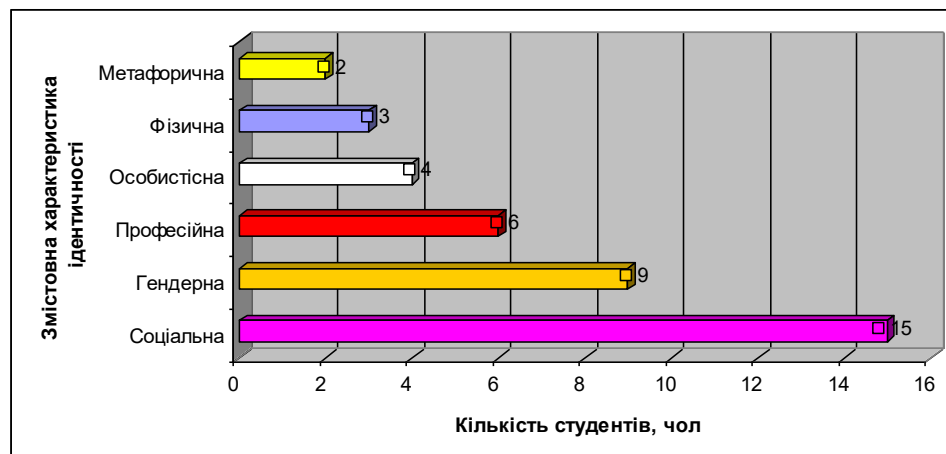


Рис. 2.1. Діаграма розподілу студентів
за змістовими характеристиками ідентичності особистості

Як бачимо, на першому місці за чисельністю відповідей (15 осіб) є категорія «Я – соціальне». Це підтверджує, що студенти у відповідності до вікової періодизації належать до старшого юнацького віку. Саме цей період характеризується найбільшою активністю, коли особистість включається у кілька соціальних груп, розширюється коло спілкування, починається сімейне життя.

На наступному місці маємо категорію ідентичності «Я – гендерне». Загальна кількість студентів, які потрапили до цієї групи – 9 осіб. Для даної категорії характерним є те, що в даному віці остаточно завершується формування самосвідомості та уявлення про себе як чоловіка чи жінку,

усвідомлюється стиль гендерної поведінки та відбувається виокремлення себе як особистості, яка готова продовжувати рід.

Далі слідує категорія «Я – професійне», яка нараховує 6 студентів. Психологи, які мають таку характеристику власної ідентичності, як правило, вже включені у систему професійних відносин. Це і навчання в університеті, де формується професійна самосвідомість, і проходження навчальної практики у навчальному закладі, де студент вже може використовувати свої психологічні знання, вміння та навички. Окрім того, період юнацтва є періодом професійного становлення, тому дані показники, на нашу думку, не є випадковими.

Наступною категорією є така змістовна характеристика ідентичності, як «Я – особистісне». Дана категорія студентів нараховує 4 особи та характеризується прийняттям себе як повноцінної особистості, яка включена у структуру взаємовідносин з оточуючим світом та несе в собі індивідуальний досвід і надбання своєї родини. Окрім того, дані студенти здебільшого позиціонують себе у глибинних описових характеристиках, що говорить про розуміння себе, своїх думок, бажань, розвинену рефлексію.

Передостанньою змістовною категорією у студентів є фізичне «Я». Відповіді студентів даної групи включають опис себе у фізичних термінах, поняттях (темне волосся, гарна, блакитні очі, тощо). Це вказує на поверхнєве розуміння себе як особистості, небажання аналізувати свої глибинні структури, через що такі студенти більш спрямовані на споглядання оточуючого світу, ніж на спроби зрозуміти закономірності його функціонування. Можна припустити, що в майбутньому такі психологи будуть схильні більше до описової психології, не вдаючись у подробиці індивідуального життя клієнтів.

Останнє місце за кількістю відповідей займає група студентів, які входять до категорії «Я – метафоричне» (2 особи). Їх результати носять аморфний, нечіткий характер, який орієнтований до порівняння себе з живими та неживими об'єктами (як мій батько, як бабуся, як камінь, дзеркало тощо). Можна сказати, що такі студенти мають певні труднощі у самоідентифікації та

знаходяться у пошуку власної, індивідуальної ідентичності. Процеси самоаналізу для них відбуваються вкрай важко, може бути відсутня або частково присутня власна думка з багатьох життєвих питань.

Результати за данною методикою в гендерному аспекті мають свої особливості. Розподіл студентів за змістовними характеристиками їх ідентичності у гендерному аспекті наведено на рисунку 2.2.

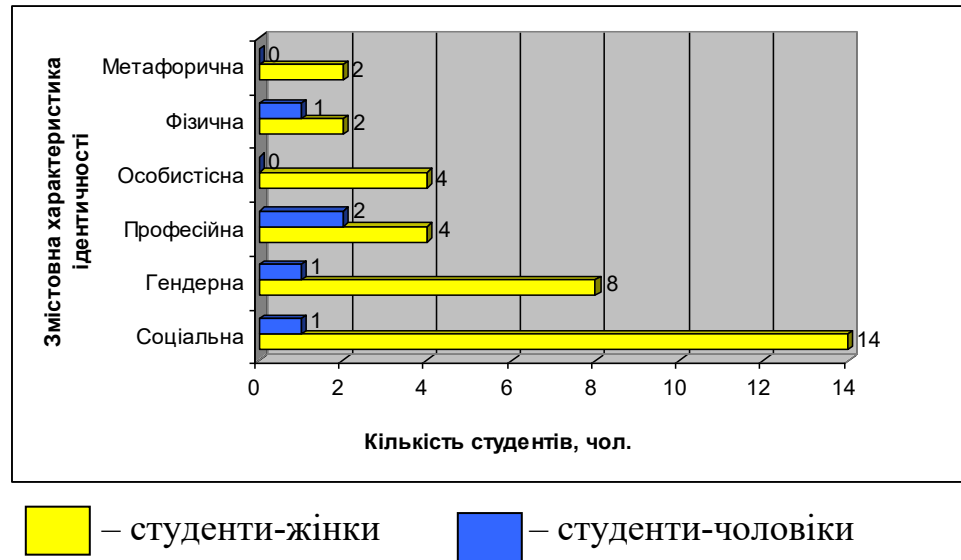


Рис. 2.2. Діаграма розподілу студентів за змістовними характеристиками їх ідентичності у гендерному аспекті

Так, серед чоловічої аудиторії опитаних до категорії «Я – професійне» увійшли 2 студенти, до категорії «Я – фізичне», «Я – гендерне» та «Я – соціальне» – по 1 студенту відповідно.

Серед жіночої частини опитаних маємо такі результати. До категорії змістовної характеристики ідентичності «Я – соціальне» увійшли 14 студенток, «Я – гендерне» – 8 осіб, «Я – професійне» та «Я – особистісне» – по 4 особи, «Я – фізичне» та «Я – метафоричне» – по 2 студентки відповідно.

Як бачимо, для студентів-чоловіків здебільшого характерним є прагнення до професійного самоствердження, визначення свого місця в професійному житті. Студенти переконані у виключному значенні здобуття професії для свого особистісного розвитку. Фізичні дані, гендерні ознаки та соціальний статус і активність для даної групи студентів не є пріоритетним.

Інша картина характерна для студентів жіночої статі. Так, найбільш актуальним, на їх думку, є соціальна активність, про що свідчить категорія «Я – соціальне», в яку входять 14 студенток. Гендерні особливості, статево-рольова поведінка та особливості її прояву важливі для 8 студенток. Професійне зростання, самоствердження та особистісні якості важливими є для 8 осіб (по 4 особи на кожен категорію «Я – професійне» та «Я – особистісне»). Фізичні характеристики та аморфна самоідентифікація притаманні 4 особам (по 2 на кожен з категорій «Я – фізичне» та «Я – метафоричне»).

Таким чином, можна говорити, що для студентів-чоловіків характерним є прагнення до професійного визнання, зростання та самоствердження в професійному плані. Фізичні, гендерні та соціальні особливості їх ідентичності є, в рамках нашої роботи, несуттєвими. Для жінок першочерговим є соціальна активність, входження в якомога більшу кількість соціальних груп, формування соціально-прийнятних форм взаємодії. Окрім того, для них важливим є і гендерна приналежність, адекватне функціонування статево-рольової поведінки. Професійне самоствердження за пріоритетом знаходиться на третьому місці.

2. Результати за методикою У. Родигіної на визначення особливостей професійної ідентичності практичних психологів.

Після того, як вся вибірка студентів дала відповіді на питання анкети, нами були підраховані бали та визначені дані за двома величинами – показником переважаючих емоцій і показником активності. В залежності від вираженості даних показників ми виділили 9 типів професійної ідентичності студентів. На діаграмі (рис. 2.3.) наведений розподіл студентів відповідно до цих типів.

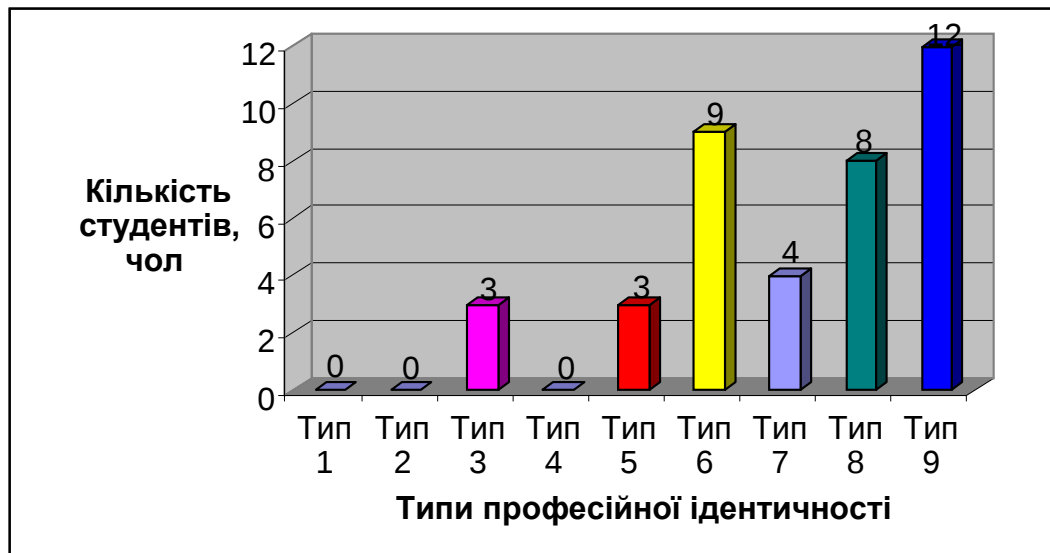


Рис. 2.3. Діаграма розподілу студентів за типами професійної ідентичності

Розглянемо кожен тип по черзі. Так, для 3-х студентів характерним є 3 тип професійної ідентичності. Ця характеристика студентів описує цікавий феномен, коли, незважаючи на позитивні емоції і інтерес до майбутньої професії, спостерігається пасивна позиція щодо навчальних задач. Ось кілька важливих аспектів такого явища:

Позитивні емоції та інтерес

- **Позитивний ставлення:** Студенти відчують радість і задоволення від обраної професії, що свідчить про їхній інтерес і бажання до професійної діяльності.
- **Привабливість професії:** Вони мають бажання приділяти більшу частину часу заняттям, пов'язаним з професією, що може включати практичні проекти, стажування чи волонтерство.

Пасивність у навчанні

- **Недостатня активність:** Незважаючи на позитивний емоційний фон, студенти можуть не проявляти ініціативи та активності у виконанні навчальних завдань, що може бути пов'язано з різними факторами, такими як страх перед невдачею, відсутність впевненості у своїх силах або низька мотивація до самостійного навчання.

- Мотиваційні бар'єри: Можливо, що студенти потребують зовнішніх стимулів чи підтримки для збільшення активності в навчанні і виконанні завдань.

Потенційні рішення

1. Покращення навчальної мотивації: Запровадження нових методів навчання, які б активно залучали студентів і давали можливість реалізувати свої позитивні емоції в практичній діяльності.
2. Розвиток навичок самостійного навчання: Проводити тренінги з тайм-менеджменту, постановки цілей і саморефлексії, що допоможе студентам ефективніше працювати над навчальними задачами.
3. Створення підтримуючого середовища: Викладачі та ментори можуть забезпечити психологічну підтримку, заохочуючи студентів виявляти активність та брати участь у навчальному процесі.

Розуміння того, як позитивні емоції взаємодіють із пасивною позицією у навчанні, може допомогти розробити стратегії для підвищення активності студентів і сприяння їх професійному розвитку.

Троє студентів мають 5 тип професійної ідентичності, який характеризується середньовираженою активною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії. У студентів цього типу відсутні виражені тенденції, показники близькі до середнього.

Шостий тип властивий 9 студентам. Він характеризується середньовираженою активною позицією, що супроводжується позитивними емоціями щодо майбутньої професії. Професійна ідентичність студентів даного типу переважно активна і виражена. Дані студенти вважають професію психолога своїм покликанням, одним із засобів самореалізації у житті. Активність по відношенню до майбутньої професії знаходиться на середньому рівні.

Для 4 студентів характерним є 7 тип професійної ідентичності. Студенти мають активну позицію, що супроводжується негативними емоціями щодо

майбутньої професії. Прагнуть досягти певних цілей в даній професії і проявляють значну активність у навчально-професійній діяльності.

Восьмий тип властивий 8 майбутнім практичним психологам. Він характеризується активною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії.

Кількість студентів, яких за результатами можна віднести до 9 типу професійної ідентичності, нараховується 12 осіб. Даний тип характеризується активною позицією, що супроводжується позитивними емоціями щодо майбутньої професії. Професійна ідентичність студента є вираженою і активною.

Як бачимо, більша кількість студентів мають 6 та 9 типи професійної ідентичності, що свідчить про позитивне емоційне ставлення до майбутньої професійної діяльності та виражену активність у здобутті знань, вмінь та навичок практичної діяльності в галузі психології.

Якщо розглядати отримані результати в гендерному аспекті, то очевидними є особливості професійної ідентичності практичних психологів юнаків та дівчат (рис. 2.4.).

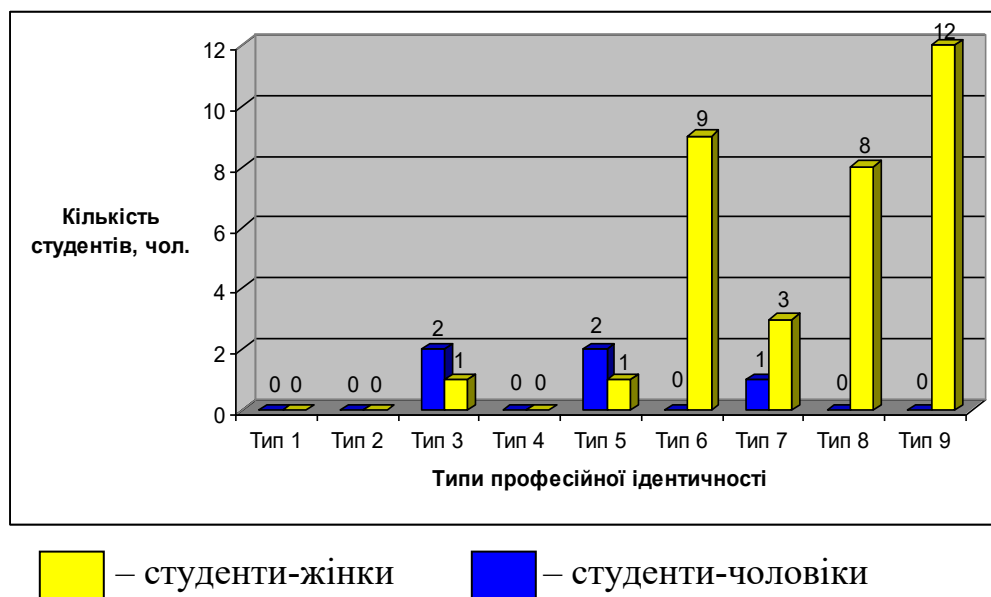


Рис. 2.4. Діаграма розподілу студентів за особливостями професійної ідентичності практичних психологів у гендерному аспекті

Так, студенти-чоловіки переважно не демонструють вираженої активності у здобутті знань, вмінь та навичок практичної діяльності в галузі психології (переважає пасивність та середня активність). Стосовно емоційного ставлення до майбутньої професії, більшість студентів мають позитивне та нейтральне емоційне забарвлення у оволодінні психологічною наукою. Один студент має негативне відношення до цієї галузі, яку він обрав для майбутньої професії.

Для студентів-жінок характерним є відносно висока активність у здобутті професії психолога (23 особи мають високий рівень та 9 осіб – середній). Це говорить про те, що студенти ставлять собі чітку мету в професійній сфері і прагнуть її досягти, планують своє життя в руслі професії, знають, як отримати потрібну для них інформацію. В емоційному плані більшість студенток мають позитивне ставлення до обраної професії, її здобуття супроводжується піднесеним настроєм. Дев'ять студенток ставляться до професії нейтрально, тобто яскравих емоцій в плані здобуття знань та умінь майбутнього практичного психолога не помічено. Троє студенток взагалі мають негативне ставлення до майбутньої професії, сам процес здобуття знань викликає у них негативні емоційні переживання та настрій.

Опис особливостей студенток-психологів підкреслює важливі аспекти формування професійної ідентичності та їхньої мотивації до навчання і кар'єри. Активна позиція та оптимістичні очікування

Студенти жіночої статі демонструють активність у навчанні та професійному розвитку, що супроводжується позитивними емоціями. Вони проявляють впевненість у своїй вибраній професії:

1. Позитивні емоції: Емоційна зацікавленість у професії психолога є ключовим фактором, що підвищує їхню мотивацію. Це може включати задоволення від навчальної діяльності і взаємодії з однодумцями.
2. Оптимістичні очікування: Віра в успіх і реалізацію у цій професії допомагає їм налаштуватися на досягнення цілей. Вони вважають, що

психологія – це не лише кар'єра, а й покликання.

Професійна ідентичність і самореалізація

Ваша характеристика також підкреслює:

- Виражена професійна ідентичність: Студентки мають чітке уявлення про свої професійні цілі і особисті цінності, зв'язуючи їх із вибором професії. Це дозволяє їм формувати своє власне професійне «я».
- Самореалізація: Вони активно шукають можливості для самовираження в професії психолога. Це може включати участь у психологічних волонтерських проектах, стажування, або самостійну практику, що сприяє їхньому росту та розвитку.

Ставлення до практичної діяльності

Дівчата прагнуть практичного досвіду, що є важливим для їх професійного становлення:

- Перевага практичної діяльності: Вони прораховують своє майбутнє, акцентуючи увагу на важливості практичного досвіду, що підвищує їхню готовність до роботи в реальних умовах.
- Цілеспрямованість: Встановлення цілей та прагнення до їх досягнення свідчить про високий рівень мотивації і готовності до професійних викликів.

Таким чином, студентки, які навчаються на психологічних факультетах, мають позитивний, активний підхід до процесу навчання і майбутньої професії. Це підкреслює важливість підтримки з боку викладачів і університетів у створенні низки можливостей для практичної реалізації їхніх амбіцій, адже такі підходи сприяють більш глибокому зануренню в професію і формуванню впевненості у своїх силах.

Для студентів-чоловіків властива відносна пасивність у здобутті професії психолога, що супроводжується незначними емоційними проявами без яскравих переживань та піднесеного настрою. Активність є ситуативною,

здебільшого носить нетривалий характер та швидко зникає при зіткненні з певними труднощами. Це говорить про те, що до різних навчально-професійних ситуацій студент може ставитися по-різному, переважання емоцій також залежить від різних ситуацій.

3. Результати за методикою «Піраміда потреб» на визначення базових потреб у професійній діяльності.

За даною методикою ми отримали дані, в яких проявляються базові потреби студентів у процесі здобуття професії психолога. На діаграмі (рис.2.5.) наведений розподіл студентів відповідно до цих потреб.

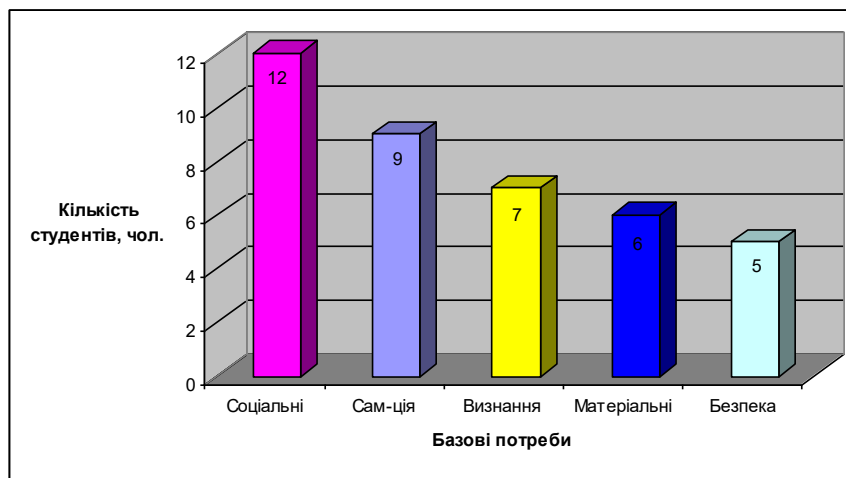


Рис. 2.5. Діаграма розподілу студентів

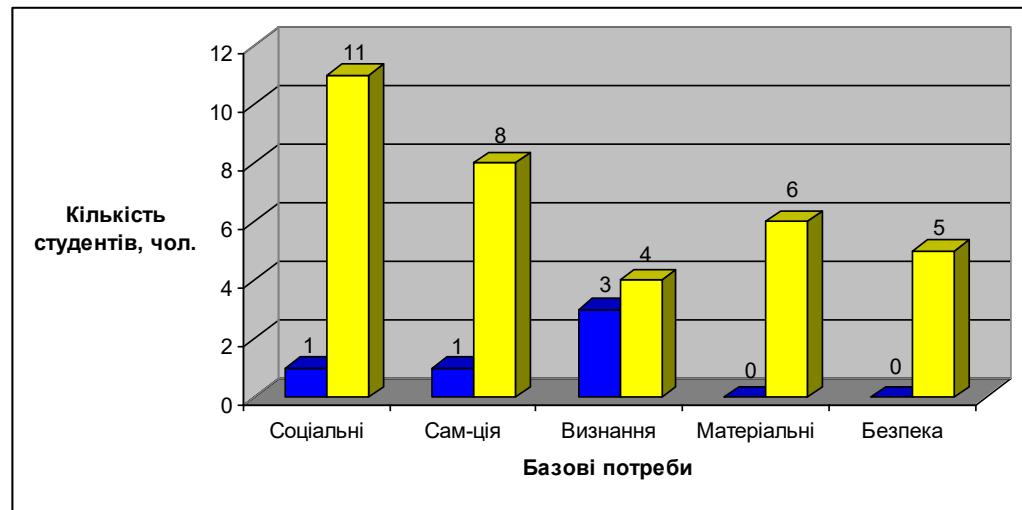
за базовими потребами у відповідності до обраної професійної діяльності

Як бачимо з діаграми, 12 студентів в обраній професії задовольняють соціальні потреби. З цим можна погодитися, оскільки сама професія практичного психолога передбачає постійну соціально-психологічну діяльність, яка включає в себе взаємодію з оточуючими людьми. Окрім того, студенти з даної групи високо цінують дружні стосунки, позитивний моральний клімат колективу. На другому місці за кількістю студентів знаходиться група майбутніх практичних психологів, які задовольняють потребу у самореалізації. Для них головним є творча праця, автономія, участь у прийнятті рішень, і, що є головним, відповідальність за свою роботу з майбутніми клієнтами. Дана група нараховує 9 студентів. Потреба у визнанні характерна для 7 студентів, які свою

професію розглядають як можливість зробити собі ім'я, бути відомими, задовольнити свої амбіції. Окрім того, професія практичного психолога є відносно новою, ринок праці потребує спеціалістів в данному напрямку, тому це є ще одним стимулом для визнання себе як спеціаліста у новаторській діяльності. Групу студентів, які задовольняють професійною діяльністю власні матеріальні потреби, нараховує 6 чоловік. Молоді люди усвідомлюють, що спеціальність психолога в повній мірі не зможе надати їм матеріального статку, а отже дана категорія є малочисельною. Найменш чисельною є група студентів, які обраною професією задовольняють потребу у безпеці. Дана група нараховує 5 осіб. Ці студенти керуються тим, що майбутня діяльність буде такою, яка не зможе заподіяти їм відчутної моральної, психічної або фізичної шкоди.

В результаті можна говорити про те, що більшість студентів мають професійні орієнтири і задоволення своїх потреб теж пов'язують з майбутньою діяльністю. Результати свідчать про реалістичність уявлень стосовно професійних обов'язків і завдань.

В гендерному розрізі результати мають свої особливості. Наочно розподілення базових потреб студентів у професійній діяльності в гендерному аспекті наведено на діаграмі (рис. 2.6.).



■ – студенти-жінки ■ – студенти-чоловіки

Рис 2.6. Діаграма розподілу базових потреб студентів у професійній діяльності в гендерному аспекті

Для студентів-чоловіків найголовнішою базовою потребою у професійній діяльності психолога є визнання. Дану потребу обрали 3 студенти. На їх думку професія психолога допоможе їм задовольнити свої амбіції, дозволить проявити себе серед представників інших професій та на цій основі мати особливий соціальний статус. Окрім того, такі студенти прагнуть поваги від оточуючих та їх схвалення. Знання, вміння і навички з психології студенти даної групи будуть спрямовувати на зміцнення свого авторитету. Соціальна потреба та потреба у самореалізації для студентів-чоловіків не є пріоритетною (по 1 особі відповідно до кожної потреби). Прагнення розвиватися, самовдосконалюватися та розширювати соціальні контакти для юнаків не є головним, принаймні у процесі здобуття професії психолога.

Для студентів-жінок, навпаки, виключною є соціальна потреба, тобто потреба у трудовій діяльності, соціально-економічній активності, духовній культурі. Окрім того, характерним є бажанням утворювати сім'ю, вступати в різні соціальні групи, колективи. Дана група потреб нараховує 11 студентів. Потреба у самореалізації притаманна 8 студенткам, які вбачають свою майбутню професію як засіб реалізації своїх можливостей, цілей та умінь. Шість студенток вважають, що майбутня професія зможе задовольнити їх потребу у матеріальному достатку. Дві інші групи потреб – потреба у визнанні та потреба у безпеці – не є пріоритетними у жіночій частині майбутніх психологів.

Таким чином, студенти-чоловіки у своїй майбутній діяльності бажають задовольнити потребу у визнанні, тоді як студенти-жінки прагнуть до реалізації своїх соціальних потреб. Чоловіки більш орієнтовані на кар'єрне зростання, тоді як для студенток характерним є збільшення соціальних контактів та входження в велику кількість колективів.

4. Результати за методикою М. Рокича на визначення ціннісних орієнтацій майбутніх практичних психологів

За результатами діагностичної процедури студентів було віднесено до двох типів цінностей: термінальних та інструментальних. До першої групи увійшло 28 студентів, до другої – 11. З цього вже видно, що студенти першої групи мають цілі, які вони вважають домінуючими у своєму житті і реалізація яких є пріоритетом їхнього життя. Друга група характеризується цілями, які визначають ставлення до життя, до людей, до певних виробничих ситуацій важливими, але не такими, яким можна присвятити все життя.

Більшість майбутніх психологів з першої групи (групи з термінальними цінностями) обирають активне діяльнісне життя (середній ранг по виборці – 2,9), пізнання (середній ранг по виборці – 4,8), наявність друзів (середній ранг по виборці – 6,91), цікава робота (середній ранг по виборці – 7,3), впевненість в собі (середній ранг по виборці – 7,68), щастя інших людей (середній ранг по виборці – 9,65). На наш погляд, це загальнолюдські цінності, які визначають позитивне ставлення до себе та конструктивне – до інших, що свідчить про стійку гуманістичну позицію, яка характерна для високого рівня професійної ідентичності майбутнього психолога.

Друга група студентів, які обрали інструментальні цінності, теж має свої особливості. Так, вихованість як цінність має провідне місце (середній ранг по виборці – 3,2), далі йде широта поглядів (середній ранг по виборці – 4,6), чесність (середній ранг по виборці – 6,3), незалежність (середній ранг по виборці – 7,8), життєрадісність (середній ранг по виборці – 8,34) та самоконтроль (середній ранг по виборці – 10,2). Дана група студентів, в основному, орієнтована на постійне самовдосконалення, самоосвіту, виховання себе як гармонійної особистості.

В цілому, дана методика дала змогу прослідкувати, що ціннісні орієнтації майбутніх психологів лежать у площині соціальних контактів, професійної компетентності та саморозвитку, що вказує на їх взаємозв'язок з професійною ідентичністю.

Тепер перейдемо до аналізу ціннісних орієнтацій студентів в залежності від їх гендерного аспекту. Розподіл студентів на інструментальні та термінальні цінності в залежності від гендерного критерію наведено на діаграмі (рис. 2.7.).

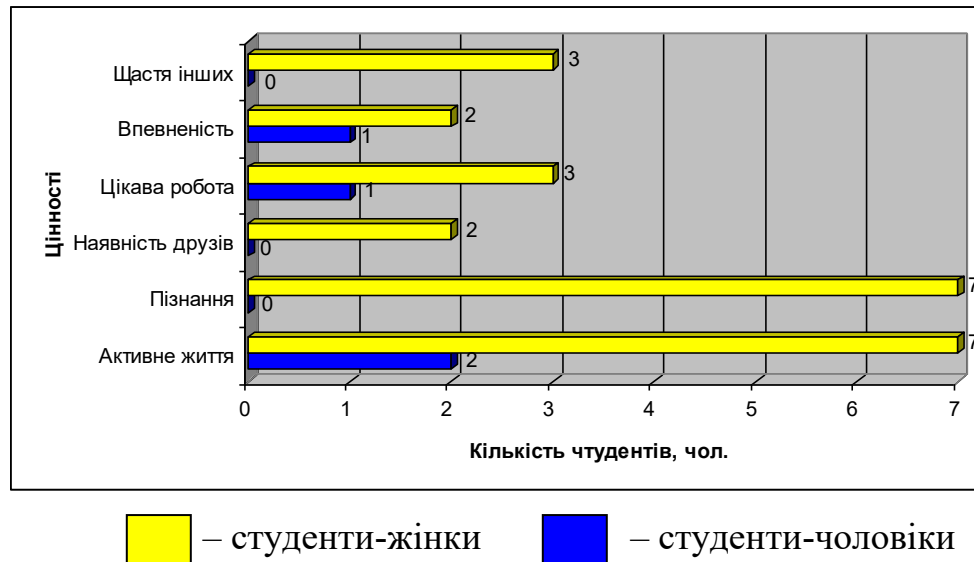


Рис. 2.7. Діаграма розподілу термінальних цінностей студентів в залежності від гендерного критерію

Як бачимо, для студентів-чоловіків провідною термінальною цінністю є активне діяльнісне життя (2 студента). Впевненість та цікава робота як цінності характерні також для двох студентів (по одному на кожну цінність). Вдаючись до змістовного аналізу даних цінностей, їх можна поєднати в конкретний блок цінностей. Вони свідчать про діяльнісну сутність особистості студентів, їх активність у досягненні життєвої мети. Окрім того, для реалізації даних цінностей актуальними є знання, вміння та навички, вміння себе організувати та контролювати.

Для жіночої частини студентів характерним є так званий діяльнісно-соціальний блок цінностей, до якого входять такі цінності, як активне життя (7 осіб), пізнання (7 осіб), цікава робота та щастя інших (по 3 особи відповідно), наявність друзів та впевненість (по 2 особи відповідно). Ці студенти характеризуються прагненням до активного, діяльнісного життя, яке можна

забезпечити за допомогою пазнавальної діяльності. Окрім того, дана діяльність за змістовними своїми якостями спрямована на покращення життя іншим людям, створення для їх особистісного розвитку комфортних умов.

Розглянемо особливості розподілу студентів за інструментальними цінностями. Цей процес наочно представлено на діаграмі (рис. 2.8.).

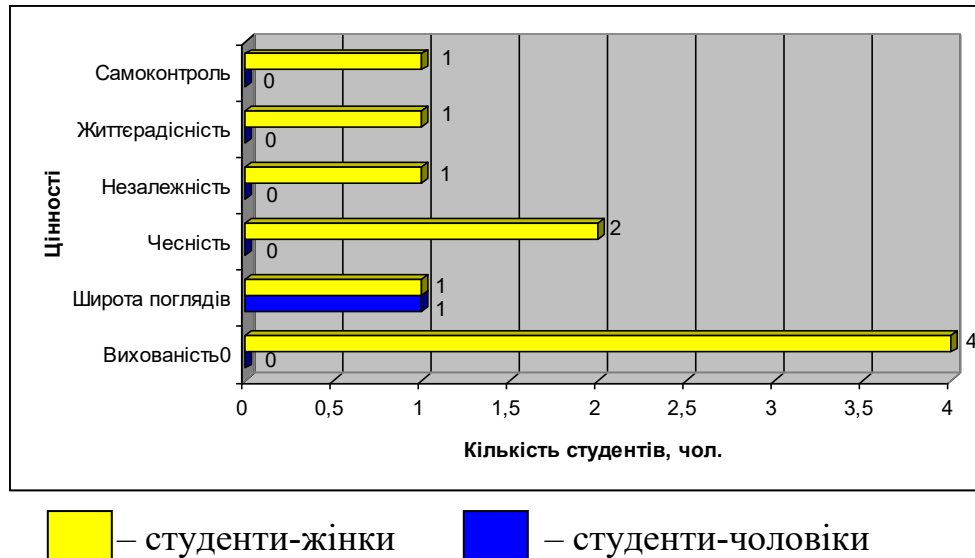


Рис. 2.8. Діаграма розподілу інструментальних цінностей студентів в залежності від гендерного критерію

Як бачимо, для студентів-чоловіків інструментальні цінності майже не характерні. Виключенням є один студент, для якого широта поглядів є цінністю, що визначає його ставлення до оточуючої дійсності. Майже повна відсутність даної групи цінностей може говорити про орієнтацію чоловічої частини студентів на більш домінуючі, пріоритетні життєві цілі, досягненню яких вони готові присвятити своє життя. Інструментальні ж цінності є засобом досягнення переважно часткових потреб та мотивів.

Для жіночої частини майбутніх психологів характерними є вихованість як цінність (4 особи) та чесність (2 особи). Інші цінності не є пріоритетними. Це говорить про те, що для студенток домінуючим є так званий моральний блок цінностей. Він свідчить про процес набуття знань, їх реалізацію у майбутній професійній діяльності тільки в моральному вимірі, що означає тактичність, чемність, порядність по відношенню до себе як до суб'єкта діяльності та до

оточуючих. Іншими словами, чоловіки можуть досягти своєї мети, в тому числі, професійної, меншими моральними забор'язаннями, ніж жінки.

Отже, підсумовуючи результати за даною методикою, можна сказати, що студенти чоловічої статі в професійній діяльності переважно орієнтуються на досягнення практичних цінностей (активне діяльнісне життя, цікава робота, впевненість у собі, широта поглядів). В той же час, студенти-жінки в досягненні професійних цілей більш спираються на такі цінності, як наявність друзів, щастя інших, вихованість та чесність.

5. Результати вивчення ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності особистості студентів за опитувальником С. Бем.

За результатами опитування всіх студентів було розподілено на три групи в залежності від їх статево-рольових особливостей та психологічної статі: андрогінність, маскулінність і фемінність. На діаграмі (рис. 2.9.) наведений розподіл студентів відповідно до цих особливостей.

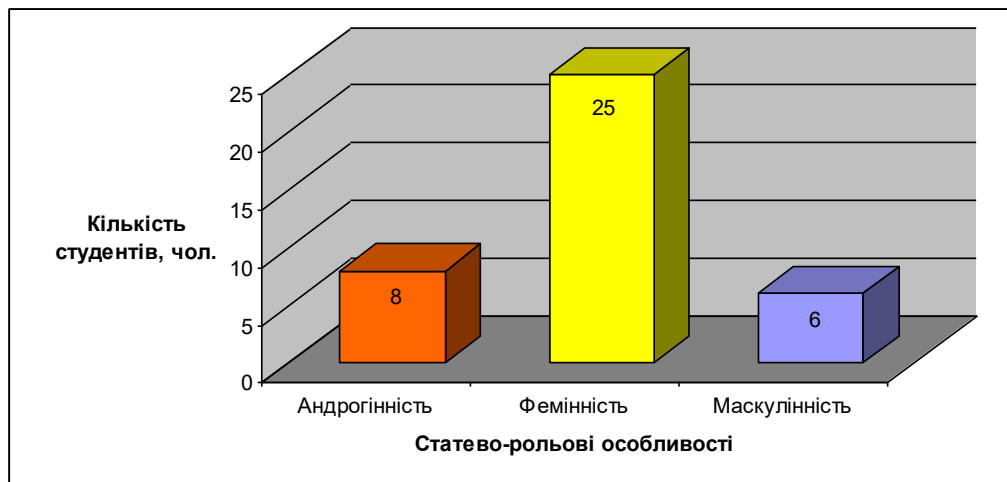


Рис. 2.9. Діаграма розподілу студентів за статево-рольовими особливостями та психологічною статтю

В процесі життєдіяльності, індивідуального досвіду та взаємовідносин з іншими людьми у майбутніх психологів сформувався індивідуальний статево-рольовий тип поведінки. Так, андрогінний тип мають 8 студентів. Дана група представлена виключно студентами жіночої статі у віці від 22 до 23

років. Для них характерним є поєднання високих показників маскулінності і фемінності в одній особі. Це говорить про вміння ефективно взаємодіяти як з чоловіками, так і з жінками, розуміти особливості кожної статі, приймати оточуючих у всіх їх проявах, ознаках та діях. З одного боку, такі студенти краще розуміють оточуючих, але з іншого, можуть виникати труднощі у подальшій психологічній діяльності, наприклад, під час консультування, корекції тощо. Для студентів даної групи характерним є надійність, справедливість, вміння дружити.

Фемінний тип мають 25 опитаних студентів. Для них характерним є високий показник жіночих (фемінних) характеристик при мінімальній представленості чоловічих (маскулінних) рис і якостей. Даний факт є незаперечним, оскільки 100% опитаних даної групи є дівчата у віці від 20 до 23 років. В даному випадку можна стверджувати, що фізіологічна, біологічна стать студенток визначає їх психологічну стать. Характерним є вміння співпереживати, м'якість характеру, чесність, відданість.

Маскулінний тип мають 6 студентів, серед яких 5 юнаків та 1 дівчина віком від 22 до 23 років. Для них характерним є високий показник вираженості чоловічих рис і якостей (маскулінності) при мінімальній наявності жіночих (фемінних). Дана група має певні особливості. Так, серед юнаків даний тип обумовлений біологічною статтю і гендерними стереотипами. Для дівчат дана ознака є результатом багатьох факторів, одним з яких є особливості сімейного виховання, референтна група, соціальний стереотип про ділову жінку та ін. Студенти даної групи мають сильний характер, незалежні, принципові, мають власну думку з будь-якого питання.

Далі розглянемо детальніше розподіл результатів проведення даної методики в гендерному контексті. Наочно їх представлено на діаграмі (рис. 2.10.).

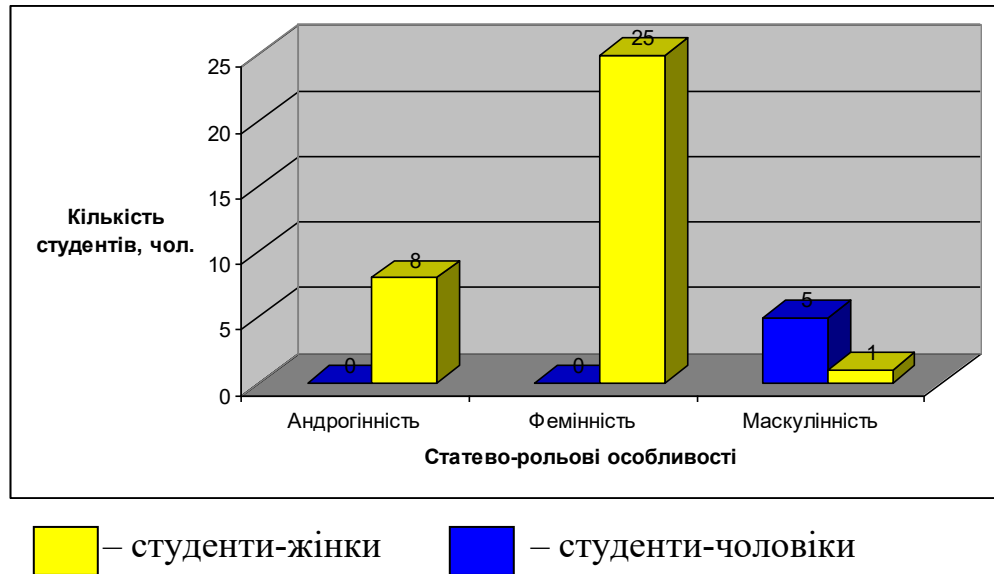


Рис. 2.10. Діаграма розподілу студентів за статеворольовими особливостями в гендерному контексті

Для всіх чоловіків характерним є маскулінний тип статево-рольової поведінки (5 студентів). Це обумовлене фізіологічними та біологічними особливостями статі, окрім того даний тип визначає поведінку чоловіків як впевнену, незалежну, домінуючу, сильну та амбіційну. Серед жіночої частини студенток-психологів більшість (25 осіб) мають фемінний тип статево-рольової поведінки. Окрім того, представлений також андрогінний тип поведінки (8 осіб) та в незначній кількості (1 особа) – маскулінний тип поведінки. Даний розподіл вказує на те, що чоловіки, в абсолютній кількості, відповідають своїй біологічно-статевій та статево-рольовій поведінці. Жінки, в більшості своїй, також мають відповідність біологічній та психологічній статі, але серед них є й такі, які мають певні особливості, невідповідні біологічним та психологічним ознакам (9 осіб). Саме такі студентки можуть мати певні ускладнення у формуванні власного самосприйняття, що, у свою чергу, може певним чином вплинути на сам процес формування їх ідентичності, зокрема, професійної.

З метою визначення стану професіоналізації студентів-психологів в контексті їх гендерних особливостей, а також умов, які впливають на оптимізацію даного процесу, нами визначено сутнісні характеристики рівнів розвитку професійної ідентичності, а саме: високий, оптимальний та низький.

Високий рівень розвитку професійної ідентичності характерний для майбутніх психологів, які відрізняються м'якістю, витонченістю, образністю, добре розвинутою інтуїцією. За змістовними характеристиками професійної ідентичності такі студенти, як правило, входять до категорій «Я –соціальне», «Я – професійне» як умова успішного входження, пристосування та функціонування у майбутній професії. Опис студентів із високим рівнем професійної ідентичності відображає важливі аспекти їхнього ставлення до навчання і майбутньої кар'єри. Давайте розглянемо детальніше ці характеристики:

Спокій, довіра та відкритість

- **Спокій:** Студенти з такою ідентичністю зазвичай відчують внутрішній спокій стосовно свого вибору професії, що дає їм змогу легше справлятися з натиском навчання та професійних вимог.
- **Довіра:** Вони довіряють собі та своїм здібностям, а також вірять у те, що здатні ефективно допомагати іншим у психологічних питаннях. Це підвищує їхню самооцінку та впевненість у професійній компетентності.
- **Відкритість до нових стосунків:** Відкритість допомагає студентам налагоджувати зв'язки з колегами та викладачами, що сприяє створенню підтримуючого навчального середовища.

Активна позиція та позитивні емоції

- **Активна позиція:** Студенти проявляють ініціативу в навчальному процесі, беручи участь у дискусіях, проектах та практичних заходах, що підвищує їхню зацікавленість у предметі.
- **Позитивні емоції:** Емоційно позитивний підхід до навчання є основою їхньої академічної та професійної мотивації. Вони насолоджуються процесом навчання і вважають його важливим етапом на шляху до досягнення своїх цілей.

Професія психолога як покликання

- Задоволення потреб і запитів: Студенти вважають, що професія психолога ідеально відповідає їхнім інтересам, цінностям і життєвим цілям, що підтверджує їхнє бажання працювати в цій сфері.
- Покликання і самореалізація: Вони бачать у професії можливість не лише розвивати свої навички, але й зробити внесок у життя інших, що підвищує їхнє задоволення від роботи.

Прорахунок майбутнього та досягнення цілей

- Постановка цілей: Студенти активно планують свою кар'єру, встановлюючи чіткі, досяжні цілі, такі як отримання практичного досвіду через стажування або участь в проектах.
- Досягнення цілей: Вони прагнуть досягти своїх цілей, використовуючи активні методи, такі як складання планів дій, самостійне навчання і пошук наставників.

Студенти з високим рівнем професійної ідентичності є прикладом зацікавлених, мотивованих і впевнених у собі молодих фахівців. Підтримка з боку викладачів, доступ до практичного досвіду та можливості для професійного розвитку можуть сприяти ще більшому зміцненню їхньої ідентичності і реалізації потенціалу. Це створює позитивний контекст не лише для їхньої особистої самореалізації, але й для успішної практики в майбутньому.

Серед пріоритетних потреб, які задовольняють студенти даної групи, є потреба самореалізації, так як вони прагнуть бути майстрами своєї справи. Відчувають задоволення тільки тоді, коли досягають нових професійних звершень, але швидко втрачають інтерес до роботи, яка не дозволяє далі розвиватись. Притаманні такі цінності, як активне діяльнісне життя, пізнання, цікава робота, впевненість у собі та оточуючих, допомога людям, бажання зробити світ краще. Окрім того, цінують та постійно прагнуть розширювати межі своїх поглядів. Реалістично себе оцінюють, свої можливості.

Статеворольова поведінка та установки повністю співпадають з біологічними особливостями статі. При виникненні складних ситуацій намагаються вирішувати їх, а не ухилятися від проблем.

Середній рівень розвитку професійної ідентичності характерний для майбутніх психологів, які мають помірне задоволення собою як психологом, середнім рівнем задоволеності своєю спеціальністю, студентською групою. Змістовною характеристикою ідентичності таких студентів є переважання таких категорій, як «Я – особистісне», «Я – фізичне», «Я – гендерне». Такі студенти схильні до проявів тривоги, занепокоєння, почуття провини. Сензитивні до зауважень та дорікань оточуючих, легко піддаються впливу життєвих негараздів.

Характеризуються середньовираженою активною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії. Присутні нестабільні емоції щодо професії практичного психолога і всього, що з нею пов'язано, так як вони вважають, що дана спеціальність задовольняє не всі їх життєві потреби. Відносно потреб, то тут переважають, здебільшого, задоволення потреби у визнанні та безпеці. Серед ціннісних орієнтацій переважають інструментальні, такі як самоконтроль, раціоналізм, тверда воля, непохитність, турбота про себе. У таких студентів відсутнє яскраво виражене прагнення до досягнення успіху в майбутній професійній діяльності.

Низький рівень розвитку професійної ідентичності характерний для майбутніх практичних психологів, які незадоволені власним положенням у студентській групі, відрізняються низьким рівнем мотивації на досягнення успіху. Для них характерним є конформність, відсутність чіткої професійної позиції. Серед змістовних характеристик ідентичності переважає категорія «Я – аморфне», що свідчить про їх професійну та особистісну несформованість.

Студенти демонструють пасивний підхід, супроводжений негативними переживаннями з приводу своєї майбутньої професії. Вони вважають, що ця

професія їм не підходить і не відповідає їхнім потребам, вважаючи, що не зможуть у ній реалізуватися. Їхнє ставлення є переважно пасивним, а негативні емоції оточують як професію, так і всі аспекти, пов'язані з нею. Низька вираженість таких кар'єрних установок, як професійна компетентність, інтеграція в професійну діяльність, орієнтація на автономію та стабільність робочих умов, також помітна. Серед основних потреб цієї групи студентів можна виокремити потребу в матеріальному збагаченні. Професія психолога сприймається ними лише як спосіб заробітку і не розглядається як можливість для особистісного розвитку чи надання допомоги іншим.

Ціннісні орієнтації носять розрізнений характер, що говорить про відсутність чіткої системи цілей. Так, характерним є така цінність, як життєрадісність, акуратність, краса природи та мистецтва, розваги, відсутність обов'язків. Статеворольові особливості поведінки мають значні розбіжності з біологічними особливостями, що говорить про дифузність у самосприйнятті. При виникненні складних ситуацій намагаються вирішити їх за допомогою інших, але ступінь прояву ескапізму (віддалення від проблеми) у даної групи студентів набагато вищий за всі попередні рівні розвитку професійної ідентичності.

Детально проаналізувавши портрети студентів з низьким, середнім та високим рівнем розвитку професійної ідентичності та співставивши їх з отриманими результатами діагностичного дослідження, ми розподілили майбутніх практичних психологів на три групи в залежності від рівня сформованості у них професійної ідентичності. Так, високий рівень мають 11 студентів (з них 1 – юнак), середній рівень – 12 студентів (з них – 2 юнаки) та низький рівень – 16 осіб (з них – 2 юнаки).

Таким чином, результати за вищезазначеними діагностичними методиками дали змогу охарактеризувати процес формування професійної ідентичності майбутніх практичних психологів в контексті їх гендерних

особливостей. Окрім того, детальний якісний та кількісний аналіз отриманих результатів допоміг з-поміж всієї кількості студентів виокремити групу, яка має низький рівень професійної ідентичності та з якою буде проведена відповідна розвивальна робота. Дана група складається з 16 студентів, серед яких 2 студенти-чоловіки та 14 студентів жіночої статі. Саме з ними буде проведена тренінгова робота.

Висновки до 2 розділу

В ході емпіричного дослідження ми орієнтувалися на такі складові професійної ідентичності психолога, як змістовні характеристики ідентичності особистості практичного психолога, активність та емоційне ставлення до процесу здобуття знань, задоволення базових протреб у спеціальності, ціннісні орієнтації та статево-рольові особливості поведінки.

Метою констатувального етапу дослідження виступав якісний та кількісний аналіз стану сформованості у майбутніх практичних психологів їх професійної ідентичності в контексті гендерних особливостей. Для цього ми розробили психодіагностичну програму, яка включала в себе такі методики: тест М. Куна «Хто Я» на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості; опитувальник професійної ідентичності У. Родигіної; методику «Піраміда потреб» (модифікація І. Акіндинової); методику М. Рокича на визначення ціннісних орієнтацій; статево-рольовий опитувальник BSRI опитувальник С. Бем на визначення ступеня андрогінності, маскулінності та фемінності особистості.

Результати констатувального етапу дали змогу судити про те, що у майбутніх психологів на завершення навчання у ВНЗ переважає слабка вираженість внутрішньодуховної особистісної спрямованості з перевагою цінностей, які пов'язані із задоволенням потреб у самореалізації, самоствердженні

та духовній досконалості, самодостатності. Це свідчить про невисокий рівень розвитку соціальної зрілості, який проявляється у неструктурованому баченні свого професійного життя, нереалістичному осмисленні власних прагнень і бажань. Все це в комплексі свідчить про невисоку результативність розвитку професійної ідентичності.

Дослідження гендерного аспекту засвідчило переважання у студентів-чоловіків тенденції на соціальне, професійне самоствердження. Серед студенток виражена тенденція до реалістичного та практичного самовизначення, а також до егоцентрично-гедоністичного підходу. Бажання працювати за спеціальністю більш помітне серед дівчат, тоді як хлопці більше орієнтовані на саморозвиток і самоосвіту. В цілому, лише невелика кількість студентів вважає себе відповідальними за реалізацію своїх планів, проте у багатьох формується чітке усвідомлення реальних життєвих перспектив і адекватності своїх тактичних та стратегічних цілей.

Піддавши аналізу отримані результати, ми розподілили майбутніх психологів на три групи в залежності від рівня сформованості у них професійної ідентичності. Так, високий рівень мають 11 студентів (з них 1 – юнак), середній рівень – 12 студентів (з них – 2 юнаки) та низький рівень – 16 осіб (з них – 2 юнаки).

За результатами констатувального етапу ми виявили групу з 16 студентів, які отримали низькі показники (з них, 2 юнака та 14 дівчат).

РОЗДІЛ 3.

РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

3.1. Опис тренінгової програми «Професійна ідентичність майбутнього психолога»

Реалізація тренінгової програми з розвитку професійної ідентичності майбутнього психолога відбувалася на формувальному етапі нашої роботи. Цю форму роботи було обрано свідомо, оскільки тренінги допомагають учасникам краще зрозуміти свій внутрішній світ, усвідомити можливості для позитивних змін, а також розкрити свої почуття і переглянути сформовані стереотипи. Тренінги також навчають ефективним моделям поведінки. Під час виконання вправ учасники отримують шанс розіграти проблемні життєві ситуації та знайти оптимальні способи їх вирішення.

За основу було взято тренінги розвитку професійної ідентичності майбутніх практичних психологів, авторами яких є І. Дружиніна та Л. Шнейдер [60]. Тренінг будується на концепції, у відповідності до якої професійна ідентичність розуміється як багатомірний та інтегративний феномен, що забезпечує людині тотожність, цілісність та визначеність, що розвивається протягом професійного навчання поряд зі становленням процесів самовизначення, самоорганізації та персоналізації. Професійна ідентичність сприяє відчуттям та усвідомленням унікальності функціонального та екзистенційного «Я» в його професійному служінні та неповторності особистісних та професійних якостей, при наявності приналежності до соціальної та професійної реальності.

Метою тренінгу є створення умов для усвідомлення майбутніми психологами власних професійних можливостей та визначення шляхів професійного зростання.

Відповідно до мети, головними завданнями тренінгу є: сприяння розумінню учасниками власного професійного «Я»; прийняття себе в професії психолога; навчання учасників навичкам подолання професійних ускладнень; оптимізація процесу керування своїм професійним розвитком; сприяння професійного становлення сучасного психолога [31].

Ці завдання вирішувалися шляхом використання певних прийомів, а саме: Під час тренінгу ми акцентували увагу на рефлексії та вербалізації життєвих і професійних цінностей і принципів учасників, аналізували переваги та недоліки студентських і професійних ролей, відпрацьовували навички професійного спілкування, формували позитивну «Я-концепцію» психолога, вирішували професійно-творчі завдання та працювали над гармонізацією емоційного стану.

Ми дотримувалися основних правил, необхідних для успішного проведення тренінгу, таких як: дотримання принципів групової роботи (активність учасників, партнерське спілкування та ін.), використання активних методів, зокрема інтерактивних ігор і групових дискусій, аналіз групової динаміки, а також створення ефективної організації простору для занять [7].

Зміст і структура тренінгу охоплюють ключові фактори розвитку професійної ідентичності, зокрема:

- **Зростання мотивації до самопізнання:** через залучення до групових норм і інтроспективних практик.
- **Усвідомлення власних потреб і можливостей:** виявлення професійних інтересів і цінностей.
- **Створення позитивного образу майбутнього:** формування перспективи професійного розвитку.
- **Постановка цілей:** підтримка і розвиток позитивного «образу Я».
- **Зворотний зв'язок:** надання індивідуальних відгуків щодо особистісних проявів і професійної поведінки.

Тренінг складається з 10 занять, тривалість кожного становить 1,5–2 години. Заняття проводяться у спеціально підготовленому приміщенні, що

дозволяє учасникам вільно пересуватися та використовувати необхідне обладнання (столи, стільці, фліп-чарти, маркери, стікери). Також передбачені 15-хвилинні перерви.

Структура кожного заняття включає такі етапи: вступ, ознайомлення з правилами, знайомство учасників, обговорення очікувань, основна частина (яка складається з визначення проблеми, пошуку шляхів її вирішення та надання відповідної інформації, розвитку практичних навичок), руханки, оцінка та аналіз виконаної роботи, прощання.

Очікується, що після проходження тренінгу учасники підвищать свою мотивацію до формування чіткої, усвідомленої професійної позиції психолога-практика, активізується їхній інтерес до практичної психології, зросте творче мислення та професійне експериментування. Студенти з розвинутою професійною ідентичністю виявляють оптимізм щодо своїх майбутніх професійних досягнень, упевненість у власній компетентності, відкритість у комунікації, реалістичні професійні цілі, готовність взяти на себе відповідальність у складних ситуаціях і повагу до інших, а також готовність пропонувати нові ідеї та плани [60, с. 9-10].

У роботі було задіяно 16 студентів, які мають низький рівень сформованості професійної ідентичності. З них 14 студентів жіночої статі та 2 студента – чоловічої статі. Нижче за текстом нами подано опис кількох занять, зміст яких дозволяє відтворити повну програму тренінгу.

Заняття 1

Мета: Створити сприятливі умови для роботи тренінгової групи, ознайомити учасників з основними принципами проведення занять, обговорити правила роботи в групі, роз'яснити поняття «професійна ідентичність», актуалізувати досвід учасників та сприяти рефлексії й вербалізації життєвих і професійних цінностей і принципів.

1. Знайомство. Вправа «Візитівка»

Мета: Сприяти знайомству учасників.

Час: 5 хвилин.

Матеріали: Олівці, фломастери.

Процедура: Учасники сідають на стільці. Тренер пропонує їм створити графічне зображення візитівки, на якій потрібно вказати своє ім'я та придумати слово на першу літеру імені, яке характеризує їх як особистість.

2. «Правила групи»

У кожній тренінговій групі можуть бути свої правила, але існують універсальні принципи, які слід дотримуватися:

- Довірчий стиль спілкування.
- Спілкування за принципом «тут і тепер».
- Персоніфікація висловлень.
- Щирість у спілкуванні.
- Конфіденційність всього, що обговорюється в групі.
- Визначення сильних сторін особистості.
- Неприпустимість безпосередніх оцінок особистості.
- Різноманітність контактів і спілкування з різними людьми.
- Активна участь у процесі.
- Повага до висловлювань тих, хто говорить.

Ця діяльність закладає основу для подальшої роботи групи, створюючи атмосферу довіри та відкритості. Учасники можуть краще пізнати один одного і визначити норми, які будуть сприяти продуктивному навчальному процесу.

Інформаційний блок: Поняття «професійна ідентичність»

Професійна ідентичність визначається як:

- **Багатовимірний інтегративний феномен**, що забезпечує людині цілісність, тотожність та визначеність в професійній діяльності.

- **Результат професійного самовизначення**, персоналізації та самоорганізації, яка відображає ступінь ототожнення себе зі справою та іншими.

- **Стійке узгодження** основних елементів професійного процесу.
- **Компонент особистісної ідентичності**, що сприяє професійній адаптації.
- **Усвідомлення приналежності** до певної професійної спільноти.
- **Провідна характеристика професійного розвитку**, що показує ступінь визнання себе як професіонала.
- **Усвідомлення своєї тотожності з професійним образом «Я».**
- **Інтегративне поняття**, що демонструє взаємозв'язок когнітивних, мотиваційних і ціннісних якостей особистості.
- **Автентичне занурення** у професійну самореалізацію, що є результатом успішної активації процесів самоактуалізації.

Вправа «Мій професійний герб та моє професійне кредо»

Мета: Актуалізація власного професійного та особистісного досвіду.

Час: 30

хвилин.

Матеріали: Бланки із зображенням щита, олівці, фломастери.

Процедура:

1. Учасникам роздаються бланки «Герб та девіз», на яких вони можуть зафіксувати свої думки та уявлення.
2. Кожен учасник заповнює поля герба, використовуючи відповідні символи, які найточніше відображають зміст кожного поля:
 - **Перше поле:** «Я як психолог» — що представляє себе в цій ролі.
 - **Друге поле:** «Мої колеги» — як учасники бачать своїх колег.
 - **Третє поле:** «Я очима моїх колег» — уявлення колег про учасника.
 - **Четверте поле:** «Моя професійна мрія» — що учасники хочуть досягти в професії.

3. На смужці герба учасники пишуть фразу, яка б слугувала їхнім професійним кредо (девізом). Це може бути відомий вислів або оригінальна фраза, вигадана самими учасниками.

Ця вправа допомагає учасникам не лише усвідомити власне місце в професії, але й сприяє глибшому розумінню своєї професійної ідентичності, цінностей і цілей.

4. Вправа «Життєвий та професійний кодекс психолога»

Мета: Рефлексія та вербалізація життєвих і професійних цінностей та принципів.

Час: 30 хвилин.

Обладнання: Картки із зображенням приголосних та голосних літер української абетки.

Хід вправи:

1. Картки із літерами розподіляються між учасниками групи.
2. Учасники формулюють кілька значущих для них особисто та для світу правил, що починаються з літер, написаних на картках. Наприклад, на літеру "П" можуть формулювати правило "Підтримувати інших".
3. Після завершення роботи учасники зачитують сформульовані закони в алфавітному порядку.
4. В результаті група створює єдиний життєвий та професійний кодекс практичного психолога, який зможе слугувати своєрідним посібником – зразком для професійної поведінки.

5. Вправа на самотійне швидке зняття напруження в 12 точках

Мета: Зняття напруження, що виникло в процесі роботи.

Час: 10 хвилин.

Хід вправи:

1. Розпочати повільні кругові рухи очима – двічі в одному напрямку та двічі в іншому.

2. Сконцентрувати увагу на віддаленому предметі, тоді переключити погляд на близький.
3. Насупитися, напружуючи м'язи навколо очей, потім розслабитися.
4. Проводити кілька разів широкі позіхання.
5. Розслабити шию, похитуючи головою, потім обережно попереду і ззаду.
6. Підняти плечі до рівня вух і повільно опустити.
7. Розслабити зап'ястя та покрутити ними.
8. Стиснути та розтиснути кулаки, розслабляючи кисті рук.
9. Зробити три глибокі вдихи, м'яко прогинаючись у спині вперед і назад, а також з боку на бік.
10. Напружити і розслабити сідниці, потім ікри.
11. Покрутити ступнями і стиснути пальці ніг так, щоб ступні вигнулися догори.

Ця вправа допомагає учасникам швидко зняти фізичне та емоційне напруження.

6. Вправа «Зіркова година»

Мета: Розвиток позитивної складової емоційного компоненту професійної спрямованості.

Обладнання: Олівці, ручки.

Хід вправи:

1. Протягом 7-10 хвилин учасники виділяють 3-5 найбільш характерних для професії психолога радощів. Це можуть бути речі, які дають задоволення в роботі чи житті.
2. Після закінчення часу кожен учасник ділиться своїми думками про радощі. Можна використовувати пантоміміку для візуалізації радощів, а інші учасники намагаються відгадати, про що йдеться.
3. Під час обговорення учасники уточнюють, висловлюють свої думки та діляться враженнями.

Ця вправа покликана підвищити позитивну емоційність та усвідомлення важливих аспектів у професійній діяльності психологів.

7. Завершення речення

Мета: Забезпечити зворотний зв'язок щодо основних моментів вивченого матеріалу.

Час: 15-20 хвилин.

Матеріали: Канцелярські приладдя (фліп-чарт або дошка, ручки).

Процедура:

1. Тренер демонструє учасникам 4-5 незакінчених речень, записаних на фліп-чарті або дошці. Наприклад:

- «Я дізнався, що...»
- «Мене здивувало, що...»
- «Мені сподобалось, що...»
- «Можливо, було б краще, якби...»

2. Кожен учасник має записати свої відповіді на пропоновані речення.

3. Учасники здають свої записи тренеру.

4. Якщо регламент дозволяє, рекомендується, щоб кожен учасник по черзі поділився своїми відповідями з групою.

Ця вправа сприятиме закріпленню вивченого матеріалу та активізує думки учасників.

Заняття 2

Мета: Закріпити активний стиль спілкування, сприяти самоаналізу, розвитку комунікативних вмінь, усвідомленню себе в системі професійного та особистісного спілкування.

1. Вправа «Долоні»

Мета: Визначення емоційного стану учасників тренінгу та їх готовності до активної роботи.

Час: 5 хвилин.

Матеріали: Відсутні.

Хід вправи:

1. Учасники сидять на своїх місцях, кладуть долоні на стіл.
2. Тренер пропонує учасникам вибрати один з трьох варіантів:
 - **Варіант 1:** Долоні кистей рук повернуті вгору — учасник перебуває у позитивному емоційному стані, готовий до активної роботи.
 - **Варіант 2:** Долоні кистей рук повернуті донизу — учасник має поганий настрій, погане самопочуття, відсутнє бажання до активної роботи.
 - **Варіант 3:** Одна кисть повернута долонею догори, інша — донизу — учасник переживає різні емоції та має середній рівень готовності до праці.
3. Тренер може порекомендувати учасникам поділитися своїми почуттями щодо вибору, якщо це є доцільним.

Ця вправа допоможе тренеру визначити загальний емоційний стан групи та налаштувати заняття під специфічні потреби учасників.

2. Вправа «Людина на своєму місці»

Мета: Аналіз переваг і недоліків студентських та професійних ролей.

Час: 30 хвилин.

Матеріали: Папір формату А-4, фломастери, олівці.

Хід вправи:

1. Учасники діляться на дві групи. Одна команда представляє студентів, інша – фахівців.
2. Команди отримують аркуші паперу формату А-4. Команда студентів малює на них малюнок на тему «Чудовий час студентства», а команда професіоналів – «Чудова пора професійної зрілості».
3. На зворотному боці своїх малюнків (в верхній частині) кожна команда записує по 6 позитивних аспектів студентства або професійної зрілості. Найзначніший аспект підкреслюється.
4. Після 15-20 хвилин роботи команди обмінюються аркушами. Команда, що отримала листа, в нижній частині записує 6 негативних моментів, пов'язаних із зазначеним віком, підкреслюючи найважливіший.

5. В подальшому, команди представляють свої роботи і обговорюють плюси та мінуси обраних ролей. Ведучий ставить запитання про вік, у якому учасники хотіли б відмовитися від переваг студентства та перейти до професійної ролі. Він також запитує «студентів» про їхні особистісні якості, які можуть допомогти їм досягти успіху у професійній діяльності.

Обговорення:

1. В якому віці переваги студентства відчуються найменше? Чому?
2. Які професійні якості у вас вже розвинулися?

Ведучий підсумовує, виділяючи найбільш привабливі риси студентського життя та професійної зрілості, а також акцентує увагу на вказаних учасниками вікових періодах та якостях, які були найбільш часто згадувані.

3. Вправа «Трактування»

Мета: Пошук альтернативних поглядів на подію, розвиток навичок емпатії.

Час: 15 хвилин.

Обладнання: Картки з позначеннями дійових осіб.

Хід вправи:

1. Учасники об'єднуються в групи по 4-5 осіб.
2. Тренер ознайомлює групи зі ситуацією, що не має завершення: «Підліток, прагнучи вразити своїх однолітків і збільшити свою значущість в їхніх очах, приніс до класу говорючого папугу. Під час пояснення вчителем нової теми, птиця вирвалася з рук господаря...».

3. Учасникам пропонується описати ситуацію з точки зору різних персонажів:

- Безпосередньо задіяних осіб (підліток, папуга, вчителька, дівчина, закохана в головного героя, рибки з акваріума, скелет у шафі тощо).
- Стороннього спостерігача (перехожий на вулиці, директор школи тощо).
- Газетного репортера.
- Представника ГРІНПІС.

Обговорення:

1. Які версії трактування подій виявилися найбільш оригінальними та нестандартними?
2. В яких ситуаціях у житті важливо вміти подивитися на події з іншого кута, поставивши себе на місце інших учасників?
3. На що ви більше звертали увагу під час трактування подій – на характеристики особистості учасників чи на ситуаційний вплив на їх поведінку? (Відповідно до результатів психологічних досліджень, поведінка людини визначається якостями особистості лише на 30%, а на 70% — особливостями ситуації, в якій вона опинилася).
4. Якими причинами ми, як правило, пояснюємо поведінку інших людей у реальних життєвих ситуаціях?

4. Вправа «Дерево мого «Я»

Мета: Усвідомлення власного «Я» у контексті професійного та особистісного спілкування, а також розуміння професійних ускладнень.

Час: 15-20 хвилин.

Хід вправи:

1. Ведучий запрошує учасників «поглибитися» у своє власне «Я», яке вони можуть уявити у вигляді дерева з різними гілками та корінням.
2. **Корені** цього дерева символізують підґрунтя, на яке ви спираєтеся у своєму житті, включаючи професійну сферу.
3. **Стовбур та гілки** уособлюють ваші професійно-особистісні якості, котрі ведуть вас у житті, зокрема в психологічному аспекті. Це ваші основні чесноти, сприяючі професійному зростанню, які можуть бути пишними та життєрадісними або навпаки – неактивними.
4. Учасників запитують, які причини можуть вплинути на «ураження» їхнього дерева. Вони мають визначити, чи ці причини є зовнішніми чи внутрішніми.
5. **Кульки омели** або **дупла** в дереві позначатимуть недоліки, що заважають професійному росту. Учасники записують їх у відповідних місцях.

6. Учасники розмірковують про зовнішні «процеси» або «об'єкти», які сприяють чи перешкоджають їхньому професійному розвитку, і малюють їх на своїх «дерев» .

7. Ведучий запитує, чи є на дереві плоди, які символізують досягнення або результати їхньої діяльності.

Після індивідуальної роботи учасники об'єднуються в групи:

1. Перша група створює узагальнений образ «Я – професіонал», вказуючи на якості та об'єкти, які сприяють їхньому професійному становленню та самореалізації.

2. Друга група зображує узагальнений образ «Перешкоди становлення мого професійного Я», вказуючи на якості та об'єкти, що стримують їхній професійний розвиток та самореалізацію.

5. Вправа «Порахуємо»

Мета: Підтримка працездатності та активізація уваги.

Час: 15 хвилин.

Хід вправи:

1. **Організація:** Учасники сідають у коло, щоб усі могли бачити один одного.

2. **Правила:** Ведучий пояснює правила гри:

- Перший учасник починає рахувати: «Один», другий підхоплює «Два», третій – «Три» і так далі.

- Рахунок продовжується за годинниковою стрілкою.

- Якщо номер містить цифру 4, замість його проголошення учасник плескає в долоні.

- Той, хто помилиться (помилково назве число з 4 чи не плесне в долоні), вибуває з гри.

3. **Швидкість:** Ведучий наголошує, що потрібно рахувати якомога швидше, зберігаючи концентрацію.

4. Розширення завдання: Після проходження першого кола ведучий додає нові умови:

- Окрім плескання в долоні для числа 4:
 - Якщо учасник знову натрапляє на число, що містить 9 – він має вхопити себе за ніс.
 - Під час рахунку тепер потрібно пам'ятати про обидві умови: плескати для 4 і хапати ніс для 9.

5. Продовження гри: Гра проходить, поки не залишиться один учасник, або поки ведучий вирішить зупинити гру.

Після вправи:

Ведучий може провести коротке обговорення, запитуючи учасників про їхні відчуття під час виконання завдання, що видалося важким, і чому важливі такі вправи для підтримки уваги та працездатності.

6. Вправа «16 асоціацій»

Мета: Виявлення асоціативних уявлень про роботу та перешкоди до задоволення від неї; аналіз напрямків для професійного зростання.

Час: 60

хвилин.

Матеріали: Листи формату А4, фломастери (олівці) – по одному на кожного учасника.

Хід вправи:

1. Підготовка: Ведучий роздає учасникам аркуші А4 та червоні і чорні фломастери.

2. Створення першої колонки: Учасники відкривають вправу, поклавши аркуш горизонтально. В першій колонці вони записують 16 асоціацій на слова «моя робота». Це можуть бути слова, емоції, зв'язки, образи тощо.

3. Формування пар: У другій колонці учасники об'єднують перші дві асоціації, записуючи асоціацію на них обидві. Процес повторюється:

- Третє і четверте слово об'єднуються в одну асоціацію,

- П'яте і шосте – у наступну, і так далі.
- В результаті у другій колонці виходить 8 асоціацій.

4. **Продовження до третьої колонки:** Процедура повторюється для третьої колонки, в якій повинно залишитися 4 асоціації.

5. **Четверта колонка:** У цій колонці роботи продовжуємо, об'єднуючи пари асоціацій наступним чином, поки не залишиться 2 слова.

6. **Фінальна колонка:** У п'ятій колонці залишається лише одна асоціація, яку учасники повинні зобразити у вигляді схематичного малюнка. Це потрібно зробити на нижній частині аркуша.

7. **Необхідність створення другого малюнка:** В учасників буде ще один малюнок, що зображає перешкоди до задоволення від роботи.

Обговорення:

1. **Проведення порівняння:** Учасники обговорюють і порівнюють свої малюнки. Ведучий веде обговорення, запитуючи учасників:

- Які спільні елементи в малюнках?
- Які виявилися найсильнішими та найслабшими рисами в образах їхньої роботи та перешкодах?

2. **Аналіз сильних і слабких рис:** Дискусія може торкатися впливу цих рис на їхнє професійне зростання.

3. **Напрямки для росту:** Учасники можуть обговорити можливі напрямки для професійного розвитку, виходячи зі своїх виявлених асоціацій та перешкод.

Завершення: Ведучий підводить підсумок вправи, підкреслюючи важливість усвідомлення своїх асоціацій та бар'єрів для досягнення задоволення від роботи.

7. Вправа «Професійне Я»

Мета: Підвищення самооцінки; гармонізація емоційного стану; розвиток позитивної концепції «Я-психолог».

Час: 10-15 хвилин.

Хід вправи:

1. **Індивідуальна робота:** Учасники отримують окремі аркуші паперу. Ведучий пропонує кожному намалювати сонце, як його малюють діти.

2. **Запис імені:** У центрі малюнка учасники повинні написати своє ім'я або намалювати себе у ролі психолога.

3. **Промені сонця:** На кожному промені учасники пишуть щось позитивне про себе з професійної точки зору. Це можуть бути особисті досягнення, сильні сторони або позитивні риси характеру, які допомагають у професії.

4. **Зберігання малюнка:** Учасники кладуть цей листок у свій щоденник. Якщо у когось з'являться нові позитивні риси чи якості, вони можуть додати новий промінь до сонця.

8. Вправа «Долоні»

Мета: Визначення емоційного стану учасників наприкінці тренінгу.

Час: 5-10 хвилин.

Хід вправи:

1. **Символічний жест:** Ведучий пропонує учасникам підняти свої долоні вгору.

2. **Емоційний стан:** Кожен учасник коротко ділиться своїм емоційним станом, використовуючи один з пальців для показу:

- Великий палець вгору – все супер!
- Вказівний палець – щось є, але і неприємності також.
- Середній палець – відчуваю розчарування або незадоволення.
- Безіменний палець – нейтральний стан.
- Мізинець – складно, але спробую впоратися.

3. **Обговорення:** Після підняття долонів ведучий запитує:

- Чи змінився емоційний стан учасників під час заняття?
- Що сподобалось, а що було забагато?

Заняття 3

Мета: Розширення знань про способи, мотиви та роль інших людей у процесі професійного становлення; аналіз образу власного Я.

1. Вправа «Побажання»

Мета: Поглиблення емоційних зв'язків між учасниками, налаштування на активну роботу.

Час: 5 хвилин.

Матеріали: М'яч або м'яка іграшка.

Хід вправи:

- Учасники стоять у колі. Один учасник кидає м'яч іншому, при цьому висловлюючи коротке побажання (1-2 слова), наприклад: «радості» або «творчого натхнення».
- М'яч повинен потрапити до кожного учасника, поки ведучий контролює, щоб кожен отримав теплі слова.

2. Вправа «Інтерв'ю»

Мета: Знайомство з особливостями професійного становлення учасників.

Час: 15-20 хвилин.

Матеріали: Відсутні.

Хід вправи:

- Учасники об'єднуються в пари. Один учасник протягом 1 хвилини проводить інтерв'ю, задаючи питання про професійне становлення та роль професії в житті іншого учасника.
- По сигналу ведучого учасники обмінюються ролями.
- Після інтерв'ю один з учасників стає за спиною до другого і розповідає про нього, використовуючи інформацію, отриману під час інтерв'ю.
- Потім учасники змінюються місцями.

3. Обговорення:

- Після виконання вправи проводиться обговорення, де учасники діляться враженнями про процес інтерв'ю, вивчене про інших і про власні професійні шляхи.

3. Вправа «Мій сьогоднішній вибір»

Мета: Оцінювання психологічної позиції учасників.

Час: 15-20 хвилин.

Обладнання: Маркер, папір формат А-2 (або дошка/фліп-чарт).

Хід вправи:

1. **Початок роботи:** Ведучий на дошці наносить крапку, підписуючи її «Я».
2. **Проведення ліній:** Від крапки ведучий проводить лінії, кількість яких дорівнює числу учасників.
3. **Вибір учасників:** По черзі учасники підходять до дошки й пишуть на кінці однієї з вільних ліній ім'я того учасника групи, якого б вони обрали своїм викладачем.
 - **Важливе зауваження:** Ведучий наголошує, що учасники мають орієнтуватися виключно на професійні якості, а не на дружні зв'язки чи міжособистісну симпатію.
4. **Пояснення вибору:** Після того, як всі виберуть, кожен учасник пояснює свою позицію та вибір.
5. **Обговорення:** Ведучий проводить обговорення, акцентуючи увагу на тому, що невелика кількість або відсутність вибору не є свідченням низької оцінки з боку колег.
 - Для тих, хто не отримав жодного вибору, ведучий може запропонувати провести самоаналіз: «Що потрібно змінити, щоб люди бачили в мені психолога?»

4. Вправа «Мотиваційна складова в професійній діяльності»

Мета: Осмислення відмінностей в цілях професійної діяльності на початку кар'єри та в процесі накопичення досвіду.

Час: 30 хвилин.

Обладнання: Аркуші форматом А-4, фломастери (олівці).

Хід вправи:

1. **Підготовка аркуша:** Учасники отримують аркуші паперу формату А-4, які слід розділити на три частини.

2. Заповнення частин: Ведучий пропонує учасникам відповісти на запитання:

- **Для чого ви працюєте?**

- У першій частині — з позиції початку професійної діяльності.
- У другій частині — з позиції теперішнього моменту.
- У третій частині — з позиції майбутнього (через 5 років).

3. Обговорення: Після заповнення аркушів учасники можуть обговорити свої відповіді в малих групах або в класі, акцентуючи увагу на змінах у цілях та мотивації.

5. Вправа «Оплески»

Мета: Розім'яти м'язи, відпочити.

Час: 5 хвилин.

Обладнання: Відсутнє.

Хід вправи:

1. **Організація:** Тренер розміщує учасників на стільцях по колу.
2. **Активізація учасників:** Тренер послідовно пропонує підвестися тим, хто має певну навичку, щось любить або бажає навчитися. Наприклад:

- «Підведіться всі ті, хто вміє вишивати. Оплески!»
- «Підведіться всі ті, хто вміє кататися на гірських лижах. Оплески!»

3. Атмосфера підтримки: Інші учасники групи активно аплодують кожному, хто підвівся, створюючи підтримуючу та позитивну атмосферу.

Ці вправи допомагають учасникам краще усвідомити свої професійні позиції, відчувати підтримку групи, а також уявити своє місце у професії та розвитку.

Метод активного навчання «Абетка»

Мета: Розвиток мислення, інтелекту та свідомості учасників через організацію процесів мисленнєвої діяльності та смислотворчості.

Час: 30 хвилин.

Обладнання: Лист ватману з написаним алфавітом (за винятком літер, з яких не можуть починатися слова), 2-4 маркери різних кольорів.

Хід вправи:

1. Підготовчий етап:

- Ведучий розміщує на видному місці ватман з абеткою та забезпечує учасників маркерами.

2. Етап 1: Смыслотворчість

- Ведучий пропонує учасникам розкрити зміст поняття «професійна ідентичність».
- Кожен учасник по черзі (або кілька учасників одночасно) підходить до ватману та вписує в графу відповідної літери абетки слово, що починається з цієї літери і розкриває сутність досліджуваного поняття.
- Учасник, що записує слово, проголошує його вголос, що сприяє обговоренню та кращому запам'ятовуванню.

3. Етап 2: Аналітичний

- Після того, як всі учасники внесли свої слова, ведучий просить кожного вибрати три слова, які на його думку найбільше відображають суть поняття «професійна ідентичність».
- Учасники позначають свої вибрані слова на технологічній карті (можна використовувати «плюс» або інші символи).
- Після збору виборів ведучий підсумовує результати, виділяючи слова з найбільшою кількістю голосів, підкреслюючи їх маркером. Ці слова відображають консенсус групи щодо сутності поняття.

4. Етап 3: Рефлексивний

- Учасники аналізують свою діяльність та взаємодію. Ведучий може запропонувати такі запитання для рефлексії:
 - Як змінився твій стан знання про «професійну ідентичність»?
 - Які причини вплинули на зміну цього стану?
 - Як ти оцінюєш свою діяльність у цій вправі? Яка важливість цього методу для тебе?

о Учасники можуть вільно висловлюватися, обговорюючи свої думки та відкриття.

Цей метод не лише розвиває мислення учасників, але й активізує їхню творчість, допомагає формувати командний дух і розуміння важливості досліджуваних понять. Він також сприяє розвитку рефлексії, що є важливою частиною навчального процесу.

7. Вправа «Валіза, кошик, м'ясорубка»

Мета: забезпечення зворотного зв'язку.

Час: 5 хв.

Хід проведення: Учасникам пропонується три великих аркуші, на одному з них намальована валіза, на іншому – кошик для сміття, на останньому – м'ясорубка.

На жовтому листочку, який прикріплюється до плакату з зображенням валізи, необхідно намалювати той важливий момент, який учасник отримав під час роботи в групі, хоче забрати з собою і використати в своїй діяльності. На синьому листочку – те, що виявилось непотрібним, некорисним, те, що можна відправити в «кошик для сміття». Сірий листочок – це те, що виявилось потрібним, але не готовим до використання в своїй роботі. Таким чином, те, що треба домислити, допрацювати, «докрутити» відправляється на аркуш з зображенням м'ясорубки. Аркуші заповнюються анонімно і приклеюються учасниками самостійно [60, с. 15-31].

Після тренінгу нами було проведено повторний діагностичний зріз, аналіз результатів якого представлений у наступній частині нашої роботи.

3.2. Оцінка ефективності тренінгової роботи з розвитку професійної ідентичності у майбутніх практичних психологів

Мета контрольного етапу дослідження – перевірка ефективності проведеної роботи шляхом повторного діагностичного дослідження

професійної ідентичності майбутніх практичних психологів в контексті їх гендерних особливостей.

Для досягнення поставленої мети було використано лише деякі методики з тих, якими ми користувалися на констатувальному етапі. Це пояснюється тим, що на формувальному етапі роботи ми розвивали змістовні характеристик ідентичності особистості студента, його професійну ідентичність в контексті гендерних особливостей майбутніх практичних психологів. Такі фактори, як статево рольова поведінка та робота з базовими потребами, на тренінгу не пропрацьовувалися. Окрім того, ціннісні орієнтації особистості не можна суттєво змінити протягом кількох занять. Це спонукає нас в повторному діагностичному дослідженні детально їх не вивчати. Відтак, на контрольному етапі роботи ми повторно використали такий діагностичний інструментарій, як:

1. Тест М. Куна «Хто Я» (в модифікації Т. Румянцевої) на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості.

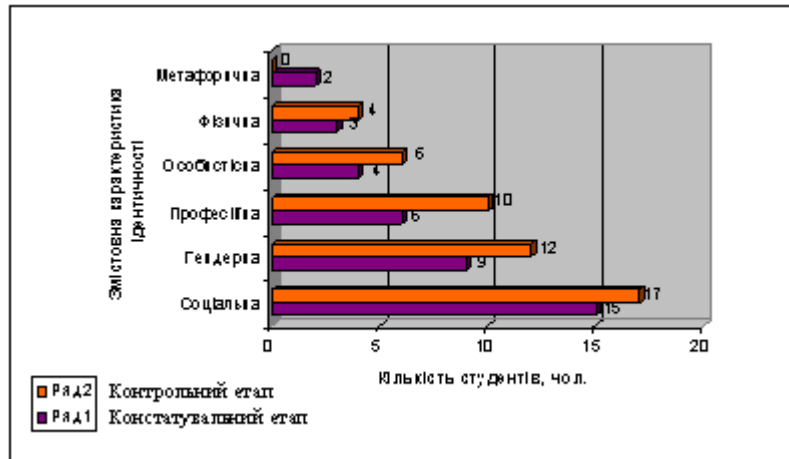
2. Опитувальник професійної ідентичності У. Родигіної, спеціально адаптований для цілей нашого дослідження.

Повторне тестування за методикою М. Куна «Хто Я» на визначення змістовних характеристик ідентичності особистості дало такі результати.

Для 17 студентів характерною є категорія «Я – соціальне» (на констатувальному етапі роботи цей показник становив 15 осіб). Далі слідує категорія «Я – гендерне» з 12 студентами у порівнянні з 9 студентами на першому етапі діагностики. Третьою категорією за кількістю відповідей стала категорія «Я – професійне», яка нараховує 10 студентів. Для порівняння, кількість студентів за даною категорією на початку роботи становила 6 студентів. Категорія «Я – особистісне» складається з 6 студентів (з 4 студентами на першому етапі роботи). Кількість студентів за категорією «Я – фізичне» залишилася майже незмінною (3 студенти на формувальному етапі та 4 студенти – на контрольному). До категорії «Я – метафоричне» на

контрольному етапі роботи взагалі не потрапив жоден студент на противагу результатам формувального етапу, де було 2 студента.

Результати констатувального та контрольного дослідження змістових характеристик ідентичності наведено у діаграмі на рисунку 3.1.



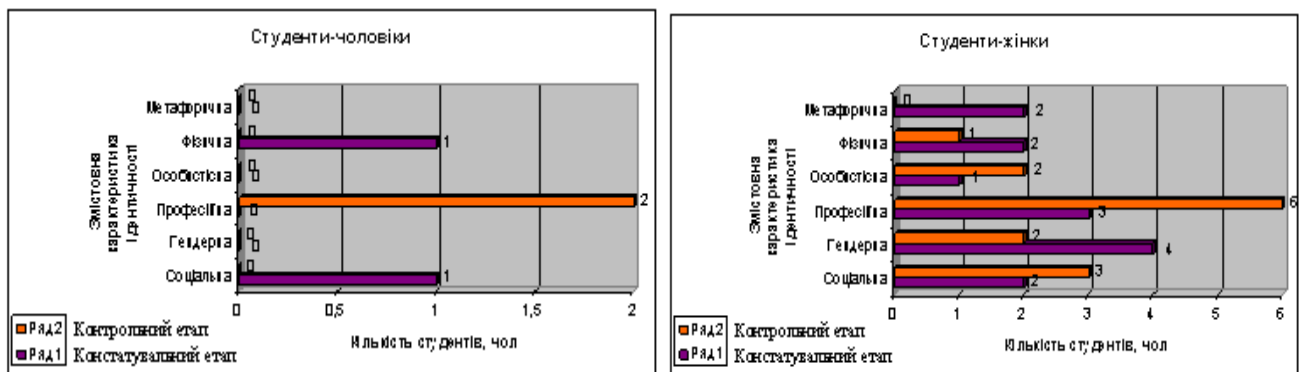
Мал. 3.1. Дані констатувального та контрольного етапів дослідження (за методикою М. Куна «Хто Я»)

Порівнюючи результати констатувального та контрольного етапів дослідження, аналізуючи змістову складову, можемо говорити про збільшення кількості студентів, для яких пріоритетними є соціальні групи, входження у коло професійних та особистісних контактів. Також, суттєво збільшилася кількість студентів, для яких виключного значення набувають їх статево-рольові відмінності та особливості поведінки. Суттєвим є зростання професійних значень та ставлень студентства. Відбувається усвідомлення себе як носія професійних знань та виокремлення себе як професіонала у структурі індивідуальної діяльності. Окрім того, зросла кількість студентів, які позиціонують себе, здебільшого, у глибинних описових характеристиках, що говорить про розуміння себе, своїх думок, бажань. Саморозуміння та самовідчуття особистості говорить про успішність засвоєння суспільного досвіду, зокрема, спеціальних знань та умінь, що свідчить про успішність навчальної діяльності. За змістовною характеристикою ідентичності «Я –

фізичне» майже не відбулося змін. Категорія «Я – метафоричне» взагалі не представлена у результатах контрольного дослідження.

Все вищезазначене говорить про поступове зростання задоволення собою як практичним психологом, задоволеності своєю спеціальністю, студентською групою. Збільшується активність по відношенню до професії, що виражається у відносно позитивному ставленні до навчання та майбутньої діяльності. Окрім того, серед ціннісних орієнтацій переважають інструментальні, такі як самоконтроль, раціоналізм, тверда воля, непохитність, турбота про інших. Поступово формується прагнення до досягнення успіху в майбутній професійній діяльності.

Зміни, що відбулися, характерні, здебільшого, для студентів експериментальної групи. Розглянемо їх більш детально саме в гендерному аспекті. Розподілення студентів експериментальної групи за змістовними характеристиками їх ідентичності у гендерному аспекті на формувальному та контрольному етапах наведено у діаграмі на рисунку 3.2.



Мал 3.2. Дані констатувального та контрольного етапів дослідження експериментальної групи в гендерному аспекті (за методикою М. Куна «Хто Я»)

Так, серед чоловічої аудиторії опитаних до категорії «Я – професійне» входять 2 студенти, які раніше входили до категорій «Я – фізичне»

та «Я – соціальне». Це може свідчити про більш глибоке усвідомлення себе як майбутнього професіонала з практичної психології, бачення себе в структурі професійної діяльності. Окрім того, для таких студентів вже не є головним їх місце в структурі соціальних зв'язків, їх соціальний статус та фізичні характеристики. Пріоритетним стала навчальна діяльність по здобуттю знань, вмінь та навичок та, безпосередньо, майбутня професійна діяльність.

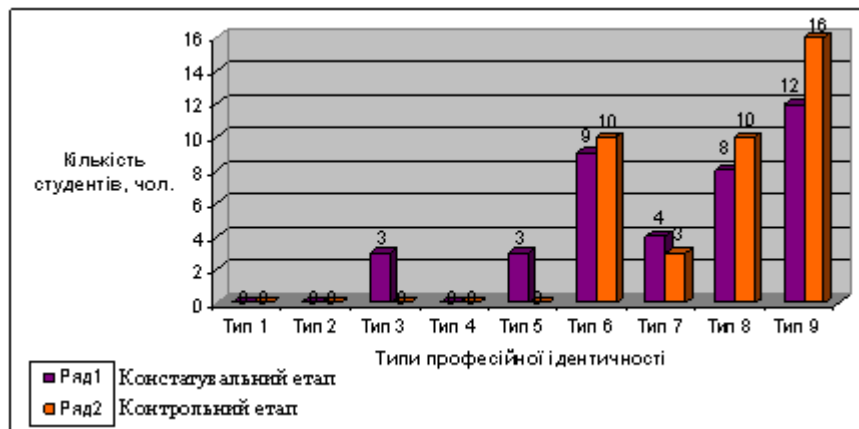
Серед жіночої частини опитаних суттєво збільшилась кількість осіб із соціальними, професійними та особистісними змістовними характеристиками ідентичності. Це свідчить про переорієнтацію студенток на соціально-професійний напрямок діяльності, прагнення реалізувати себе в суспільстві як повноцінний спеціаліст у галузі практичної психології. Окрім того, зріс рівень прийняття себе як особистості-психолога, що супроводжується позитивним ставленням до навчальної діяльності, до своєї діяльності як практичного психолога під час виробничої практики у навчальних закладах міста. Разом з тим, зменшилась кількість студентів, які визначальними для себе вважали гендерні та фізичні особливості. Це говорить про зміну стереотипного мислення зі статевих критеріїв поведінку у напрямок професійних.

Загалом же можна говорити про якісну та кількісну позитивну динаміку формування професійної ідентичності майбутніх практичних психологів. Збільшується усвідомлення себе як майбутнього професіонала, покращується ставлення до процесу здобуття професії. Студенти проявляють більшу активність у становленні себе як майбутнього практичного психолога. Чоловіки-студенти вбачають в майбутній діяльності змогу реалізуватися як професіонали, а студенти-жінки прагнуть допомогати іншим у складних життєвих ситуаціях та самоствердитися за рахунок постійного професійного розвитку.

Повторне тестування за методикою У. Родигіної на визначення особливостей професійної ідентичності практичних психологів має такі результати.

Для 10 студентів характерним є шостий тип професійної ідентичності. Для порівняння, на констатувальному етапі цей показник становив 9 чоловік. Зменшилася кількість студентів, які мають сьомий тип професійної ідентичності. Так, на констатувальному етапі даний тип мали 4 студенти, на контрольному – 3 особи. Збільшилася кількість майбутніх практичних психологів, які мають восьмий тип професійної ідентичності (на констатувальному етапі – 8 чоловік, на контрольному – 10). Найбільша кількісна різниця відбулася за дев'ятим типом професійної ідентичності. На контрольному етапі за даним типом було 16 студентів, на констатувальному – 12 осіб.

Результати констатувального та контрольного дослідження типів професійної ідентичності наведено у діаграмі на рисунку 3.3.

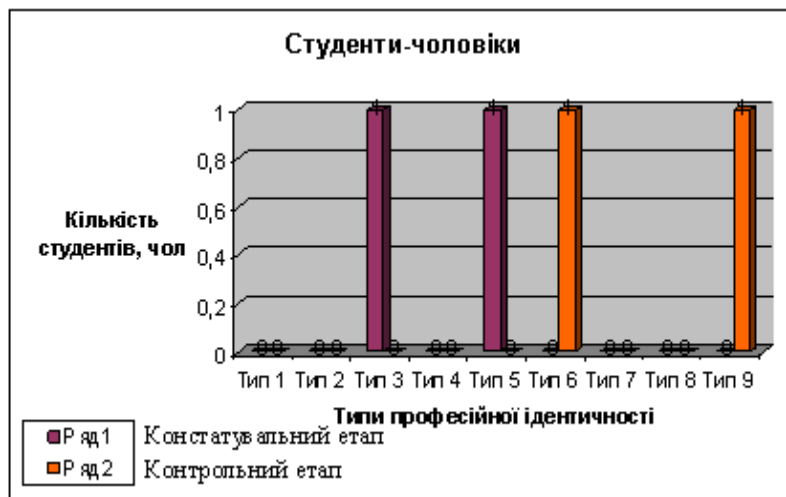


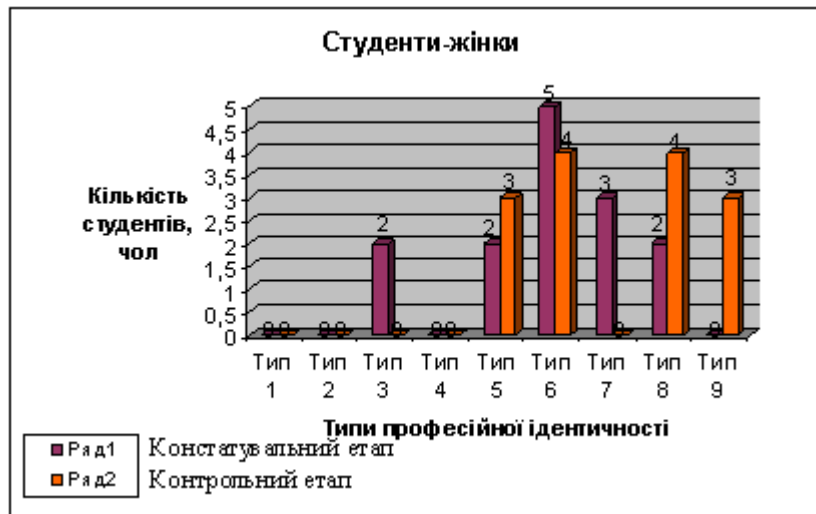
Мал. 3.3. Дані констатувального та контрольного етапів дослідження (за методикою У.Родигіної)

Порівнюючи результати констатувального та контрольного етапів роботи, аналізуючи змістовну складову професійної ідентичності, можемо говорити про зменшення кількості студентів, які мають негативні емоції по відношенню до отримання знань та задоволеності власних потреб у даній професії. Це свідчить про те, що майбутні практичні психологи, у більшості своїй, сподіваються задовольнити тим самим наявні у них потреби, а цей процес для них супроводжується більш позитивними емоціями. Студенти починають більш

докладніше знайомитися з істинним змістом професії, краще уявляють собі, наскільки ця професія здатна задовольнити їх бажання і наскільки вони підходить для даної професії. Окрім того, збільшилась кількість студентів-психологів, які мають активну позицію ставлення до професії та спеціальності в цілому. Ці зміни вказують на те, що позиція усвідомленого активного ставлення студента до професії визначається як позиція «суб'єкта». Це означає, що для студентів їх знання, вміння, психофізіологічні характеристики перестають бути пріоритетними по відношенню до обраної професії. На перше місце виступають суб'єктивні чинники, такі як інтерес, мотивація до діяльності практичного психолога. Це, в свою чергу, визначає більш активнішу діяльність, яка спрямована на постановку мету в професійній сфері і прагнення її досягти.

Порівнюючи та аналізуючи результати контрольного та констатувального етапів в експериментальній групі, можемо говорити також про суттєві зміни, що свідчать про позитивну динаміку у процесі формування професійної ідентичності студентів. Розподілення студентів експериментальної групи за типами їх професійної ідентичності у гендерному аспекті на формувальному та контрольному етапах наведено у діаграмах на рисунку 3.4.





Мал. 3.4. Дані констатувального та контрольного етапів дослідження експериментальної групи в гендерному аспекті (за методикою У.Родигіної)

Аналізуючи результати по чоловічій вибірці, можемо вказати на той факт, що на констатувальному етапі для студентів були характерними два типи професійної ідентичності – тип 3 (1 студент) та тип 5 (1 студент). На контрольному етапі розподілення відбулося таким чином, що вищезазначені типи не були взагалі представлені, натомість, один студент мав 6 тип професійної ідентичності, а другий студент – 9 тип. Якісно дані зміни вказують на підвищення позитивного ставлення студентів до власної діяльності, до майбутньої професії. Це виражається у бажанні більшу частину часу проводити, займаючись тим, що пов'язане з професією. Даний процес супроводжується позитивними емоціями, радісними переживаннями.

Жіноча частина нашої експериментальної групи в своїх результатах також мала певні якісні та кількісні зміни. Так, повністю зникли негативні емоції та пасивна позиція у здобутті професії практичного психолога. Окрім того, знизилася кількість студентів, які мають нейтральні емоції та середню професійну активність. Це свідчить про те, що майбутні практичні психологи починають усвідомлювати значимість власної професії та бачення себе у

структурі діяльності спеціаліста даного напрямку. Зростає відповідальність за власні знання, вміння та навички як запоруку успішної майбутньої діяльності. Практична психологія як професійним напрям стає для більшості покликанням і засобом самореалізації.

Взагалі, позитивна динаміка по експериментальній групі характерною є для 9 осіб, що складає 64% від всієї кількості учасників по групі та 23% від загальної кількості студентів нашого дослідження.

Для того, щоб остаточно довести ефективність проведеної роботи на формульовальному етапі, було використано метод математичної статистики, а саме непараметричний критерій Манна-Уїтні. Даний критерій допомагає визначити, чи є сутєвими відмінності в рівнях вираженості обраної нами психологічної ознаки на вибірці експериментальної групи. Для цього ми сформулювали такі статистичні гіпотези:

H₀: різниця між даними першого та другого дослідження випадкові, тобто обрана тренінгова програма неефективна або має дуже низьку ефективність.

H₁: різниця між даними першого та другого дослідження не випадкові, а ймовірно обумовлені застосуванням тренінгової програми, яка забезпечила підвищення рівня розвитку професійної ідентичності майбутніх практичних психологів.

Встановлені за критерієм Мана – Уїтні показники U, Z та значимості вказують на прийняття H₁ – гіпотези про не випадковий характер змін результатів першого та другого дослідження та заперечують H₀ гіпотезу на 95% рівень достовірності.

Таким чином, можна говорити про те, що розроблена нами структура тренінгу з розвитку професійної ідентичності майбутніх практичних психологів має певну ефективність, однак за браком часу та неповноти проведених занять повністю оцінити її розвивальний потенціал неможливо. Відзначається позитивна динаміка, що зумовлює мотивацію для продовження роботи у

заданому напрямку, а також можливості впровадження елементів тренінгової програми для подальшої роботи зі студентами-психологами як частини умов психолого-педагогічного розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

3.3. Шляхи оптимізації процесу формування професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей

Сучасний розвиток освіти вимагає від фахівців, зокрема практичних психологів, високого рівня професіоналізму. Освітня сфера сьогодні потребує фахівців, які володіють активністю, самостійністю, творчим підходом та здатні конкурувати на професійному ринку. У цьому контексті система вищої освіти повинна модернізуватися, сприяючи створенню психолого-педагогічних умов, які забезпечують не лише розвиток професійних навичок, а й стимулюють особистісний саморозвиток фахівців у їхній професії. Саме на основі усвідомлення своєї професійної позиції психолог формує позитивне ставлення до своєї діяльності, актуалізує особистий досвід, визначає професійні цілі та обирає стратегії для свого саморозвитку.

Проблематиці застосування специфічних форм і методів навчання практичних психологів присвячено дослідження таких науковців, як І. Вачков, М. Молоканов, В. Панко, Т. Яценко та інших [7; 34; 62]. У контексті досліджуваної проблеми Н.Шевченко умовами формування професійної ідентичності психологів визначає створення рефлексивного середовища [56].

Аналогічний підхід використовує А. Самойлова, яка розробила методику діяльнісно-рефлексивного навчання, спрямовану на активізацію рефлексивних механізмів та умов для ефективного подолання внутрішньоособистісних професійних криз у психологів [45]. У свою чергу, Т. Яценко обґрунтувала організаційно-методичні аспекти активного

психологічного навчання, яке має на меті підтримку процесу формування професійної ідентичності психологів. [62].

Таким чином, вважаємо за доцільне створення у ВУЗі такої програми розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів, яка б включала такі напрямки: особистісне, парадигмальне, інструментальне, ситуативне самовизначення студентів; інформаційна підтримка навчального процесу; підтримка педагогічної майстерності викладачів.

Результати нашого дослідження показали необхідність розвитку професійної ідентичності за такими показниками, як самоставлення, самоінтерес, самовпевненість, самокерівництво, задоволеність Я образом, соціально-комунікативна компетентність.

Ми вважаємо, що впровадження в навчальний процес ВУЗу активних форм розвитку професійної ідентичності дасть змогу оптимізувати та актуалізувати професійний образ майбутнього психолога. Це можна досягти у тому випадку, коли будуть використовуватися такі форми навчання, як тренінг, інтервізійні групи та заповнення індивідуальних карт професійного розвитку.

Розглянемо більш детально кожен з цих форм роботи.

Тренінг. Основними методами тренінгу, які сприяють формуванню професійної ідентичності у майбутніх психологів, є ділові ігри, групові дискусії, психомалюнок, психодрама та методи невербальної взаємодії.

Метод ділової гри використовується в тренінгу для розвитку творчого професійного мислення психологів, а також для формування в них навичок аналізу професійних ситуацій і пошуку варіантів їх вирішення. У процесі створення гри формуються проблемні професійні ситуації, які потім реалізуються під час її проведення. За змістом ділова гра імітує умови та специфіку реальних професійних ситуацій діяльності практичного психолога. У формі така діяльність є рольовою взаємодією учасників, яка відбувається згідно з визначеними або створеними під час гри обов'язковими правилами та нормами [49].

Групова дискусія в тренінгу є важливою формою взаємодії учасників, яка сприяє їхньому саморозкриттю. Вона дозволяє кожному проявити свою компетентність, що створює комфортну атмосферу в групі, сприяє її згуртуванню, підвищує рівень емпатії серед психологів та дає можливість розглянути професійну проблему з різних точок зору. Ключовими критеріями конструктивності дискусії є: активність учасників, рівноправність у висловлюванні думок, демократична атмосфера та задоволення від спільної роботи [37].

Метод «Психомалюнок» застосовується в двох основних напрямках: для вивчення феноменів групи та її динаміки, а також для виявлення почуттів і ставлення учасників до себе, до своєї професійної діяльності та до власного професійного «Я». Психомалюнки використовуються для актуалізації професійного образу, зокрема через теми: «Я-психолог сьогодні», «Я-успішний психолог», «Ідеальний психолог». Ці малюнки допомагають учасникам усвідомити свою професійну позицію, як з точки зору себе, так і з погляду групи, а також визначити професійно-особистісні якості, що потребують розвитку [8].

Особливу увагу у тренінгу приділяють психодрамі. Завдяки «програванню» професійних проблем учасники можуть виявити глибокі емоційні переживання, що сприяє аналізу та розширенню їхнього професійного самосвідомлення. Психодрама також стимулює розвиток інтуїції та творчих здібностей у розумінні внутрішнього світу інших людей. Учасники усвідомлюють наявність спільних проблем, що сприяє глибшому саморозкриттю та самоприйняттю.

Для актуалізації соціально-перцептивної сфери особистості в тренінгу ефективно використовуються методи невербальної взаємодії, зокрема психогімнастика. Її основною метою є зняття емоційної напруги в групі та у кожного учасника окремо, а також налаштування на відкриту передачу емоційних переживань. На початку заняття психогімнастика допомагає

учасникам налаштуватися на роботу, а після завершення – зняти емоційну напругу [29].

Інші активні методи також використовуються для розвитку професійних навичок. Наприклад, для актуалізації знань і перевірки рівня володіння основними видами роботи практичних психологів застосовуються круглі столи, обговорення, міні-лекції. Моделювання професійних ситуацій та розв'язання професійних задач допомагають сформувати нові форми професійної поведінки.

Ще однією важливою формою активної роботи є інтервізія. Це метод групової роботи, де фахівці рівного рівня взаємодіють між собою під керівництвом ведучого, зосереджуючись на поліпшенні практичної діяльності психологів [35, с. 301]. Оскільки основним завданням психолога є надання допомоги клієнту, який переживає складну життєву ситуацію, інтервізія допомагає спеціалісту проаналізувати правильність вибору стратегій роботи з клієнтом, оцінити конструктивність власної особистості та методів роботи.

Таким чином, метод інтервізії виступає як метод покращення роботи кожного його учасника та має наступні завдання: навчання альтернативним професійно-поведінковим моделям; підвищення рівня ефективності роботи у вирішенні проблемних професійних ситуацій і, як наслідок, зниження ризику професійного вигорання та стагнації [32].

Організація проведення інтервізійних груп передбачає наступні кроки:

Крок 1. Формування груп. Особливістю інтервізії є те, що групи повинні складатися не більше ніж із восьми учасників та бути об'єднані за принципом «рівності по рівню».

Крок 2. Формулювання тем і структура інтервізійних сесій. На першій сесії учасники ознайомлюються із темою інтервізії (формування професійного образу), змістом роботи (формулювання професійних випадків), частотою і тривалістю зібрань, кількістю випадків які можуть бути обговорені на одному зібранні.

Крок 3. Прийняття правил і рекомендації для учасників.

Крок 4. Проведення сесій.

Крок 5. Оцінка результативності інтервізії [7, с. 51-52].

Індивідуальні карти професійного розвитку. В системі розвитку професійної ідентичності провідне місце займає забезпечення майбутніх психологів критеріями самооцінювання професійної «Я-концепції» за основними показниками розвитку складових професійної самосвідомості. Для цього використовуються індивідуальні карти професійного розвитку. Зміст карти включає: загальні відомості про майбутнього психолога; показники, що виявляють розвиток професійної «Я – концепції» майбутнього спеціаліста (самоставлення, самооцінка, рівень емпатії, соціально-комунікативна компетентність, соціально-психологічні установки); самооцінка розвитку професійних якостей; програма професійного самовдосконалення; самоаналіз професійних досягнень; планування професійних цілей; аналіз розв’язання професійних проблем. Запропонована карта може використовуватись безпосередньо майбутнім практичним психологом з метою усвідомлення, керування та планування процесу професійного «дорослішання». Студенти можуть обмінюватися професійними ідеями, думками стосовно подальшого розвитку професійної «Я-концепції», порадами та рекомендаціями удосконалення професійної позиції, створення колективних професійних проектів [22].

Таким чином, запропоновані методи, підходи загалом можуть бути досить ефективними для підготовки практичного психолога, розвитку його професійної ідентичності у процесі вищого навчання. Планомірне запровадження тренінгової роботи з майбутніми фахівцями, пропрацювання особистісних проблем кожного студента у процесі не лише навчання, а й спеціально створених психологічних служб у межах ВУЗу, є перспективними напрямками роботи у рамках особистісної та професійної підтримки майбутнього спеціаліста-психолога. Передбачається, що результатом цього

процесу буде більш активне та ефективне формування професійної ідентичності молодшої людини, вибір на користь пошуку власних підходів в практичній психології або, навпаки, «вихід» зі сфери практичної психології в інші сфери, що також є досить позитивним моментом, якщо це зроблено своєчасно та є усвідомленим та обґрунтованим особисто студентом вибором.

Висновки до 3 розділу

1. За основу формування професійної ідентичності майбутнього психолога на формувальному етапі нашої роботи було обрано тренінг «Професійна ідентичність майбутнього психолога». Метою тренінгу було створення умов для усвідомлення майбутніми психологами власних професійних можливостей та визначення шляхів професійного зростання. На заняттях використовували певні прийоми, а саме рефлексію та вербалізацію життєвих та професійних цінностей та принципів, аналіз плюсів та мінусів студентських і професійних ролей, формування позитивної «Я – концепції».

2. Тренінгова програма та її структура, запропонована нами, включає серію занять. Передбачається, що в результаті тренінгу підвищиться мотивація до формування визначеної, усвідомленої позиції психолога-практика, відбудеться активізація інтересу до практичної психології, оптимізація з приводу своїх професійних успіхів у майбутньому.

3. Тренінгова робота проводилася зі студентами, які за результатами методик М. Куна «Хто Я», опитувальника професійної ідентичності У. Родигіної, методик «Піраміда потреб» А. Маслоу, методики М. Рокича та опитувальника С.Бем мали низький рівень сформованості професійної ідентичності. Дані студенти склали експериментальну групу, яка нараховувала 16 осіб. За гендерним складом – 14 дівчат та 2 хлопці. Повторна діагностика, проведена після завершення роботи, показала наступні результати. Зросла кількість студентів, які усвідомлюють себе як майбутнього професіонала,

покращується ставлення до процесу здобуття професії. Студенти проявляють більшу активність у становленні себе як майбутнього психолога. Чоловіки-студенти вбачають в майбутній діяльності змогу реалізуватися як професіонали, а студенти-жінки прагнуть допомогати іншим у складних життєвих ситуаціях та самоствердитися за рахунок постійного професійного розвитку. Загальна позитивна динаміка по експериментальній групі характерною є для 9 осіб, що складає 64% від всієї кількості учасників по групі та 23% від загальної кількості студентів нашого дослідження. Встановлені за критерієм Манна – Уїтні показники U , Z та значимості вказують на прийняття H_1 – гіпотези про не випадковий характер змін результатів першого та другого дослідження та заперечують H_0 гіпотезу. Отримані кількісні та якісні показники свідчать про ефективність застосування тренінгової програми з розвитку професійної ідентичності майбутніх практичних психологів.

4. Результати нашого дослідження показали необхідність розвитку професійної ідентичності за такими показниками, як самоставлення, самоінтерес, самовпевненість, самокерівництво, задоволеність Я образом, соціально-комунікативна компетентність. Це можна досягти в тому випадку, коли будуть використовуватися такі форми навчання, як тренінг, інтервізійні групи та заповнення індивідуальних карт професійного розвитку.

5. В якості заходів, які сприятимуть підвищенню рівня розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів, можна запропонувати наступні:

- забезпечення обов'язкового психологічного супроводу студентів;
- організація та керівництво науково-дослідницькою діяльністю студентів-психологів по створенню та впровадженню інноваційних проектів з проблем працевлаштування випускників психологічних спеціальностей;
- збільшення уваги до виробничої практики студентів-психологів з метою їх професійної адаптації;

- введення системи ліцензування професійної діяльності, що підвищить рівень професіоналізму;
- забезпечення інтенсивності та ефективності професійної взаємодії в рамках психологічної спільності психологів.

ВИСНОВКИ

Підсумовуючи результати трьох етапів дослідження, можна зробити такі висновки:

1. На першому етапі було здійснено аналіз та систематизацію теоретичних підходів до розуміння феномену ідентичності. Це дозволило нам зрозуміти ідентичність як здатність психіки людини відображати її уявлення про себе, свою приналежність до різноманітних соціальних, національних, професійних, мовних, політичних, релігійних, расових та інших груп, а також ототожнення себе з певними рисами та якостями людей. У ході теоретичного аналізу було досліджено різні підходи до вивчення професійної ідентичності майбутніх практичних психологів. Професійна ідентичність розглядається як усвідомлення своєї належності до професійної спільноти, оцінка цього членства, психологічна значимість належності до професії, а також відчуття своєї професійної компетентності, самостійності та ефективності. Вона включає розуміння своєї професії, прийняття себе в професії, вміння виконувати професійні функції та відчуття впевненості у власних силах.

Формування професійної ідентичності залежить від багатьох факторів, одним із яких є гендерні особливості студентів психологічних спеціальностей. Зокрема, у майбутніх психологів чоловічої статі професійне самовизначення визначається далекою перспективою і органічно інтегрується в їх загальну життєву перспективу. У студенток, навпаки, життєве та професійне самовизначення часто не взаємопов'язані, вони схильні до ситуативного та емоційного самовизначення, їхній світогляд менш цілісний. Найближчі плани студенток здебільшого визначаються пізнавальними інтересами та емоційною сприйнятливістю, тоді як у студентів чоловічої статі – інтелектуальними характеристиками та рівнем самоконтролю.

2. Другий етап дослідження передбачав експериментальне вивчення професійної ідентичності студентів психологічних спеціальностей з

урахуванням гендерних особливостей. Огляд науково-методичної літератури та психологічних досліджень цієї проблеми дозволив виокремити структурні компоненти професійної ідентичності: когнітивний, емоційно-оцінний та поведінковий, а також різні стадії її розвитку, зокрема досягнуту ідентичність, мораторій, передчасну та дифузну ідентичність. Емпіричне дослідження, проведене в 2015–2016 навчальних роках, охопило 39 студентів-психологів Криворізького педагогічного інституту. Серед них були 23 студенти IV курсу, 11 студентів V курсу та 5 студентів магістратури.

Результати дослідження показали, що на завершення навчання у ВНЗ у майбутніх практичних психологів переважає слабка вираженість внутрішньої особистісної спрямованості, з акцентом на задоволення потреб у самореалізації, самоствердженні та духовній досконалості. Дослідження гендерного аспекту виявило тенденцію до соціального та професійного самоствердження серед студентів-чоловіків. У студенток спостерігається більше прагнення до реалістично-практичного та егоцентрично-гедоністичного самовизначення. Бажання працювати за спеціальністю більше виражене у дівчат, а прагнення до саморозвитку та самоосвіти – у хлопців. Загалом, студенти не надто часто беруть на себе відповідальність за реалізацію своїх планів, хоча більшість з них має чітке уявлення про реалістичність та адекватність своїх життєвих перспектив. На основі цих даних було виокремлено три групи студентів залежно від рівня сформованості професійної ідентичності: високий рівень – 11 студентів (з них 1 чоловік), середній рівень – 12 студентів (з них 2 чоловіки), низький рівень – 16 студентів (з них 2 чоловіки).

3. Третій етап включав розробку структури та апробацію тренінгу з розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів, а також оцінку його ефективності. Метою тренінгу було створення умов для усвідомлення студентами своїх професійних можливостей та визначення шляхів професійного зростання. На заняттях використовувалися різноманітні методи активного психологічного навчання для вирішення трьох основних завдань:

розуміння свого «професійного Я», прийняття себе в професії, управління собою в професійних ситуаціях та в цілому своїм професійним розвитком. Оцінка ефективності тренінгових занять показала позитивну динаміку. За критерієм Мана-Уїтні результати вказують на прийнятність альтернативної гіпотези про зміну результатів до і після тренінгу на 95% рівень достовірності.

4. Підсумовуючи результати всіх етапів, можна стверджувати, що впровадження тренінгової роботи з майбутніми фахівцями, а також спеціально організовані психологічні служби у ВНЗ, є перспективними напрямками для особистісної та професійної підтримки майбутніх психологів. Проведене дослідження проблеми розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів з урахуванням гендерних особливостей не охоплює всіх аспектів цієї проблеми. Перспективи подальших досліджень полягають у більш глибокому вивченні механізмів професійної ідентичності у студенток і студентів-чоловіків, особливостей розвитку її компонентів у майбутніх психологів на всіх етапах їх професіогенезу з урахуванням індивідуальних та статевих відмінностей, а також у створенні психодіагностичних методик та психотренінгових програм для дослідження та підтримки цього процесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абдуллаева М.М. Професійна ідентичність особистості: психосемантичний підхід / М.М. Абдуллаева // Психологічний журнал. – 2004. – №2. – С. 86 – 95.
2. Антонова Н.В. Особистісна ідентичність сучасного педагога і особливості його спілкування / Н.В. Антонова // Питання психології. – 1997. – № 6. – С.23 – 30.
3. Асмолов А.Г. Психологічна особистість / Олександр Григорович Асмолов. Прогрес, 2004. – 135с.
4. Боднар М.С. До питання про підготовку практичного психолога / М.С.Боднар // Практична психологія і соціальна робота. – 2005. – №7. – С. 71 – 74.
5. Божович Л. І. Особистість та її формування у дитячому віці / Лідія Іллівна Божович. – К.: Просвіта, 1988. – 464с.
6. Борисюк А. С. Психологічні особливості формування професійних якостей майбутнього медичного психолога: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / А.С.Борисюк. – Івано-Франківськ, 2004. – 319 с.
7. Вачков И. В. Основи групового тренінга / Ігор Вікторович Вачков. – М.: Ось – 89, 1999. – 137 с.
8. Вербицький А.А. Активне вивчення в вищій школі: контекстний підхід / А.А. Вербицький. – М.: Вища школа, 1991. – 207с.
9. Говорун Т. Гендерна психологія: Навч. посібник / Т. Говорун, О.Кікінежді. – К.: Академія, 2004. – 308 с.
10. Гузій Н.В. Категорія професіоналізму в теорії і практиці підготовки майбутнього педагога : Автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Гузій Н.В. – К., 2007. – 40 с.

11. Дударенко І.С. Психолого-педагогічні умови набуття професійної ідентичності майбутнім психологом-практиком / І.С. Дударенко // Матеріали VI Костюківських читань. – К.: Борона, 2003. – С.112-116.
12. Зеєр Є. Психологія професій / Є. Зеєр; [пер. с англ. О. Кувала]. – М.: Ділова книга, 2003. – 336 с.
13. Зубкова І.Я. Динаміка Я-образу вчителя-професіонала: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07. / І.Я. Зубкова. – К., 2001. – 20 с.
14. Іваніков В.А. Проблеми підготовки психологів / В.А. Іваніков // Питання психології. – 2006. – №1. – С. 48 – 52.
15. Карпов А.В. Рефлексивність як психічне свойство і методика її діагностики / А.В. Карпов // Психологічний журнал. – 2003. – №5. – С. 45–57.
16. Каташев В.Г., Соломко Л.И. Педагогіка вищої школи: Нав. посіб. / В.Г.Каташев, Л.И. Соломко 2002. – 395 с.
17. Кісарчук З.Г. Проблема професійної підготовки психологів-консультантів та психотерапевтів / З.Г. Кісарчук // Матеріали Всеукр. наук.-пр. конф. «Психологічній службі системи освіти України 10 років: здобутки, проблеми і перспективи», 22-24 березня 2002р. – К.: Ніка-Центр, 2002. – С.176 – 177.
18. Кльоц Л.А. Особливості розвитку професійної самосвідомості практичного психолога у системі післядипломної освіти: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / Л.А. Кльоц. – К., 2012. – 352 с.
19. Коломінський Н.Л. Методологічні засади професійної підготовки практичного психолога / Н.Л. Коломінський // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – №4. – С. 12 – 13.
20. Корень Т.О. Професійний розвиток особистості: категоріальне визначення / Т.О. Корень // Зб. наукових праць. – Миколаїв: ТОВ «Фірма «Ілон», 2008. – Вип. 17: Психологія освітнього простору. – С.86 – 89.

21. Кумиріна Ю.А. Соціально-психологічний компонент професійної ідентичності студентів-юристів: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Ю.А. Кумиріна., 2005. – 171 с.

22. Кутузова Д.А. Проект програми «Вибудовування професійної ідентичності психолога в рамках психологічної служби психологічного вуза» / Д.А. Кутузова. – [Електронний ресурс]. – Режим доступа: <http://www.narrative.ru/articles/identitydk.htm>.

23. Максименко С.Д., Пелех О.М. Фахівця потрібно моделювати: наукові основи готовності випускника педвузу до педагогічної діяльності / С.Д.Максименко, О.М. Пелех // Рідна школа. – 1994. – №3-4. – С.68 – 72.

24. Марголис А. А. Критерії професійної компетентності педагога-психолога / А.А.Марголис // Психологічна наука і освіта. – 2010. – №1. – С. 13 – 19.

25. Маркова А.К. Психологія професіоналізму / А.К. Маркова. – М.: Знання, 1996. – 312 с.

26. Марков С. Основні принципи творчої випереджальної вищої освіти / С.Марков // Науковий вісник Чернівецького університету: Педагогіка та психологія. – Чернівці: Рута, 2003. –Вип. 185. – С.44 – 53.

27. Михальчук О. Поняття «професіоналізм» і «кваліфікація» – важливі чинники формування професійної компетентності майбутнього фахівця / О.Михальчук // Матеріали Всеукр. наук.- пр. конф. «Наукова діяльність як шлях формування професійних компетентностей майбутнього фахівця», 5-6 груд. 2013 р. – Суми: Мрія, 2013. – С .53–55.

28. Нестеренко Г. Можливості самореалізації особистості вконтексті синергетичної моделі вищої освіти / Г. Нестеренко // Вища освіта України. – 2004. – № 5. – С. 20 – 26.

29. Овчарова Р.В. Формування професійної ідентичності студентів соціономічних спеціальностей в процесі навчання / Р.В. Овчарова // Матеріали

Всеукр. наук.-пр. конф. «Самовизначення особистості: нові підходи та технології», 21-22 березня 2005р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osp.kgsu.ru/ovcharova.htm>.

30. Овчинікова Ю.Г. До проблем кризису ідентичності / Ю.Г. Овчинікова // Питання психології, 2000. – №2. – С. 84 – 89.

31. Орлова И.В. Тренінг професійного самосвідомості: теорія, діагностика і практика педагогічної рефлексії / Інна Віталіївна Орлова. – СПб.: 2006. – 128 с.

32. Павлова Т.А. Введення в професію «Психолог» / Т.А. Павлова. – М.: Аспект Прес, 2007 – 136 с.

33. Панок В.Г. Концептуальні підходи до формування особистості практичного психолога / В.Г. Панок // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 4. – С. 5 – 7.

34. Панок В.Г. Реформування змісту, форм і методів підготовки практикуючих психологів як нагальна вимога суспільної практики / В.Г. Панок. – К.: Ніка-Центр, 2002. – С.18 – 28.

35. Петровський А.В. Загальна психологія / Артур Володимирович Петровський. 2008. – 489с.

36. Поваренков Ю.П. Психологічний зміст професійного ставлення людини / Ю.П. Поваренков. – Вир-во УРАО, 2002. – 160 с.

37. Подолянук О. Л. Розвиток професійної позиції шкільного психолога у післядипломній освіті : Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.07. / Подолянук О.Л. – К., 2004. – 116 с.

38. Проблеми формування професіоналізму особистості та діяльності майбутнього фахівця в контексті вимог євроінтеграції / [Бузнєцова Н.В., Колесніченко Н.Ю., Цокур О.С., Черемик О.Б.]; під ред. Н.В. Бузнєцової. – Одеса: ОНУ, 2012. – 158 с.

39. Професіоналізм особистості: теоретико-методологічний аспект [Текст] : монографія / [Бочелюк В.Й., Білоусов С.А., Горбань Г.О., Кузько П.Л.] .]; під ред. В.Й. Бочелюк. – Запоріжжя: ЗІДМУ, 2007. – 247 с.
40. Клімов Е.А. Психолог: Вступ в професію / Е.А. Клімов. – М.: Академія, 2007. – 208 с.
41. Психологія праці та професійної підготовки особистості: Навч. посіб. / [Балл Г.О., Бастун М.В., Гордієнко В.І. та ін.]. – Хмельницький : ТУП, 2001. – 330 с.
42. Родигіна У.С. Діагностика професійної ідентичності студентів-психологів / У.С. Родигіна // Матеріали IV-ой міжрегіональної науково-методичної конференції «Сучасні технології і активні методи навчання в вузе як умови підготовки спеціаліста», 14-15 квітня 2006 г. 2006. – С. 45–50.
43. Рибалка В.В. Особистісний підхід як психолого-педагогічний принцип організації профільної та професійної підготовки учнівської молоді / В.В. Рибалка // Практична психологія і соціальна робота. – 2002, – № 4. – С.19 – 21.
44. Рибалка В.В. Психологічна культура особистості у професійній підготовці та діяльності практичного психолога // Проблеми підготовки і підвищення кваліфікації практичних психологів у вищих навчальних закладах . – К.: Ніка-Центр, 2002. – С.29-32.
45. Самойлова А. Г. Особливості формування професійної свідомості майбутніх психологів : Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.07. / Самойлова А.Г. – К., 2004. – 18 с.
46. Самоукіна Н.В. Психологія і педагогіка професійної діяльності / Наталія Василіївна Самоукіна. ЛОГОС, 2009. – 352 с.
47. Супрун М.В. Формування основ професіоналізму майбутнього викладача вищої школи в процесі магістерської підготовки: Автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / Супрун М. В. – Вінниця, 2012. – 20 с.

48. Терлецька Л. Г. Рольова гра як засіб формування професійно значущих якостей майбутнього практичного психолога: Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.07 / Терлецька Л.Г. – К., 1997. – 20 с.
49. Фарапонова Е.А. Психологічні особливості особистості на етапах її розвитку / Е.А. Фарапонова // Питання психології. – 2008. – №4. – С.41 – 43.
50. Хамітова І.Ю. Розвиток професійної ідентичності консультанта / І.Ю. Хамітова. – Профі, 2011. – 147с.
51. Чепелева Н.В., Пов'якель Н.І. Діалогічно-орієнтований підхід в системі підготовки практичних психологів / Н.В. Чепелева, Н.І. Пов'якель // Вісник Тернопільського експериментального інституту педагогічної освіти. – Тернопіль, 1996. – Вип. 13. – С. 29 – 31.
52. Чорний О.В. Професійна ідентичність практичного психолога / О.В.Чорний // Практична психологія і соціальна робота. – 2000. – № 8. – С. 36 – 37.
53. Шатохін А.А. Особливості професійної ідентифікації студентів економічних спеціальностей в процесі підготовки: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / Шатохін А.А. 2005. – 230 с.
54. Шевченко Н.Ф. Формування професійної свідомості практичних психологів у системі вищої освіти : Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.07. / Шевченко Н.Ф. – К., 2006. – 22 с.
55. Шевченко Н.Ф. Актуальні питання професійної підготовки психологів у системі вищої освіти / Н.Ф. Шевченко // Практична психологія і соціальна робота. – 2002. – № 2. – С.186 – 189.
56. Шинкаренко О. Про деякі мотиви вибору професії «Практична психологія» / О. Шинкаренко // Рідна школа, 2002. – № 5. – С. 54 – 56.
57. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика / Тамара Семенівна Яценко. – К.: Вища школа, 2006. – 382 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник професійної ідентичності У. Родигіної

Інструкція.

«Вам належить дати відповіді на кілька тверджень опитувальника. Ми просимо вас акуратно записувати ваші відповіді. На наступні нижче питання не існує правильних чи неправильних відповідей. Будь ласка, дайте відповідь на кожне з них згідно з вашою власною думкою. Уважно прочитайте питання і вкажіть вашу ступінь згоди/незгоди з кожним твердженням, як наведене нижче, використовуючи наступну шкалу: 5 – цілком згодний; 4 – згоден; 3 – не думав про це, не знаю; 2 – не згоден; 1 – зовсім не згоден».

Текст опитувальника

1. Професія психолога задовольняє всім моїм життєвим потребам і запитам.
2. Мої думки про майбутню кар'єру в психології надають мені радість.
3. Мій інтерес до психології виник досить давно і саме він сприяв тому, що я поставив(ла) собі за мету здобути спеціальність «Практична психологія».
4. Професія психолога для мене – це один із засобів самореалізації в житті.
5. У мене є потреба більшу частину свого вільного часу проводити, займаючись психологією.
6. Професія психолога не завжди викликає у мене позитивні емоції.
7. Я вже давно прорахував(ла) все, що мені потрібно для того, щоб працювати психологом.
8. Я не впевнений(а), що навчання за спеціальністю «психологія» сприяє моєму саморозвитку.
9. Освіти, яку я отримую у ВУЗі, буде цілком достатньо на всю мою психологічну кар'єру.
10. Поки я не буду планів, що буду робити після закінчення ВУЗу.

11. Я вчуся для того, щоб надавати професійну психологічну допомогу людям.
12. Є деякі питання в психології, які до кінця мені не зрозумілі, але я знаю, як можна отримати цікаву для мене інформацію.
13. Я довго міркував(ла), зважуючи всі «за» і «проти», перш ніж зробити свій професійний вибір.
14. Я думаю, що поки вчишся, необов'язково набувати досвід практичної психологічної діяльності.
15. У мене немає особливого бажання працювати за спеціальністю.
16. Якби я знову опинився у ситуації вибору, то вже не обрав би знову психологію як сферу професійної діяльності.
17. Я дуже засмучуюсь при думці, що через певних обставин не зможу працювати психологом.
18. Я розчарований(а), так як уявляв(ла) професію психолога дещо інакше.
19. Я вважаю, що в професії психолога не можна ставити собі цілі, планувати, щоб потім не розчаруватися.
20. Я можу однозначно стверджувати, що робота за професією психолога – це моє покликання.
21. Психологія, як і будь-яка інша спеціальність – лише засіб заробляти гроші.

Обробка результатів

Необхідно підрахувати кількість балів за чотирма шкалами.

Шкала 1 «Позитивні емоції, пов'язані із задоволенням потреб людини в даній професії»: питання 2, 4, 5, 11, 17, 20.

Шкала 2 «Негативні емоції, пов'язані із незадоволенням потреб людини в даній професії»: питання 1, 6, 8, 15, 16, 18.

Шкала 3 «Позиція активного ставлення студента до професії»: питання 3, 4, 7, 12, 13, 20.

Шкала 4 «Позиція пасивного ставлення студента до професії»: питання 8, 9, 10, 14, 19, 21.

Далі, щоб дізнатися про переважання позитивних емоцій над негативними, потрібно з результатів за шкалою 1 (позитивні емоції) відняти результати по шкалі 2 (негативні емоції). Якщо число (показник переважання емоцій) вийшло негативним, то у студента переважають негативні емоції, які пов'язані із незадоволенням потреб людини в даній професії. Те ж саме необхідно зробити зі шкалами 3 і 4. З результатів по шкалі 3 відняти результати по шкалі 4. Якщо виходить від'ємне число (показник активності), у даного студента переважає позиція пасивного ставлення до професії.

В результаті ми бачимо, що дві величини характеризують професійну ідентичність студента: показник переважання емоцій і показник активності. В залежності від вираженості даних показників можна виділити дев'ять типів професійної ідентичності студента.

За критерієм Н Краскала-Уолеса дані типи на значущому рівні (до 0,0001) відрізняються один від одного за параметрами, виділеним проведеними методиками. У таблиці 1 наведено розподіл типів професійної ідентичності за основними величинами тесту.

Таблиця 1. Розподіл типів професійної ідентичності за основними величинами тесту

Шкала «Усвідомлена активність»	Шкала «Емоційне ставлення»		
	Негативні емоції	Нейтральні	Позитивні
Низький рівень	Тип 1	Тип 2	Тип 3
Середній рівень	Тип 4	Тип 5	Тип 6
Високий рівень	Тип 7	Тип 8	Тип 9

Тип 1 характеризується пасивною позицією, що супроводжується негативними емоціями щодо майбутньої професії. Студенти, які відносяться до цього типу, вважають, що ця професія не для них, вона не здатна задовольнити їх потреби, в ній вони не зможуть реалізувати себе. Спостерігається пасивне

ставлення до професії, присутні негативні емоції щодо професії і всього, що з нею пов'язано. Швидше за все, настало розчарування в професії.

Тип 2 характеризується пасивною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії. Переважання пасивного ставлення до майбутньої професії. Студенти цього типу впевнені, що вузівської освіти їм вистачить для подальшої роботи, але вони не будують певних планів, що вони будуть робити після закінчення ВУЗу. Переважання емоцій по відношенню до майбутньої професії залежить від різних ситуацій.

Тип 3 характеризується пасивною позицією, що супроводжується позитивними емоціями щодо майбутньої професії. У студентів, що належать до даного типу, переважають позитивні емоції по відношенню до майбутньої професії, є бажання більшу частину часу проводити, займаючись тим, що пов'язане з професією, але, незважаючи на це, є пасивне ставлення до купується професії. Швидше за все, даних студентів можна віднести до категорії «мрійників».

Тип 4 характеризується середньовираженою активною позицією, що супроводжується негативними емоціями щодо майбутньої професії. У студентів, що належать до даного типу, присутні негативні емоції щодо цієї професії і всього, що з нею пов'язано, так як вони вважають, що професія психолога задовольняє не всіх їх життєвим потребам і запитам. Але до різних навчально-професійних ситуацій ці студенти можуть ставитися по-різному: за деяких обставин активно ставлячи цілі і виконуючи задумане, а за інших – пускаючи все на самоплив.

Тип 5 характеризується середньовираженою активною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії. У студентів цього типу немає виражених тенденцій, показники знаходяться на середньому рівні. Це говорить про те, що до різних навчально-професійних ситуацій студент може ставитися по-різному, переважання емоцій також залежить від різних ситуацій. Потенційно студенти даного типу за певних обставин можуть перейти в будь-який інший тип.

Тип 6 характеризується середньовираженою активною позицією, що супроводжується позитивними емоціями щодо майбутньої професії. Професійна ідентичність студентів даного типу переважно активна і виражена. Дані студенти вважають професію психолога своїм покликанням, одним із засобів самореалізації в житті. Думки про те, що вони будуть працювати за фахом, викликають у них радість; є бажання більшу частину часу проводити, займаючись тим, що пов'язано з професією. Усвідомлена активність по відношенню до майбутньої професії знаходиться на середньому рівні.

Тип 7 характеризується активною позицією, що супроводжується негативними емоціями щодо майбутньої професії. Незважаючи на те, що у студентів, які належать до даного типу, присутні негативні емоції щодо цієї професії і всього, що з нею пов'язано, вони прагнуть досягти певних цілей в даній професії і проявляють значну активність у навчально-професійній діяльності. Можна припустити, що існують певні зовнішні мотиватори їх активності, крім змісту самої майбутньої професії (соціальні зобов'язання, батьківська думка та ін).

Тип 8 характеризується активною позицією, що супроводжується нейтральними емоціями щодо майбутньої професії. У студентів даного типу не простежується яскравих позитивних емоцій (вони варіюють залежно від ситуації), зате простежується позиція активного ставлення до майбутньої професії, яка може бути позначена як позиція «суб'єкта». Студенти, які займають активну позицію по відношенню до професії, ставлять собі мету в професійній сфері і прагнуть їх досягти, планують своє життя в руслі професії, знають, як отримати цікаву для них інформацію, додатково читають спеціалізовані журнали і книги.

Тип 9 характеризується активною позицією, що супроводжується позитивними емоціями щодо майбутньої професії. Професійна ідентичність студента є вираженою і активною. Студенти, які дотримуються цієї позиції, вважають, що професія психолога задовольняє їх потребам і запитам, в ній вони бачать своє покликання і спосіб самореалізації. Вони прораховують своє

майбутнє так, щоб працювати психологом, ставлять цілі і досягають їх. При будь-якій можливості намагаються набути досвід практичної психологічної діяльності; читають додаткову психологічну літературу.

Додаток Б

Методика «Піраміда потреб» у відповідності до ієрархії потреб А. Маслоу (модифікація І. Акіндиної)

Дана методика дозволяє виявити базові потреби – мотиватори особистості і групи. Її основою є процедура парних порівнянь. Знання таких потреб дозволяє ефективно будувати систему мотивації в робочій групі та розуміти, заради чого ми готові працювати. Теоретичною основою тесту є модифікована піраміда потреб А. Маслоу. Замість фізіологічних потреб, що лежать в основі піраміди потреб, С. Скворцов ввів потребу в матеріальному забезпеченні життя. Особливо необхідно зазначити, що тест виявляє відносну задоволеність, тобто задоволення даної потреби порівняно з іншими потребами.

В результаті тесту людина отримує список потреб, які мотивують її в даний момент (незадоволені потреби), а також список задоволених і частково задоволених потреб, які в даний момент не грають вирішальну роль в активності індивіда.

Інструкція:

«Перед вами 15 тверджень, що ви повинні оцінити, попарно порівнюючи їх між собою. Спочатку оцініть 1-е твердження з 2-м, 3-ім т. д. і результат впишіть в 1 колонку. Так, якщо при порівнянні першого твердження з другим, кращим для себе ви вважаєте друге, то в початкову клітинку впишіть цифру 2. Якщо ж виявиться кращим перше твердження, то впишіть цифру 1. Потім те ж саме виконайте з другим твердженням, порівняйте його спочатку з 3-ім, потім з 4-им і т. д., і вписуйте результат у другу колонку. Подібним же чином працюйте з іншими твердженнями, поступово заповнюючи весь бланк. Під час роботи корисно до кожного твердження вголос промовити фразу: «Я хочу...».

Текст методики:

1. Домогтися визнання і поваги.
2. Мати теплі стосунки з людьми.

3. Забезпечити собі майбутнє.
4. Заробляти на життя.
5. Мати хороших співрозмовників.
6. Зміцнити своє становище.
7. Розвивати свої сили і здібності.
8. Забезпечити собі матеріальний комфорт.
9. Підвищувати рівень майстерності і компетентності.
10. Уникати неприємностей.
11. Прагнути до нового і незвіданого.
12. Забезпечити собі положення впливу.
13. Купувати гарні речі.
14. Займатися справою, що вимагає повної віддачі.
15. Бути зрозумілим іншими.

Обробка результатів:

а) Закінчивши роботу, підрахуйте кількість балів (тобто виборів), що випали на кожне твердження. Виберіть 5 тверджень, які отримали найбільшу кількість балів, і розташуйте їх по ієрархії. Це ваші головні потреби.

б) Для визначення ступеня задоволеності 5-ти головних потреб, підрахуйте суму балів по секціях з наступних питань:

1. Матеріальні потреби: 4, 8, 13;
2. Потреби в безпеці: 3, 6, 10;
3. Соціальні (міжособистісні) потреби: 2, 5, 15;
4. Потреба у визнанні: 1, 9, 12;
5. Потреба в самовираженні: 7, 11, 1

Додаток В

Методика М. Рокича на визначення ціннісних орієнтацій

М. Рокич розрізняє два класи цінностей:

- ✓ термінальні — переконання в тому, що певна кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути;
- ✓ інструментальні — переконання в тому, що певний образ дій або властивість особистості є кращим у будь-якій ситуації.

Цей поділ відповідає традиційному діленню на цінності-цілі і цінності-засоби. Респонденту пропонується два списки цінностей (по 18 у кожному), або на аркушах паперу в алфавітному порядку, або на картках. У списках випробуваний присвоює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку значущості. Остання форма подачі матеріалу дає більш надійні результати. Спочатку пред'являється набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей.

Інструкція:

«Зараз Вам буде пред'явлений список 36 цінностей. Ваше завдання – розподілити їх по порядку значимості для Вас як принципів, якими Ви керуєтеся у Вашому житті. Уважно вивчіть кожну цінність і вибравши ту, яка для Вас найбільш значима, помістіть її на перше місце. Потім виберіть другу за значимістю цінність і помістіть її слідом за першою. Потім виконайте те ж з усіма іншими. Найменш важлива залишиться останньою і займе 18 місце.

Працюйте не поспішаючи, вдумливо. Якщо в процесі роботи Ви зміните свою думку, то можете виправити свої відповіді. Кінцевий результат повинен відбивати Вашу справжню позицію».

Стимульний матеріал:

Список А (термінальні цінності):

1. Активне діяльне життя (повнота та емоційна насиченість);
2. Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом);

3. Здоров'я (фізичне і психічне);
4. Цікава робота;
5. Краса природи і мистецтва (переживання прекрасного в природі і в мистецтві);
6. Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною);
7. Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);
8. Наявність хороших і вірних друзів;
9. Суспільне визнання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі);
10. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальний розвиток);
11. Продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей);
12. Розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне вдосконалення);
13. Розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);
14. Свобода (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках);
15. Щасливе сімейне життя;
16. Щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому);
17. Творчість (можливість творчої діяльності);
18. Упевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності)

1. Акуратність (охайність), вміння тримати в порядку речі, порядок у справах;
2. Вихованість (гарні манери);
3. Високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання);
4. Життєрадісність (почуття гумору);

5. Старанність (дисциплінованість);
6. Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче);
7. Непримиренність до недоліків у собі та інших;
8. Освіченість (широта знань, висока загальна культура);
9. Відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати слово);
10. Раціоналізм (вміння тверезо і логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення);
11. Самоконтроль (стриманість, самодисципліна);
12. Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів;
13. Тверда воля (вміння настояти на своєму, не відступати перед труднощами);
14. Терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки та омани);
15. Широта поглядів (вміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички);
16. Чесність (правдивість, щирість);
17. Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі);
18. Чуйність (дбайливість).

Інтерпретація результатів діагностики:

Аналізуючи ієрархію цінностей, слід звернути увагу на їх угруповання випробуванням у змістовні блоки по різних підставах. Так, наприклад, виділяються «конкретні» і «абстрактні» цінності, цінності професійної самореалізації й особистого життя і т. д. Інструментальні цінності можуть групуватися в етичні цінності, цінності спілкування, цінності справи; індивідуалістичні і конформістські цінності, альтруїстичні цінності; цінності самоствердження і цінності прийняття інших і т. д. Це далеко не всі можливості суб'єктивного структурування системи ціннісних орієнтацій.

Додаток Г

**Статеврольовий опитувальник BSRI С. Бем на визначення ступеня
андрогінності, маскулінності та фемінності особистості**

Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких випробуваний відповідає «так» або «ні», оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей. Опитувальник можна застосовувати і у формі експертного рейтингу: в цьому випадку оцінка випробуваного по якостям здійснюється компетентними суддями – людьми, які добре знають випробуваного (чоловік, дружина, батьки та ін).

Інструкція:

«Відзначте в нижченаведеному списку ті якості, які, на вашу думку, є у вас».

Текст опитувальника:

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| 1. Вірить у себе. | 22. Аналітичний. |
| 2. Вміє поступатися. | 23. Вміє співчувати. |
| 3. Здатний допомогти. | 24. Ревнивий. |
| 4. Схильний захищати свої погляди. | 25. Здатний до лідерства, |
| 5. Життєрадісний. | 26. Піклується про людей. |
| 6. Похмурий. | 27. Прямий, правдивий. |
| 7. Незалежний. | 28. Схильний до ризику. |
| 8. Сором'язливий. | 29. Розуміє інших. |
| 9. Совісний. | 30. Потайний. |
| 10. Атлетичний. | 31. Швидкий в прийнятті рішень. |
| 11. Ніжний. | 32. Чуттєвий. |
| 12. Театральний. | 33. Щирий. |
| 13. Напористий. | 34. Покладається тільки на себе |
| 14. Ласий на лестоці. | 35. Здатний утішити. |
| 15. Удачливий. | 36. Марнослашний. |
| 16. Сильна особистість. | 37. Владний. |
| 17. Відданий. | 38. Має тихий голос. |
| 18. Непередбачуваний. | 39. Привабливий. |
| 21. Надійний | 40. Мужній. |

- | | |
|------------------------------|--|
| 41. Теплий, сердечний. | 51. Адаптивний. |
| 42. Урочистий, важливий. | 52. Індивідуаліст. |
| 43. Має власну позицію. | 53. Не любить лайок. |
| 44. М'який. | 54. Не систематичний. |
| 45. Вміє дружити. | 55. Має дух змагання. |
| 46. Агресивний. | 56. Люблячий дітей. |
| 47. Довірливий. | 57. Тактовний. |
| 48. Малорезультативний. | 58. Амбітний, честолобний. |
| 49. Схильний вести за собою. | 59. Спокійний. |
| 50. Інфантильний. | 60. Традиційний, схильний до умовностей. |

Інтерпретація

Маскулінність («так») – 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58.

Фемінність («так») – 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59.

Інші пункти нейтральні, за кожний збіг з ключем 1 бал.

Фемінність – (сума балів по фемінності): 20

Маскулінність – (сума балів по маскулінності): 20

Основний індекс:

$IS = (\text{Фемінність} - \text{Маскулінність}) \times 2,322$

Якщо IS від (-1) до $(+1)$ андрогінність

IS менше (-1) ($IS < -1$) маскулінність

IS більше $(+1)$ ($IS > 1$) фемінність

Якщо $IS < -2,025$ яскраво виражена маскулінність

$IS > +2,025$ яскраво виражена фемінність

Додаток Д

Тренінгова програма «Професійна ідентичність майбутнього психолога»

Тренінгова програма включає 10 занять, перші 3 прописані нами у параграфі 3.1.

Заняття 4

Мета: розвиток рефлексивного і аналітичного компонентів когнітивної сфери учасників тренінгу.

1. Вправа «Саморозкриття»

Мета: з'ясування уявлень учасників про себе; формування настанови щодо значущості своєї особистості; створення умов для саморозкриття. Час: 25 хв. Матеріали: відсутні.

Хід вправи: Керівник (ведучий) просить усіх учасників по черзі розповісти про себе. Важливо говорити про свої особистісні якості. Акцент робиться також на професійно важливих якостях. Завдання можуть бути уточненим, наприклад, назвати від 5 до 10 найхарактерніших особистісних якостей.

Усі члени групи та ведучий можуть ставити запитання, такі як:

1. Твоє головне досягнення?
2. Чи є в тебе слабкі риси? Чи можеш ти їх назвати?
3. На самопрезентацію одного учасника відводиться 3-5 хвилин.

Після проведення вправи тренер пропонує кожному із учасників висловити свої очікування та сподівання від тренінгу.

Керівник запитує учасників «Хто готовий розпочати?». Після чого кожен із учасників висловлює свою думку. Під час опитування ведучому слід спостерігати за емоційною забарвленістю висловлювань та на особисті побажання кожного із членів групи.

2. Вправа «Рефлексія і аналітичність мого мислення»

Мета: визначення понять рефлексивності і аналітичності мислення, значення як елементів когнітивного компонента. Час: 20 хв. Матеріали: відсутні.

Хід вправи: Учасники, висловлюючи думки по предмету дискусії, повинні сформулювати поняття рефлексивності і аналітичності мислення. Вказати їх значення як елементів когнітивного компонента для роботи практичного психолога. Зачитування словникового визначення може проводитися до початку дискусії, по завершенні доповіді групи, за запитом учасників. Ведучий може виступати в ролі учасника / організатора / консультанта. Фіксація результатів дискусії проводиться або ведучим, або доповідачем від групи.

Наприкінці проводиться обговорення

3. Вправа «Взаємовідносини у нашому професійному житті»

Мета: створити та обговорити модель життєвої міжособистісної взаємодії. Час: 15 хв. Обладнання: аркуші паперу, ручки, олівці.

Хід вправи: Ведучий пропонує одному з учасників сказати своєму сусідові зліва про його стан. Наприклад: «Мені здається, що ти зараз спокійний і зацікавлений тим, що відбувається» або: «Мені здається, що ти стомлений» і т. д. Той, кому це сказали, в свою чергу скаже нам всім про свій стан в даний момент. Потім він висловить своє припущення про стан свого сусіда зліва, і той уточнить свій стан, і т. д. ». При необхідності ведучий може приймати рольову установку від активного учасника до зовнішнього спостерігача – аналітика.

Рефлексія:

1. Яким чином ви визначали стан свого сусіда?
 2. На які ознаки ви орієнтувалися, визначаючи стан свого сусіда?
- ### 4. Вправа «Мій емоційний стан у професії»

Мета: усвідомлення відповідності власного рівня розвитку аналітичних і рефлексивних якостей до вимог, що висуваються професійній міжособистісній взаємодії. Час: 20 хв. Обладнання: олівці, ватмани, картки із записами емоційних станів.

Хід вправи: Учасники сідають у коло. Інструкція: «Зараз я роздам деяким з вас картки, на яких позначені ті чи інші емоційні стани. Ті, хто отримає картки, прочитають, що на них написано, але так, щоб напис не бачили інші

члени групи, іпотім по черзі зобразять цей стан. Ми будемо дивитися і постараємося зрозуміти, який стан зображено».

У ході вправи тренер дає можливість учасникам висловити свої думки щодо зображеного стану, потім називає його. В ході обговорення нерідко висловлюються ідеї про те, які стани розпізнаються насилу, що може сприяти розумінню. Кожного разу після того, як стан названо, можна запитати на які ознаки вони орієнтувалися, визначаючи стан.

5. Вправа «Стресостійкість»

Мета: стабілізація психічного стану викликаного стресогенним впливом попередніх тренінгових процедур. Час: 15 хв. Матеріали: відсутні.

Хід вправи: В якості ритуалу завершення зустрічі учасникам тренінгу пропонується стати в коло, здійснити тілесний контакт з поряд перебуваючими партнерами, закрити очі, представляючи групу і простір тренінгу у вигляді сфери повітряної кулі. Далі загальним видихом в середину кола група як би «надуває» кулю своїми еманаціями.

Предметом рефлексії стають окремі, що залишилися не проговореними переживання учасників, якими вони хотіли б поділитися з рештою групи.

Ведучий має можливість провести відкриту рефлексію власних переживань з приводу минулого заняття.

Заняття 5

Мета: усвідомлена перебудова провідного типу мотивації професійної діяльності.

1. Вправа «Рахунок пальців»

Мета: привітання, створення відповідної атмосфери і настрою учасників. Час: 15 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий дає групі інструкцію. «Нам належить спільно вирішити одне завдання: як найшвидше всім одночасно, не домовляючись і не промовляючи ні слова, «викинути» однакову кількість пальців на обох руках. Вирішувати це завдання ми будемо таким чином: я буду рахувати - раз, два, три - і на рахунок три всі одночасно «викидають» пальці. Якийсь час, достатній для

того щоб зрозуміти, впоралися ми з завданням, не опускаємо руки. Якщо задача не вирішена, ми робимо чергову спробу. Зрозуміло? Давайте почнемо».

Вправа може проходити по-різному. Іноді групі потрібно до тридцяти повторень, перш ніж завдання буде вирішено, іноді достатньо чотирьох-п'яти.

Вправа дає багатий матеріал для обговорення, можна звернути увагу на функціонування таких феноменів як громадська думка, груповий тиск, авторитет, груповий настрій.

2. Вправа «Консультування»

Мета: почути різницю між поведінкою у повсякденному житті та на роботі; змодельовати консультативний процес; побувати у ролі консультанта, клієнта, дослідника. Час: 30 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Вправа побудована на протиставленні мотивації повсякденної буденної поведінки і професійної діяльності. Робота будується у вигляді імітаційного моделювання консультативного процесу. Учбова група розбивається на трійки, де один студент займає позицію клієнта, другий – психолога-консультанта, а третій – дослідника.

У цьому виді роботи позиція дослідника є ключовою.

Задача: виділити в текстах, що артикують, три типи мотиваційно-цільових конструктів, які завжди присутні в консультативному процесі:

- мотиваційно-цільові конструкти звернення клієнта до психолога, виражені в певних очікуваннях і запиті;
- мотиваційно-цільові конструкти ситуації життєдіяльності клієнта, які фіксуються ним як проблема;
- мотиваційно-цільові конструкти, що демонструються психологом-консультантом у вигляді професійних установок, висловлювань, що управляють і так далі.

Робота йде в три цикли, щоб кожен учасник зміг апробувати кожную позицію. Робота в мікрогрупах завершується підготовкою доповіді за темою. Доповіді від усіх мікрогруп заслуховують і обговорюються в загальному учбовому просторі, результати узагальнюються в моделі мотивації поведінки і

діяльності. Окремо обговорюється проблема зовнішніх мотиваторів поведінки, яка виражається в позитивних або негативних соціальних санкціях. Після цього організовується дискусія про вплив винагород і покарань на мотивацію діяльності. Студентам читається міні-лекція про теорію внутрішньої мотивації і ролі цінностей в розвитку внутрішньої мотивації діяльності. Після міні-лекції організовується обговорення, по закінченні якого проводиться релаксаційна вправа.

Необхідною умовою ефективності цього етапу є усвідомлення студентами недостатності розвитку власної професійної мотивації і здатності до постановки перспективних цілей професійної діяльності як основної умови успішності і особистого зростання.

Важливим елементом цього етапу підготовки є введення поняття професійної успішності як принципу особистісних досягнень в соціальних практиках.

3. Вправа «Потрібен психолог»

Мета: рефлексія професійних вимог до кандидатів в психологи та відповідність їх особистісним очікуванням і готовності, осмислення процесу пошуку вакансій. Час: 30 хв. Обладнання: ватман, аркуші, ручки.

Хід вправи: Ведучий оголошує, що він стає редактором газети безкоштовних оголошень. Кожен з учасників може помістити в газету оголошення про запрошення на роботу психолога. В оголошенні не обмежується кількість слів або розмір букв. Приймається будь-яка форма. Можна викласти весь список вимог до кандидата в психологи, весь набір якостей, якими він повинен володіти, можна намалювати його портрет. Можна розповісти про себе, своїй справі, фірмі або організації. Варто тільки пам'ятати, що оголошень про запрошення на роботу буде багато і кожному учаснику треба подбати, щоб саме його привернуло увагу. Час на підготовку - 10 хвилин. Через відведений час ведучий пропонує розвісити листи на стінах. Підписувати їх не потрібно. Учасники групи мовчки читають оголошення. Кожен має право намалювати кружок на тому оголошенні, яке привернуло його увагу, і він

готовий зв'язатися з його подавцем. Потім листи з оголошеннями знімаються. Кожен може подивитися, чи відгукнулися на його запрошення, і підраховує кількість кружків на аркушах. Ведучий пропонує кожному по колу назвати одну цифру – кількість вибору його оголошення.

Запитання для рефлексії:

1. Чим характеризується оголошення, яке набрало найбільшу кількість зацікавлених відповідей?

2. Що завадило відгукнутися на інші оголошення?

3. Які вимоги найчастіше висувалися до кандидата в психологи?

4. Які вимоги наймача найлегше задовольнити?

5. Чим найлегше зацікавити людину?

4. «Цілі діяльності»

Мета: формування стратегії досягнення успіху і перспективного цілепокладання, зниження рівня мотивації уникнення невдачі у студентів психологів. Час: 25 хв. Обладнання: олівці, папір.

Хід вправи: Завданням вправи є:

1. Досягнення того, щоб у учасників тренінгу після його закінчення з'явилися/розвинулися стійкі бажання і уміння в самостійній постановці цілей діяльності.

2. Розвиток стійкого прагнення до досягнення самостійно поставленої мети.

3. Нівеляція прагнення сподобатися навколишнім людям у своїх цілях, засобах і результатах діяльності.

4. Навчання умінню і бажанню вибирати середні або трохи вище середнього по складності виконання завдання.

Ці чотири категорії і є базовими в проведенні будь-якого тренінгу мотивації досягнення і особливо в діагностиці рівня мотивації досягнення. На сучасному етапі немає яких-небудь значущих відмінностей у використанні конкретних методів розвитку мотивації досягнення залежно від рівня розвитку учасників тренінгу.

Формування стратегії досягнення здійснювалося через: А) навчання способам створення проектних розповідей з яскраво вираженою темою досягнення.

Б) навчання способам поведінки, типовим для людини з високорозвиненою мотивацією досягнення (перевага середніх по складностях цілей і уникнення легких і дуже складних цілей; перевага ситуацій з особистою відповідальністю за успіх справи; уникнення ситуацій, де мету задають інші люди; перевага ситуацій із зворотним зв'язком і так далі).

В) вивчення конкретних прикладів зі свого повсякденного життя, а також з життя людей, що мають високорозвинену мотивацію досягнення; аналіз цих прикладів за допомогою системи категорій, використовуваних при діагностиці мотивації досягнення.

Ведучим робиться узагальнюючий висновок з приводу минулого етапу тренінгу. При аналізі звертається увага на основні теоретичні постулати, загальний хід тренінгового процесу в цій групі, відзначаються позитивні зміни, що сталися з учасниками в ході занять. Так само ставиться проблема емоційного переживання особистих змін, що сталися, готуючи тим самим групу до переходу до третього етапу тренінгу. Усім студентам надається можливість висловити свої почуття і переживання з приводу минулого етапу тренінгу.

Заняття 6

Мета: формування у студентів розуміння професійних позицій, умінь, знань, які необхідні психологу.

1. Вправа «Плутанка»

Мета: привітання, створення відповідної тренінговим цілям атмосфери і настрою учасників. Час: 10 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий пропонує студентам інструкцію. «Давайте встанемо ближче один до одного, утворимо більш тісне коло і всі протягнемо руки до середини кола. За моєю командою всі одночасно візьмемося за руки і зробимо це так, щоб в кожній руці кожного з нас виявилася одна чиясь рука. При цьому постараємося не братися за руки з тими, хто стоїть поруч з вами. Отже, давайте

почнемо. Раз, два, три». Після того як тренер переконається, що всі руки з'єднані попарно, він пропонує учасникам групи «розплутатися», не згорнувши рук. Вправа може завершитися одним із трьох варіантів:

1. Всі учасники групи опиняться в одному колі (при цьому хтось може стояти обличчям в коло, хтось спиною, це неважливо, головне, щоб все послідовно утворили коло).

2. Учасники групи утворюють два або більше незалежних кола.

3. Учасники групи утворюють кола, які з'єднані один з одним, як ланки в ланцюжку.

Питання для рефлексії:

1. «Що нам допомагало впоратися з поставленим завданням?» Або «Що можна було б робити інакше з тим, щоб швидше впоратися з поставленим завданням?»

В ході обговорення учасники групи зазвичай приходять до думки, що успішно вирішувати таке завдання в ході спільної діяльності допомагає доброзичливе, дбайливе ставлення одне до одного, турбота про те, щоб кожен відчував себе комфортно, постійна орієнтація в ситуації, врахування думки кожного, поява оригінальних нових ідей і т. д.

2. Вправа «Поганий психолог»

Мета: усвідомлення своїх недоліків у професійному становленні, у вчинках, без переведення їх на особистість, вміння коректно видавати і сприймати критику. Час: 25 хв. Обладнання: аркуші, ручки.

Хід вправи: З числа учасників вибирається студент на роль «поганого психолога» (залежно від групи і ситуації ним може стати той, хто дійсно відчуває себе поганим психологом, або, навпаки, той, хто являється успішним студентом і здатний витримати цю інтервенцію). Решта розбиваються на дві групи, приблизно рівні за кількістю. Завдання групи «обвинувачів» - виділити негативну рису «поганого психолога» і описати її прояви. Просто «оціночні» висловлювання, без опису ситуації прояви цієї риси, не допускаються. Функції «захисників» – знайти пояснення прояву цієї риси і дати іншу, позитивну

характеристику «поганому психологу». Висловлювання говоряться в обличчя «поганому психологу», він повинен бачити, хто говорить. Потім слово дається героєві. Він сам висловлюється з приводу почутого, висловлюючи своє емоційне ставлення до ситуації, сам відповідає на звинувачення. Описує себе як «хорошого» психолога.

Рефлексія: Обговорюється вміння усвідомлювати свої слабкості і недоліки, вміння «тримати удар». Обговорюються емоції, які виникли в ході виконання вправи.

3. Вправа «Еміграція»

Мета: допомогти усвідомити свої професійні орієнтації та прихильності.
Час: 30 хв. Обладнання: аруші, олівці.

Хід вправи: Кожному учаснику надається можливість уявити, що йому вдасться виїхати з країни і з цього часу куди завгодно (будь-яка країна, будь-який час). У зв'язку з цим необхідно подумати про те, куди б він виїхав, в який час. Чому?

Якби у нього була там можливість професійного росту, то в кого з відомих психологів він хотів би повчитися, чого. А з ким із них він хотів би працювати? Учасникам пропонується протягом 5 хвилин відверто відповісти на ці питання.

Підсумок вправи полягає в обговоренні питання «Чи задоволені ви своїм вибором? Чому?»

4. Вправа «Подорож за міфами»

Мета: показати міфологічні складові професійної свідомості. Час: 25 хв.
Обладнання: аркуші для нотаток.

Хід вправи: озвучити і обговорити на групі деякі міфи нашого сучасного суспільства, наприклад:

- 1) Все роблять так.
- 2) Праця завжди винагороджується.
- 3) Вам стільки років, на скільки ви себе відчуваєте.
- 4) Нове - це добре забуте старе.

Потім додаються один або кілька професійних міфів психологів-практиків, наприклад:

1. Практика має справу з науковим знанням і теорією.
2. Людина «прозора», її рано чи пізно цілком і повністю можна описати на основі сповідуваної практиком психологічної теорії.
3. Психолог, пізнавши в своїй науці пристрій психіки, її закони, може керувати людською поведінкою, перетворити її на засіб своєї діяльності
4. Емпатія до іншої людини гарантує успіх психологічної допомоги.

Запитання для рефлексії:

1. Звідки могли з'явитися ці міфи?
2. Які фактори сприяли їх «увічнення»?
3. Що можна зробити, щоб розвіяти ці міфи?
4. Це дійсно міфи чи в них велика частка правди?
5. Групі пропонується створити власний перелік професійних міфів психологів-практиків.

5. Вправа «Процес навчання»

Мета: проаналізувати процес отримання знань, впорядкувати власні думки, допомагаючи собі рухатися далі. Час: 40 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Учасникам пропонується зіставити три різні аспекти своїх знань: що вони дізналися про практичній психології від інших, що вони дізналися зі свого досвіду і що ще хотіли б для себе прояснити.

Для цього необхідно взяти чистий аркуш паперу, розділити його на чотири рівні частини, провівши вертикальну і горизонтальні лінії. У першій потрібно в кількох словах написати і в символічній формі зобразити, чого навчили інші в галузі практичної психології. Яке відношення до практичної психології закладається в процесі навчання? Яке уявлення про практичну психологію отримано від інших людей?

У другому прямокутнику стисло проводиться короткий запис і робиться символічне зображення, чому навчилися самостійно. До чого учасники дійшли

на основі власного життєвого і професійного досвіду? Що вони прочитали, що дізналися, спостерігаючи за собою та іншими?

У третьому прямокутнику коротко записується і символічно зображується, що ще залишається невідомим, що хочеться вивчити, зрозуміти, дізнатися, з чим зв'язуються очікування, тобто позначається перспектива подальшого розвитку знань.

Четвертий прямокутник залишають порожнім. У нього можна внести ідеї, спостереження, плани і проекти, які виникнуть в ході роботи з трьома першими розділами, в процесі їх зіставлення і роздумів з їх приводу.

Рефлексія: Що дає дана вправа? Чи задовольняє вас ваш рівень отриманих знань? Що хотілося б додати? Змінити?

6. Вправа «Стоп-стрес»

Мета: завершення зустрічі. Стабілізація психічного стану викликаного стресогенним впливом попередніх тренінгових процедур. Час: 20 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий дає позитивний відгук про минулу зустріч та виражає подяку за активну участь. В якості ритуалу завершення зустрічі учасникам тренінгу пропонується стати в коло, здійснити тілесний контакт з поруч стоячими партнерами, закрити очі, представляючи групу і простір тренінгу у вигляді сфери повітряної кулі. Далі загальним видихом в середину кола група як би «надуває» кулю своїми еманаціями.

Заняття 7

Мета: усвідомлення студентами в собі якостей психолога, ототожнення своїх якостей з якостями, необхідними психологу.

1. Вправа «Метафора»

Мета: використання метафор для виявлення емоційного стану, в якому перебувають студенти психологи на даний час. Час: 20 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: ведучий виявляє емоційний стан та стан інших учасників тренінгу; обговорює переважаючі для кожної конкретної людини емоційні

стани, які складають частину її психотипу і ситуативних станів. Робота будується на використанні широко поширених технік метафоризації («Я як...», «Я себе почуваю як ...», «Я зараз схожий на...» і так далі) і читання емоційних станів іншої людини за невербальними засобами виразності.

Рефлексія:

1. Чи складно вам було порівнювати ваші стани з чимось іншим?
2. Ці стани, вони є для вас постійними чи змінними?
3. Ваш внутрішній емоційний стан зазвичай вам допомагає в житті чи шкодить?

2. Вправа «Життєвий і професійний кодекс практичного психолога»

Мета: рефлексія і вербалізація життєвих і професійних цінностей і принципів. Час: 40 хв. Обладнання: аркуші паперу формату А4, олівці, ручки.

Хід вправи: Приголосні і голосні українського алфавіту (крім Е, Й, Ї, І, Ю, Щ) діляться між учасниками групи. Завдання учасників - сформулювати кілька значущих особисто для них і для світу в цілому життєвих або професійних правил, які починалися б на ті букви алфавіту, які їм дісталися. У завершенні зустрічі групі пропонується організувати спільне прочитання правил. Дотримуючись порядку букв українського алфавіту, учасники тренінгу зачитують сформульовані ними закони. Так виходить єдиний життєвий і професійний кодекс практичного психолога.

Рефлексія: Чим ви керувалися коли формулювали правила? Що при цьому відчували? Яке ваше ставлення до отриманого кодексу?

3. Вправа «Події життя»

Мета: усвідомлення значущих подій свого життя. Час: 40 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий просить кожного написати по одній події свого минулого, сьогодення і майбутнього. Потім пропонує іншим учасникам відгадати ті події, які написав хто-небудь з членів групи (з його згоди).

Рефлексія: які можливості дає ця вправа? Що ви відчували згадуючи події свого життя? Що відчували відгадуючи події?

4. Вправа «Витрачаємо гроші на справу»

Мета: дати можливість групі помріяти про реалізацію професійних цілей без фінансових обмежень. Час: 25 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий повідомляє групі, що якийсь невідомий філантроп дав вам сумку, повну грошей, для того щоб учасники могли витратити їх на свій професійний розвиток та реалізацію професійних цілей. У сумці знаходиться 1000000 гривнів з запискою, що немає ніяких обмежень, окрім одного - всі гроші мають бути витрачені для досягнення професійних цілей (на справу і себе, здатного його здійснити). Іншими словами, не повинно бути ніяких подорожей на Гаваї та інших речей подібного роду. Кожен учасник пише на аркуші свої бажання, які можливо здійснити за наявності такої суми грошей. Далі, провідний формує групи по 3 людини і доручає їм написати «лист бажань» про необхідні витрати. Потім кожную групу просять оголосити результати.

Рефлексія: хто змінив свої власні думки після наради зі своєю командою? Чи був груповий лист пропозицій краще, ніж індивідуальні бажання? Чому? Якщо ваша пропозиція дійсно дуже важлива, як можна переконати в цьому інших?

5. Вправа «Зірковий час»

Мета: виявити позитивні моменти в професії психолога. Час: 35 хв. Обладнання: аркуші паперу, ручки.

Хід вправи: Кожному учаснику необхідно приблизно за 7-10 хвилин виділити 3-5 найбільш характерних для професії психолога радостей (заради чого представники даної професії взагалі живуть, що для них найголовніше в житті, роботі ...). Далі по черзі кожен учасник розповідає про ті радості, які він виділив.

Рефлексія: Обговорення, уточнення, вираження своїх думок.

6. Вправа «Підсумок»

Мета: Завершення зустрічі. Стабілізація психічного стану викликаного стресогенним впливом попередніх тренінгових процедур. Час: 15 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: В якості ритуалу завершення зустрічі учасникам тренінгу пропонується стати в коло, здійснити тілесний контакт з поруч стоячими партнерами, закрити очі, представляючи групу і простір тренінгу у вигляді сфери повітряної кулі. Далі загальним видихом в середину кола група як би «надуває» кулю своїми еманціями.

Заняття 8

Мета: відпрацювання професійних поведінкових реакцій студентів, моделювання професійно важливих форм поведінки.

1. Вправа «Радість в долонях»

Мета: привітання, створення відповідної атмосфери і настрою учасників. Час: 15 хв. Обладнання: аркуші паперу, олівці, фломастери.

Хід вправи: Кожний на аркуші А4 обводить фломастером свою долоню и пише ім'я, потім передає сусіду зправа - і т. д. по колу, кожен пише на отриманій долоні одну якість (позитивну), яку він бачить в людині, аркуш якої прийшов до нього. Кожний в кінці отримає свій аркуш – і відгуки про себе.

Вправа дає багатий матеріал для обговорення, можна звернути увагу на емоційний стан учасників під час заповнювання долонь, під час зачитування своїх якостей, на груповий настрій.

2. Вправа «Готель»

Мета: рефлексія способів діяльності професійного психолога. Час: 25 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: У готелі є три вільних номери. Адміністратору дано вказівку поселити в них психологів. Однак інформація, якою він володіє, нечітка: він не знає ні статі, ні віку, ні конкретної спеціальності психологів, ні цілей їх приїзду. Біля свого віконця він помістив табличку: «Місця тільки для психологів». Разом з тим він виявив, що сьогодні в готелі великий наплив приїжджих, а місць немає, він змушений відмовляти. Адміністратору відомо, що люди, охочі

дістати місце, вдаються до різних хитрощів, намагаються видати себе за психологів. Йому потрібно бути напоготові.

Одна людина з групи вибирається адміністратором. Інші виступають в ролі приїжджих (серед них три справжніх психолога, вони потай призначені провідним). Бачачи табличку, всі починають видавати себе за психологів. Адміністратор повинен на свій розсуд поселити трьох чоловік.

Рефлексія: група аналізує, що було ключовим у оцінюванні людини як психолога. Які ознаки сприяли цьому? Хто був найбільш переконливим, виконуючи роль психолога? На що орієнтувалися психологи, втілюючи цей образ?

3. Вправа «Князь»

Мета: розвиток здатності відчувати «вдалий момент». Час: 25 хв.
Обладнання: монети.

Хід вправи: Вправа будується на матеріалі стародавньої китайської традиції вибору князя. Традиція свідчить: кандидатів в князі старійшинами роду робилася пропозиція зайняти цей пост. Бажаючи отримати князівський титул, кандидат як вихована людина відмовляється. Відповідаючи, що вважає себе недостойним високої посади. Через деякий час старійшини знову прямували до цього кандидата і знову робили пропозицію. Але поважаючи себе кандидат знову відмовлявся. Йому знову робили пропозицію. І так далі.

Після будь-якої відмови старійшини могли більше не прийти, а зробити пропозицію іншій особі. Крім того, старійшини іноді робили пропозиції саме з розрахунку на відмову, щоб вибрати іншого. Обидві сторони ризикували. Кандидат, відмовившись в черговий раз, ризикував не дочекатися наступної пропозиції, а старійшини, що мають на увазі іншого претендента, ризикували отримати згоду.

Ця ситуація закладена в основу вправи. Грають одночасно всі слухачі, розбиваючись на пари. Один слухач бере роль роботодавця, інший - кандидата в психологи. Після першого програшу вони міняються ролями. При проведенні гри використовуються монети. Роблячи пропозицію, роботодавець кладе перед

кандидатом у психологи монету, супроводжуючи цей жест різними ввічливими словами. Ввічливо відмовляючись, кандидат у відповідь кладе поряд із першою ще одну монету. Повторну пропозицію роботодавець супроводжує ще однією монетою. Відмова - ще одна монета. Так росте невелика гірка монет, величина якої визначається межею можливого ризику з обох сторін. Якщо роботодавець вирішить, що досить пропонувати, він зі словами: «Ну, що ж поробиш, доведеться звернутися до іншого кандидата!» Забирає всі монети. Якщо ж кандидат вирішить, що досить демонструвати вихованість, він зі словами: «Ну, що поробиш, видно, доведеться погодитися!» - Забирає гірку монет собі. Далі обмін ролями, і ті, хто грали роль старійшини, стають кандидатами в психологи, і навпаки.

Можлива модифікація: коли психолог пропонує себе роботодавцю і перераховує свої професійні гідності, роботодавець вирішує – підходить чи ні йому цей психолог. Процедура дій не змінюється.

Завдання учасників – набрати якомога більше монет, які на початку гри були видані всім в однаковій кількості. При прояві нетерплячості виграш буде невеликим. При прояві витримки виграш буде багатий, а ризик великий.

4. Вправа «Кореспондент»

Мета: рефлексія складових професійного образу психолога, освоєння «природного» стилю професійної поведінки. Час: 30 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Учасники працюють в парах. Один задає питання, інший відповідає: одна відповідь – як звичайний студент, інший раз – як «психолог».

Приклади питань:

Чому люди брешуть?

1. Навіщо люди потрібні один одному?
2. Якщо людина плаче, чи можна їй вірити?
3. Я боюся деяких речей. Чи всім людям властиво боятися?
4. Що таке любов, хто знає?
5. Якщо нічого не хочеться, що робити?
6. Мене часто ображають, а я не вмію захищатися. Як бути?

Рефлексія: що відрізняє «звичайну людину» від «психолога», які свої установки проявилися в спілкуванні, чи виявилися професійні стереотипи і деформації в комунікації.

5. Вправа «Кінорежисери»

Мета: допомогти «зі сторони» подивитися на професію психолога, оцінити необхідність багатьох якостей особистості в професійному плані. Час: 35 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Учасники розбиваються на кілька підгруп. Кожна підгрупа являє собою кінорежисерів якоїсь кіностудії. Перед кожною кіностудією ставиться завдання підібрати акторів для зйомки фільму про школу. Головні дійові особи фільму: вчитель, працюючий в цій школі, молодий психолог, починаючий свою роботу в школі, пожежник, перевіряючий стан протипожежної безпеки даного навчального закладу. Кінорежисерам пропонується визначити: а) якості, необхідні для створення даних образів, б) якості, небажані для даних образів. Для полегшення роботи командам кінорежисерів пропонуються списки якостей, які при необхідності можна доповнити. Списки необхідних і небажаних якостей провідним складаються заздалегідь. Наприклад:

1. необхідні якості: рішучість, непосидючість, доброзичливий погляд, впевненість у собі, мрійливість, вишукані манери, втомлений вигляд, спокій, суворий голос, людина, у якої можна багато чому навчитися, визнає, що часом недостатньо ясно виражається, доброзичливість, відповідальність, гумор і т.д.

2. небажані якості: впертий вигляд, смішливість, екстравагантна зачіска, балакучість, сонливий вид, тривожні, бігаючі очі, невиразна мова, відстовбурчені вуха, млявість, думає, що він все знає, стверджує, що його неправильно розуміють, категоричність, демонстративність і т. д.

Кінорежисерам пропонується, спираючись на перший список, вибрати 3-5 якостей, без яких не можуть обійтися головні дійові особи, і, спираючись на другий список, вибрати таку ж кількість якостей, які в жодному разі не повинні бути присутніми в даних образах.

Рефлексія: аналізується, чому учасники обрали саме ці якості, чим відрізняються один від одного образи головних героїв. Які з цих якостей виявляються у себе?

6. Вправа «Реклама психологічних послуг»

Мета: підкреслити можливості практичної психології, її кращі сторони, зацікавити своїми послугами передбачуваних клієнтів і замовників. Час: 30 хв. Обладнання: аркуші формату А4, ручки.

Хід вправи: Ведучий пропонує групі створити свій рекламний ролик для психологічних послуг. Для цього учасники діляться на 3-4 підгрупи.

При підготовці рекламного ролика потрібно дотримуватися однієї умови: не можна називати і прямо пропонувати психологічні послуги, необхідно представити пропоновані психологічні послуги в якості якогось товару. При цьому в рекламному ролику повинні бути відображені найважливіші та істинні гідності рекламованого об'єкта. Тривалість кожного рекламного ролика – не більше однієї хвилини. Час на підготовку - 10 хвилин.

Рефлексія: кому адресована ваша реклама? Який підгрупі вдалося найбільш дохідливо і переконливо розрекламувати можливості і гідності практичної психології? Що найбільш сподобалося?

7. Вправа «Підсумок»

Мета: установлення зворотного зв'язку, аналіз досвіду, отриманого у групі. Час: 15 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Усі сидять у колі, і кожний по колу висловлює свої побажання спочатку одному, потім іншому й так всім учасникам тренінгу.

Кожний учасник групи повинен завершити фразу: «Мені сьогодні...», чи виправдалися ваші очікування? Підведення підсумків тренінгу.

Заняття 9

Мета: поглиблення знань про психологічну ефективність в контексті професійної ідентичності.

1. Вправа «Компліменти»

Мета: встановлення зворотного зв'язку (позитивного та підтримуючого за

характером) між учасниками тренінгу в більш персоніфікованій формі; поглиблення емоційних зв'язків між учасниками, налаштування на активну роботу. Час: 5 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Виконується в загальному колі, стоячи. Учасники промовляють один одному компліменти, охоплюючи всіх своєю увагою.

2. Кросворд «Психологічний майстер»

Мета: активізація мисленевої діяльності, розширення знань про складові педагогічної майстерності. Час: 15-20 хв. Обладнання: роздрукований кросворд на аркуші форматом А-4.

Хід вправи: Учасникам пропонується об'єднатися в групи для розгадування кросворда. По закінченні роботи, тренер розміщує кросворд на дошці.

Питання та відповіді до кросворду «Майстер».

1. Здатність активно впливати на іншу особистість (динамізм).
2. Аналіз власного внутрішнього світу, своєї діяльності (самоаналіз).
3. Звичайна рольова позиція психолога, що свідчить про налаштування на ділову взаємодію (за класифікацією Е.Берна) (дорослий).
4. Спонукальний прийом впливу (авансування).
5. Виразальні рухи всього тіла або окремої її частини, пластика тіла (пантоміміка).
6. Професійно-особистісна якість, здатність психолога, що характеризується потребою в спілкуванні, готовністю легко вступати в контакт, викликати позитивні емоції у співрозмовника (комунікабельність).
7. Стил ь керівництва, що ґрунтується на глибокій повазі до особистості кожного (демократичний).

Обговорення: Чи можете Ви назвати приклади проявів майстерності з досвіду (власного або своїх колег)? Які індивідуальні властивості та суспільні умови сприяють, а які перешкоджають проявам майстерності? Які ознаки психологічної майстерності, крім запропонованих в кросворді, ви можете назвати ще?

3. Вправа «Автопортрет»

Мета: зображення власного образу Я, порівняння власного образу Я з прийняттям його іншими. Час: 60 хв. Обладнання: аркуші формат А-4, олівці, фломастери.

Хід вправи: Ведучий пропонує учасникам уявити себе відомими художниками, яким запропонували взяти участь у престижній виставці та надати власний автопортрет. Готового автопортрету немає, тому всі учасники розмішуються по приміщенню, щоб його написати. Автопортрет може бути виконаний в будь-якому художньому напрямку: абстракціонізм, реалізм, кубізм, символізм, тощо. Так як процес творчості дуже інтимний, при написанні портретів художники не повинні спілкуватися і показувати свої роботи. Підписувати роботи також не потрібно. По закінченні роботи, ведучий збирає їх.

Ведучий: «А тепер давайте уявимо, що на цю престижну виставку, запросили мистецтвознавців – експертів, яких попросили за манерою письма з'ясувати автора портрета» (тренер роздає роботи таким чином, щоб автор не отримав свій портрет). Після того, як мистецтвознавці визначають автора, тобто підпишуть його прізвище на роботі, учасники сідають в вузьке коло. Мистецтвознавці, по черзі представляють портрети, пояснюють, чому саме вони поставили той чи інший підпис. Тренер просить авторів не коментувати «мистецтвознавців» і не вказувати на правильність чи неправильність їх визначення. Будь хто може задавати «мистецтвознавцю» уточнюючі питання. По закінченню представлені всіх робіт, тренер бере автопортрети і по черзі кладе їх в центр кола, запитуючи: «Чий це автопортрет?».

4. Вправа «Творче життя»

Мета: перенесення розгляду проблем креативності в область щоденних життєвих реалій. Час: 15 хв. Обладнання: маркери, листи формату А-3, А-2.

Хід вправи: Учасники об'єднуються в групи по 5-6 чел. та отримують завдання: «сформулювати перелік рекомендацій, які дозволять зробити більш творчим власне життя». В перелік бажано включити рекомендації щодо

впровадження творчих підходів до професійного життя. Сформульовані рекомендації повинні бути реальними і мати можливість бути практично впроваджені більшістю учасників в життя. По закінченні виконання завдання листи розміщуються для ознайомлення всіма учасниками. Представники від кожної команди озвучують свої рекомендації та коротко пояснюють, як саме їх дотримання допоможе зробити власне життя більш творчим.

4. Вправа «Рефлексивна мішень»

Мета: Підведення підсумків тренінгу. Час: 5 хв. Обладнання: шаблон «мішень» на аркуші ватману, кольорові олівці, фломастери.

Хід вправи: На аркуші ватману малюється мішень, яка ділиться на чотири (можна більше або менше) сектори. У кожному з секторів записуються параметри для рефлексії групової взаємодії, діяльності, що відбулись. Наприклад, 1-й сектор – оцінка змісту; 2-й сектор – оцінка форми, методів взаємодії; 3-й сектор – оцінка діяльності ведучого; 4-й сектор – оцінка власної діяльності.

Кожний учасник маркером або фломастером (ручкою, олівцем) чотири рази (по одному в кожний сектор) «стріляє» у мішень, роблячи мітку (крапку, «плюс» і т.д.). Мітка відповідає його оцінці результатів взаємодії, що відбулася. Якщо учасник дуже низько оцінює результати, то мітка ставиться їм в «молоко» або в поле «О» на мішені, якщо вище, то в поле «3». Якщо результати оцінюються дуже високо, то мітка ставиться в «яблучко», у поле «5» мішені.

Після того як кожний учасник взаємодії «вистрілив» (поставив чотири мітки) у рефлексивну мішень, вона вивіщується на загальний огляд і тренер організує її короткий аналіз. Аналіз результатів дає підстави стверджувати, що розроблений та проведений тренінг сприяв розширенню знань учасників тренінгу з питань професійної ідентичності; поглибленню їх знань щодо передумов та компонентів професійного становлення та розвитку; розширенню системи уявлень учасників про власний образ Я-професіонал; визначенню їх пріоритетів у професійної діяльності тощо, і, відповідно, може розглядатися як один з чинників професійного становлення молодих педагогів.

Заняття 10

Мета: сформувати у студентів впевненість у правильному виборі професії, вчити діяти та спілкуватися в колективі, стимулювати бажання підвищувати свій професійний рівень, активізувати творчий потенціал; формувати професійні компетентності психолога для здійснення постійного професійного розвитку, самовдосконалення; сприяти формуванню комунікативних умінь та навичок.

1. Вправа «Моя мрія»

Мета: вміння ставити цілі та досягати їх, долаючи різні перешкоди. Час: 15 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: ведучий просить одного учасника підняти вгору руку і дотягнутися до мітки на стіні, вище якої він не в змозі дістати. Дотягнувся. Потім зробити позначку й поставити нове завдання: запропонували дістати паличку, розміщену дещо вище від поставленої мітки. Через деякий час учасник зробив і це. Потім мету було ще змінено: цього разу було поставлено завдання повісити паличкою капелюха ще вище, але й з цим завданням потрібно впоратися.

Обговорення: Для чого ця вправа? Що вона дає?

2. Вправа «Мій колега про мене б сказав...»

Мета: актуалізація уявлень студентів про свої можливості та здібності. Час: 20 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий пропонує учасникам подумати і сказати щось цікаве про себе трьома словами, починаючи своє повідомлення зі слів «Мій друг про мене б сказав...»

Обговорення: чи важко було актуалізувати свої можливості? Що було легким?

3. Вправа «Пастки-капкани»

Мета: підвищення рівня усвідомлення можливих перешкод на шляху до професійних цілей і уявлення про шляхи подолання цих перешкод. Час: 30 хв. Обладнання: аркуші паперу, ручка.

Хід вправи: Кожен учасник повинен визначити деякі труднощі на шляху до професійної мети. Особлива увага звертається на те, що труднощі можуть бути як зовнішніми, вихідними від інших людей або якихось обставин, так і внутрішніми, укладеними в самій людині. Виділяючи такі труднощі, кожен обов'язково повинен подумати і про те, як подолати їх.

Після цього кожен по черзі називає по одній труднощі-пастці, адресуючи її за циклічним принципом учаснику, що сидить через дві людини від нього. Той повинен буде сказати, як можна було б ці труднощі подолати. Учасник, який назвав дану складність, також повинен буде сказати, як можна було б її подолати.

Ведучий за допомогою інших учасників визначає, чий варіант подолання труднощів виявився більш оптимальним, цікавим і реалістичним.

Рефлексія: які труднощі вже зустрічалися на професійному шляху, як вони долалися, обмін досвідом.

4. Вправа «Зовсім нічого»

Мета: самоаналіз рівня професіоналізму і формування установки на його розвиток. Час: 20 хв. Обладнання: відсутнє.

Хід вправи: Ведучий розпитує учасників, якого рівня професіоналізму вони досягли в ході професійної підготовки. Прихильники кожного рівня підраховуються за піднятим руками. Результати фіксуються за такими складовими:

1. Рівень професіоналізму
2. Число осіб
3. Нічого
4. Зовсім нічого
5. Зовсім-зовсім нічого

Рефлексія: чи задоволені ви рівнем свого професіоналізму? Чи вважаєте його достатнім? Чи повинні ваші клієнти бути задоволені цим рівнем професіоналізму? Які головні перешкоди на шляху підвищення професіоналізму? Що ми можемо зробити для підвищення професіоналізму і

якості психологічних послуг? Обговоріть з учасниками групи, які якості підвищення професіоналізму вони використовують. Чи знайомі вони всім учасникам? Сформуємо невеликі групи для мозкового штурму з виявлення шляхів підвищення професіоналізму та підвищення якості пропонуванних психологічних послуг.

5. Вправа «Важливі уроки життя»

Мета: усвідомлення важливих подій власного життя та можливостей, які вони нам дають. Час: 30 хв. Обладнання: аркуші паперу, ручки.

Хід вправи: ведучий просить учасників ознайомитися з висловлюваннями, які запропоновані нижче. Необхідно прочитати та обрати такий вислів, який вам здається на даний момент найбільш актуальними.

Твердження:

- Важливо не те, що з нами трапилось, а те, як ми вийшли з ситуації, що склалася.
- Зреагувати набагато легше, аніж подумати.
- Ми відповідальні за свої вчинки, незалежно від того, які почуття ми переживаємо стосовно них.
- Ніколи не варто говорити дитині, що її мрії безглузді та нереальні. Складно придумати щось більш трагічне та образливе, якщо вона вам повірить.
- Довіра будується роками, а руйнується протягом кількох секунд.
- Важливо не те, що ти маєш у цьому житті, а те, хто поруч з тобою.
- Простіше запалити одну маленьку свічку, ніж проклинати темінь.
- Двоє можуть одночасно дивитись на одну і ту саму річ, але бачити дещо абсолютно протилежне.
- Багато говорити і багато сказати – це не одне і те ж саме.
- Чим чесніша людина, тим менше вона підозрює інших в нечесності.
- Краще розумно мовчати, ніж нерозумно говорити.
- Дружба закінчується там, де починається недовіра.
- Перемагає лише той, хто вірить.

- Ми не стільки потребуємо допомоги від друзів, скільки впевненості, що ми її отримаємо.
- Чудеса стаються там, де в них вірять, і чим більше вірять, тим частіше вони стаються.
- Найкращий спосіб зробити дітей хорошими – це зробити їх щасливими.
- Щоб повірити в добро, треба почати його робити.

Обговорення: чому, на вашу думку, деякі з вас обрали однакові вислови? (різні люди, але спільні цінності)

6. Вправа «Моє бачення творчого психолога»

Мета: усвідомлення значення творчості, креативності в роботі практичного психолога та вплив цього процесу на загальний розвиток професіонала. Час: 25 хв. Обладнання: аркуші, олівці.

Хід вправи: учасники повинні протягом п'яти хвилин до кожної літери слова «творчість» дібрати якості, які, на їх думку, характеризують творчого психолога. Після виконання творчого завдання один представник групи зачитує версію розшифровки слова «творчість»)

Т – толерантний, терплячий, трудолюбивий...

В – винахідливий, відкритий, впевнений, вольовий, відвертий, відповідальний...

Р – рішучий, розкутий, реактивний, романтичний ...

Ч – чутливий, чесний, чуйний, чарівний...

І – ініціативний, інтелігентний, інтелектуальний...

С – самостійний, свідомий, самодостатній, сумлінний, сміливий...

Т – товариський, турботливий, тактовний...

Б –

Питання до обговорення: Чи потрібна творчість у роботі психолога? Чому?

7. Вправа «Дерево підсумків»

Мета: підведення підсумків роботи групи. Час: 40 хв. Обладнання: ручки, аркуші паперу, дошка, магніти, скотч.

Хід вправи: Ведучий роздає кожному часнику клейкий папір у вигляді «жолудів», на якому надруковані початок речення:

1. «На сьогоднішньому занятті мої очікування ...»,
2. «Я себе відчував...»,
3. «Я дізнався...»,
4. «Мені на сьогоднішньому занятті не сподобалось...».

Кожен учасник промовляє вголос свої відповіді, прикріплюючи “жолудь” на «дерево підсумків» на дошці. Ведучий підводить підсумок «Дерево наше запліднювало, тому будемо вважати, що і ми досягли позитивного результату. Дуб - символ мужності, доблесті, сили і потужності. Я бажаю вам, щоб риси, які властиві цьому прекрасному дереву, були притаманні кожному з вас. Тільки тоді ви зможете досягати високих цілей та професійних звершень».