

*solving of professional tasks). It is also stated that the formation of the professional competence of future psychologists in the conditions of globalizing education is possible under the following preconditions: introduction of modern computer and informative technologies of learning, new effective forms and methods of organization of the educational process; forming of skilled labourforce that is supported by an international documentation and its accordance with certain qualifications.*

*Key words. professional competence of future psychologist, globalizing education, professional competence, preconditions under which the professional competence of future psychologist is formed.*

УДК 159.9(076)

## **Я-КОНЦЕПЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК УМОВА ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА**

**Перепелюк Т. Д.,**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного Павла Тичини

**Актуальність статті.** Дослідження проблеми Я-концепції у сучасній психологічній літературі показує, що розвиток Я-концепції має важливе значення для особистісного розвитку кожної людини. Розглянемо, яку роль відіграє Я-концепція у професійному становленні практичного психолога.

Умови сьогодення й особливості суспільного життя ставлять чіткі вимоги до компетентності, професіоналізму, поведінки, рівня культури і мислення психолога-практика, а тому й до рівня професійної та особистісної підготовки у системі вищої школи майбутнього фахівця в галузі практичної психології.

Термін “професійне становлення особистості” (Є.М.Борисова, С.Г.Вершловський, Є.Ф.Зеєр, Є.А.Клімов, Т.В.Кудрявцев, А.І.Щербаков і ін.) досить широко використовується у психології. Вивчення наукової літератури показує, що професійне становлення може бути представлене двояким чином: за схемою процесу ( як тимчасова послідовність ступенів, періодів, стадій ) і за структурою діяльності ( як сукупність її способів і засобів, де послідовність їх один за одним має не тимчасову, а цільову детермінацію ).

Усі дослідження, котрі ведуться в напрямку вивчення проблеми професійного становлення особистості практичних психологів, як зазначає Ж.П.Вірна "умовно можна звести до напрямку створення загальної концепції психологічної служби, аналізу діяльності психологів, що практикують, інструментальної технології психологічних служб" і напрямку вивчення особистості психолога, його професійно-значущих якостей, та особливостей індивідуальності.

Професійне становлення психолога – складний, неперервний процес “прогнозування” та «проекування» особистості. Навчаючи людей самостійно вирішувати свої проблеми, психолог піднімає тим самим суспільну свідомість на новий рівень; він використовує свої професійні та особистісні можливості, щоб впливати на ріст самосвідомості конкретної особистості. Це завдання під силу лише зрілій людині, внутрішньо і професійно підготовленій до вирішення завдань, які стоять перед нею, особистісна зрілість якої проявляється у вмінні поєднувати, співвідносити свої індивідуальні особливості, статусні та вікові можливості, власні принципи з вимогами суспільства та оточуючих.

Мета статті – теоретичні підходи до проблеми Я - концепції в ході професійного становлення практичного психолога.

Предмет статті – основні вектори спрямованості в ході професійного становлення практичного психолога

Об’єкт статті – Я-концепція особистості практичного психолога.

Теоретичне дослідження. В.І.Карікаш, досліджуючи процес становлення шкільного психолога, зазначає, що його "Я-концепція може відіграти вирішальну роль в плані підвищення

його фахового рівня" і, що "підвищенню професійної кваліфікації практичних психологів повинна передувати робота на особистісному рівні в напрямку корекції власної Я-концепції".

Одне із важливих положень теорії особистості полягає в тому, що люди ведуть себе відповідно до своїх переконань. З цього можна зробити висновок, що переконання психолога, які належать до його власних якостей і властивостей, є вирішальним фактором ефективності його діяльності.

Проблема підготовки практичних психологів приваблює останнім часом багатьох науковців різних країн, в тому числі й України. Як показав аналіз літератури, розв'язання проблеми підготовки практичного психолога зумовили визначення основних вимог до змісту освіти практичних психологів (В.Панок); розробку концепції професійної підготовки психолога, визначення змісту понять "психологічна готовність практичного психолога", його "професійна компетентність" (Н.Чепелева); психологічних передумов здатності до професії психолога, функцій та класів професійно-психологічних завдань, які вирішує фахівець-психолог, створення моделі особистості психолога-практика та визначення основних характеристик його діяльності (Н.Пов'якель, Н.Чепелева); особливості розвитку особистості психолога-практика в процесі професійної підготовки (Ю.Долінська, Л.Терлецька, Л.Шумакова).

Результати професійних впливів психолога на людину залежать від рівня загально особистісного розвитку суб'єкта психологічної діяльності. Адже цілі, зміст і характер його роботи, методи, які він застосовує в процесі вирішення професійних завдань, значною мірою визначаються особистістю спеціаліста [1, с.39]. Саме тому практичний психолог повинен реалізувати психологічну підготовку відносно себе для того, щоб потім успішно працювати з іншими людьми. В цьому плані являє собою інтерес розроблена Н.В.Чепелевою та Л.І.Уманець трьохрівнева система особистісної підготовки психологів – практиків у вузі:

- світоглядний – покликаний сформувати професійну свідомість майбутніх спеціалістів;
- професійний – спрямований на оволодіння студентами необхідною системою знань, технологією професійної діяльності майбутнього психолога;
- особистісний – мета якого полягає у формуванні в студентів професійно значущих якостей, гуманістичної спрямованості, "діалогічності" як центрального її компонента, здатності до професійної ідентифікації [1, с.41].

Як стверджує Н.В.Чепелева "наявна система підготовки практичного психолога зорієнтована головним чином на оволодіння студентами певною системою теоретичних знань, засвоєння зовнішніх вимог, спеціальних умінь та технік". Однак, специфіка професії психолога, її спрямованість передусім на надання психологічної допомоги іншим передбачають те, що основним інструментом його роботи, знань, окрім спеціальних психологічних методик та іншого, має виступати його власна особистість: самооцінка, цінності, переконання, рівень розвитку спеціальних здібностей тощо. Вміння вибрати адекватну форму прояву своїх емоцій, здатність володіти собою, керувати власними емоційними станами – показник розвинутої емоційної культури практичного психолога. Все це сприяє повноцінному спілкуванню, дає змогу знайти вихід із складних конфліктних ситуацій. Психологові, який прагне досягти високої професійної культури, необхідні постійний самоаналіз, усвідомлення власних дій та вчинків, самоспостереження, здатність вести безперервний внутрішній діалог. Таке самоспілкування є основою професійного самовдосконалення, оскільки дає можливість коригувати власні недоліки, розвивати необхідні для професії здібності та якості.

Оволодіння практичною психологією, як зазначає В.Г.Панок, не може бути зведене до "засвоєння інформації та вироблення навичок, а й має водночас змінювати внутрішні психічні структури суб'єкта навчання. Для цього психологічні знання повинні мати суб'єктивну значущість для того, хто навчається" [2, с.136]. У більшості досліджень так чи інакше підкреслюється важливість у діяльності практичного психолога рівня його особистісного розвитку, його самоактуалізації. Пропонуються різні шляхи активізації цього процесу: формування спрямованості майбутнього практичного психолога на оволодіння практичними знаннями, вміннями і навичками, а також психолого-педагогічними знаннями в цілому (С.В.Яремчук); формування особистісної позиції у процесі освоєння спеціальності психолога

(О.Л.Подоланюк, І.А.Слободянюк, О.О.Холодова), самопізнання як елемент освіти майбутніх практичних психологів у вузі (В.О.Михайлова, Т.В.Скрипченко); використання активних методів навчання, різноманітних тренінгів, розв'язування психологічних ситуацій, робота з інтеракційними методиками (В.В.Власенко, С.В.Васьківська, П.П.Горностай, Л.В.Долинська, В.І.Карікаш, В.М.Федорчук, Т.С.Яценко та ін.), усвідомлення студентами змісту особливостей самоактуалізації особистості майбутніх практичних психологів (Ю.Г.Долинська) та ін..

На думку В.Г. Панка та Л.І. Уманець, оптимальною може бути така система підготовки, відбору й атестації кадрів, у рамках якої на базі мінімальних стартових вимог створюються умови професійної самоідентифікації студента. Під професійною самоідентифікацією розуміється таке оволодіння знаннями, навичками та вміннями, за якими відбуваються самодіагностика, самопізнання, застосування до себе тих чи інших вимог професії, створюються можливості вибору найбільш відповідних індивідуальним особливостям кожного студента інструментів роботи з клієнтами [2, с.263].

Одним із напрямків в особистісній підготовці майбутніх психологів, як зазначає С.Д.Максименко, є психодіагностичний, який має на увазі можливість визначення особистісно-професійних якостей спеціаліста. Проводячи психологічний аналіз впливу різних факторів навчального процесу на формування професійно значущих якостей майбутнього спеціаліста, С.Д.Максименко та О.М.Пелех відзначають, що “вузівська психодіагностика передбачає, насамперед, виявлення, вимірювання та аналіз особистісних якостей фахівця з метою розв'язання практичних завдань, спрямованих на корекційну роботу й ефективну організацію процесу формування фахівця”.

Ми переконані, що багатосторонність і емоційна насиченість психологічної діяльності змушує психолога детально вивчати себе як професіонала, не тільки усвідомлюючи наявність чи відсутність тих чи інших професійно значущих якостей особистості, але й формувати певне ставлення, відчувати почуття задоволення чи незадоволення своєю працею, глибоко емоційно переживати відповідність власного образу Я ідеальному образу себе як психолога. В результаті цих процесів здійснюється саморегулююча функція професійної самосвідомості психолога.

Як вже зазначалось раніше, у рамках дослідження проблем самосвідомості особистості, провідна роль належить самооцінці. Більшість дослідників (Б.Г.Ананьєв, Г.О.Балл, М.Й.Боришевський, В.О.Кривошеєв, А.І.Ліпкіна, В.С.Мерлін та ін.), які вивчали роль самооцінки в структурі особистості, зазначають, що стійкість та адекватність її – основа для формування таких рис особистості, як впевненість у собі, почуття власної гідності і т.ін.

Ефективне вирішення психологом-практиком різноманітних професійних завдань, як показують дослідження Н.І.Пов'якель, значною мірою залежить від наявності та рівня сформованості професійно важливих особистісних рис і якостей (адекватність і сталість самооцінки, сензитивність, емпатичність, фрустраційна толерантність, відсутність хронічних внутрішніх особистісних конфліктів, які обумовлюють проєкції, неадекватні психологічні захисти тощо), що дають змогу займатися насамперед запитами і станом клієнта, а не стверджуватися за рахунок клієнта, не відволікатися під час роботи з клієнтом на свої психічні стани і переживання [3, с.178].

К.Роджерс в свою чергу виділив три найсуттєвіші якості особистості психолога-консультанта, які потрібні для ефективної взаємодії з клієнтом: щирість, безумовне прийняття іншої людини, здатність до емпатичного розуміння. Бути щирим, відвертим, справжнім – це означає бути самим собою. Це дає змогу психологу досягти більшої експресивності, підтримувати, стимулювати і поглиблювати психологічну взаємодію.

Емпатичне розуміння, співпереживання – це якості психолога, на необхідність яких вказував не лише К.Роджерс, а й Дж.Морено, Р.Мей, А.Менегетті, Ф.Перлз, К.Юнг та ін. Серед вітчизняних авторів – А.Б.Добрович, Р.С.Немов, Ю.М.Орлов, Л.А.Петровська, Т.С. Яценко.

Значущою складовою Я-концепції професіонала є й емоційна культура. Вміння вибирати адекватну форму прояву своїх емоцій, здатність володіти собою, керувати власними емоційними станами – показник розвиненої емоційної культури практичного психолога. Все це сприяє повноцінному спілкуванню, дає змогу знайти вихід із складних конфліктних ситуацій.

Як зазначає О.Ф.Бондаренко, професія психолога вимагає від свого представника перш за все цілком визначеної особистісної роботи: відпрацювання власних емоційних і змістових проблем, оволодіння певною культурою самоаналізу та особистісної рефлексії, усвідомлення у більш повному обсязі своїх власних особистісних, моральних, культурних, когнітивних і глибинних цінностей, без співставлення з якими практика психологічної допомоги не може бути професійною. Професіоналізм психолога-практика потребує формування власної позитивної Я-концепції, інакше актуальний матеріал взаємодії з клієнтом може бути сприйнятий спотворено на емоційному та когнітивному рівнях. Дійсно, важко і навіть неможливо уявити собі професійного психолога – консультанта незрілим, нездатним інтегрувати в собі багатоманітні цінності світу, обтяженим власними особистісними чи екзистенційними конфліктами, або таким, що нав'язує свою концепцію світу клієнтові.

Підсумовуючи вище згадані вимоги до особистості практичного психолога, можна стверджувати, що ефективний психолог-консультант – це перш за все особистісно зріла людина.

Як показують дослідження В.Панка та Л.Уманець, у вимогах до психолога існує явна суперечність: щоб зрозуміти страждання, проблеми, кризи іншої людини, він повинен пережити щось подібне у своєму житті – це з одного боку; а з іншого – щоб ефективно зцілювати особу, що перебуває у важкому, часто критичному психічному стані, він повинен мати сили, енергію, оптимізм, бути творчо самореалізованою людиною. У цьому й полягає складність оволодіння професією практичного психолога. З віри в себе розпочинається переможний шлях самореалізації в професійній сфері. А позитивна Я-концепція у психолога – це ще й життєтворча сила його професійної майстерності.

Проблема впливу внутрішніх суперечностей на особистісний і професійний розвиток була предметом досліджень таких психологів, як К.А.Абульханової-Славської, Л.І.Анциферової, Ф.Е.Василюка, А.І.Захарова, Е.С.Калмикової, Г.С.Костюка, В.Н.Мясіщева тощо. Подібні проблеми, виражені у відповідних поняттях, порушувались і при вирішенні інших теоретичних завдань: “дезінтеграція свідомості” (О.Н.Леонтьєв), “криза ідентичності” (Л.І.Анциферова), “стан психічної напруженості” (В.В.Столін), “криза розвитку особистості” (Б.В.Зейгарник, Б.С.Братусь), “афективний конфлікт” (Л.І.Божович).

Отже, аналіз літератури показав, що проблеми особистості практичного психолога та його особистісної підготовки тільки починають вивчатися. Розробленими є дослідження процесуальних сторін самосвідомості, самооцінки та Я-концепції особистості педагогів, визначені механізми і психологічні умови їх ефективного функціонування в професійній сфері. Дослідження проблем становлення особистості психолога розглядають основні вимоги до змісту освіти практичних психологів, концепцію професійної підготовки психолога, проте не достатньо об'єктивізовані вимоги до особистості психолога-практика, недостатньо аналізується роль Я-концепції особистості у професійному становленні практичного психолога, не розроблені шляхи і засоби формування позитивної Я-концепції особистості практичного психолога в процесі підготовки. Саме тому, вказуючи на значення, яке відіграє позитивна Я-концепція в діяльності психолога, ми зосередимо увагу на проблемі формування позитивної Я-концепції особистості майбутнього практичного психолога, дослідженні факторів і умов, які можуть впливати на її формування протягом навчання студента у вузі. Адже крім набуття знань, практичних навичок та вмінь, за час навчання йому необхідно здійснити величезну роботу зі становлення власної особистості і, зокрема, гармонізації Я-концепції.

Проведений нами аналіз проблеми Я-концепції особистості та, зокрема, стосовно особистості практичного психолога, її природи та структури, розгляд проблеми у зарубіжній та вітчизняній психології показав, що у вітчизняній психології Я-концепція розглядається як передумова і наслідок соціальної взаємодії, яка визначається соціальним досвідом як важливий структурний елемент психологічного образу особистості, ідеальна представленість індивіда в собі, як в іншому (І.С.Кон, А.Н.Леонтьєв, С.Л.Рубінштейн, В.В.Столін І.І.Чеснокова та ін.), що формується у спілкуванні та діяльності.

Близьке до цього і розуміння зарубіжних психологів (Р.Бернс, А.Маслоу, К.Роджерс та ін.). К.Роджерс стверджує, що Я-концепція складається із уявлень про власні характеристики і

здібності індивіда, уявлень про можливість його взаємодії з іншими людьми і оточуючим світом, ціннісних уявлень, які пов'язані з об'єктами і діями та уявлень про цілі чи ідеї, які можуть мати позитивну чи негативну спрямованість [4, с.165].

Умовами успішної самоактуалізації особистості за А.Маслоу є:

- 1) усвідомлення нею власного потенціалу, сильних і слабких сторін, здібностей, бажань та прагнень;
- 2) сприятливі зовнішні обставини, які б не пригнічували тенденцію особистості до актуалізації, а сприяли їй;
- 3) відкритість особистості новим ідеям, новому досвіду, готовність ризикувати, помилятися, відмовлятися від старих звичок.

Як показав аналіз літератури, розвиток особистості, який займає важливе місце в гуманістичній психології, повинен відбуватись у напрямку самоактуалізації особистості (А.Маслоу), становлення “добре функціонуючої особистості” (К.Роджерс), пошуку людиною смислу життя (В.Франкл).

На сучасному етапі розвитку суспільства перед фахівцем у галузі психології ставляться нові вимоги. У зв'язку з цим повинен бути переглянутий процес і якість його підготовки. Акцент необхідно зробити на формування особистості активної і думаючої, рефлексуючої. Рефлексія уявляється нам як здатність людини до усвідомлення себе, своєї сутності, своїх можливостей, формуванням своєї позиції, розумінням своїх професійних функцій, в розумінні думок інших людей. Враховуючи сказане, вважаємо, що робота, спрямована на формування позитивної Я-концепції у майбутніх практичних психологів, має сприяти підвищенню рівня прийняття себе як особистості і професіонала, підвищенню рівня самооцінки, розвитку їх комунікативної компетентності.

Ми розглядаємо формування позитивної Я-концепції особистості майбутнього практичного психолога як становлення у процесі професійної підготовки таких сторін особистості, які є першочергово необхідними для реалізації професійних завдань. Виходячи із аналізу літератури (О.Ф.Бондаренко, Ю.Г.Долінська, Р.В.Овчарова, В.Г.Панок, Н.І.Пов'якель, Л.В.Терлецька, Н.В.Чепелева та ін.), такими особистісними рисами вважаємо адекватність і сталість самооцінки, сензитивність, емпатичність, фрустраційну толерантність, самоповагу, відсутність хронічних внутрішніх особистісних конфліктів, які обумовлюють неадекватні психологічні захисти.

З огляду на дослідження проведені В.І.Юрченком, щоб керувати процесом формування позитивної Я-концепції особистості майбутніх практичних психологів в умовах навчального закладу, необхідно виявити особливості проявів вже наявної Я-концепції студента. Отже, робоче визначення Я-концепції є таким: Я-концепція – це складна динамічна система уявлень особистості про себе, показниками якої, зокрема, можуть бути:

- 1) особливості самооцінки;
- 2) рівень самоповаги;
- 3) рівень особистісної тривожності;
- 4) рівень суб'єктивного контролю;
- 5) особливості внутрішньо особистісних проблем.

Самооцінка виступає як основний механізм Я-концепції, який забезпечує ієрархізацію знань людини про себе (М.Й.Боришевський, А.В.Захарова, М.І.Лісіна та ін.). Самооцінка розглядається нами як важливе особистісне утворення, що приймає безпосередню участь у регуляції людиною своєї поведінки і діяльності, як автономна характеристика особистості, її центральний компонент, який формується при активній участі самої особистості і відображає якісну своєрідність її внутрішнього світу.

Отже, розвиток і саморозвиток особистості студента, виходячи із виявлення його індивідуальних особливостей як суб'єкта пізнавальної та предметної діяльності може забезпечити, на нашу думку, особистісно-зорієнтоване навчання. В основі особистісно-зорієнтованого навчання лежить визнання індивідуальності, самоцінності кожної людини, її розвиток не як “колективного суб'єкта”, а перш за все як індивіда, наділеного своїм неповторним

суб'єктивним досвідом. Саме тому, розкриття індивідуальних можливостей розвитку особистості кожного студента і створення умов, які необхідні для цього розвитку є найважливішим завданням професійної підготовки практичних психологів.

#### Список використаної літератури

1. Чепелева, Н.В., Пов'якель, Н.І. Теоретичне обґрунтування моделі особистості практичного психолога / Н.В.Чепелева, Н.І. Пов'якель // Психологія. Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, Випуск III, 1998. – С. 35-41.
2. Основи практичної психології. Підручник:[навч. посіб. для студ. вищих навч. закл.] / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелева та ін. - К.: Либідь, 1999. – 536 с.
3. Пов'якель, Н.І., Блохіна, І.О. Психологічні передумови становлення позитивної “Я-концепції” як базової компоненти професійного самовизначення психолога / Н.І. Пов'якель, І.О. Блохіна // Зб. наук. пр. “Психологія”. – Вип. 2(5). – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 1999. – С. 177-183.
4. Роджерс К. Творчество как усиление себя // Вопросы психологии. – 1990. – №1. – С. 164-168.

#### REFERENCE

1. Chepelyeva, N.V., Pov'yakel', N.I. Teorety`chne obgruntuvannya modeli osoby`stosti prakty`chnogo psy`xologa / N.V.Chepelyeva, N.I. Pov'yakel' // Psy`xologiya. Zbirny`k naukovy`x pracz`. – K.: NPU imeni M.P.Dragomanova, Vy`pusk III, 1998. – S. 35-41.
2. Osnovy` prakty`chnoyi psy`xologiyi. Pidruchny`k:[navch. posib. dlya stud. vy`shhy`x navch. zakl.] / V.Panok, T.Ty`tarenko, N.Chepelyeva ta in. - K.: Ly`bid`, 1999. – 536 s.
3. Pov'yakel', N.I., Bloxina, I.O. Psy`xologichni peredumovy` stanovlennya pozy`ty`vnoyi “Ya-konceptiyi” yak bazovoyi komponenty` profesijnogo samovy`znachennya psy`xologa / N.I. Pov'yakel', I.O. Bloxina // Zb. nauk. pr. “Psy`xologiya”. – Vy`p. 2(5). – K.: NPU imeni M.P.Dragomanova, 1999. – S. 177-183.
4. Rodzhers K. Tvorchestvo kak usy`leny`e sebya // Voprosy psy`xology`y`. – 1990. – #1. – S. 164-168.

#### УДК 159.99

### ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ САМОПІЗНАННЯ СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНОЇ СФЕРИ

**Подкоритова Л. О.,**

кандидат психологічних наук, доцент

Хмельницький національний університет, м. Хмельницький

*У статті описано можливості фасилітації самопізнання студентів за допомогою засобів арт-терапії. Зокрема представлено огляд наукових праць, у яких досліджується застосування арт-терапії в освітній сфері з метою професійного розвитку і самопізнання майбутніх фахівців соціономічної сфери (на вибірках майбутніх педагогів і психологів). Представлено власний досвід використання арт-терапевтичних методів у практиці викладання з метою активізації пізнавальної і самопізнавальної діяльності студентів – майбутніх психологів і соціальних педагогів – у контексті таких дисциплін: «Основи психокорекції з практикумом», «Диференційна психологія». Подано короткий опис авторських методик, спрямованих на фасилітацію самопізнання особистості.*

*Ключові слова: самопізнання, арт-терапія, студенти, психологи, соціальні педагоги, колаж, малювання.*

**Постановка проблеми.** Самопізнання, саморозвиток і самоактуалізація стають найважливішими інноваційними складовими сучасної освіти і особливого значення набувають для майбутніх фахівців соціономічної сфери: психологів, педагогів, соціальних працівників, соціальних педагогів тощо. Це зрозуміло: фахівець, що не знає і не розуміє себе, не зможе адекватно зрозуміти і допомогти своєму клієнтові. Таким чином, розвинена здатність до