

УДК 378.018.8:159.9-051]:159.98](045)

Тайсія Василівна Комар
докторка психологічних наук,
професорка кафедри психології та педагогіки,
Хмельницький національний університет
м. Хмельницький, Україна
ORCID: 0000-0001-8957-0971
komartayisiya@gmail.com

Мар'яна Вячеславівна Горенко
докторка філософії,
викладачка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
м. Умань, Україна
ORCID: 0000-0003-4895-675X
marianagorenko@gmail.com

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розглянуто питання ключових аспектів, що визначають психологічну готовність студентів-психологів до надання консультацій. Готовність майбутніх психологів до консультативної діяльності в умовах війни в країні – це питання вельми актуальне і суттєве, особливо у контексті сучасних геополітичних реалій. Зростання кількості конфліктів і напруги на міжнародній арені, війна в Україні вимагає від фахівців у галузі психології високого рівня готовності та компетентності для надання ефективної психологічної підтримки. В умовах війни психологи стикаються з рядом викликів, що вимагають специфічних знань і навичок. Вибірка складалась з 40 осіб, здобувачів спеціальності 053 Психологія Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Були застосовані методики: «Тест-опитувальник особистісної зрілості» Ю. Гільбуха та опитування через Google-форми.

Ключові слова: готовність психолога; готовність до професійної діяльності; консультативна діяльність психолога.

Komar Taisiia
PhD in Psychology,
Professor at the Department
of Psychology and Pedagogy,
Khmelnyskyi National University,
Khmelnyskyi, Ukraine
ORCID: 0000-0001-8957-0971
komartayisiya@gmail.com

Mariana Gorenko
PhD (Doctor of Philosophy),
Lecturer Sub-Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State
Pedagogical University Uman, Ukraine
ORCID: 0000-0003-4895-675X
marianagorenko@gmail.com

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF READINESS AMONG FUTURE PSYCHOLOGISTS FOR CONSULTATIVE ACTIVITIES

The article examines the issues of key aspects defining the psychological readiness of psychology students for providing counseling. The readiness of future psychologists for consultative activities in the conditions of war in the country is a highly relevant and significant matter, especially in the context of modern geopolitical realities. The increase in the number of conflicts and tension on the international stage, coupled with the war in Ukraine, demands a high level of preparedness and competence from psychology professionals to provide effective psychological support. In times of war, psychologists face a range of challenges that require specific knowledge and skills. The sample consisted of 40 individuals, psychology students at Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University, specializing in Psychology (053). The methodologies used included the «Personality Maturity Questionnaire» by Y. Gilbukh and surveys conducted through Google Forms.

Yuriy Gilbukh's methodology is focused on studying various aspects of personal maturity, including achievement motivation, self-perception, sense of civic duty, life orientation, and the ability to establish psychological closeness with others. The test results can assist in determining the level of development of key personal qualities crucial for successful counseling activities.

The respondents were asked the question «What fears and doubts prevent you from feeling ready for counseling activities right now?» through Google Forms, and they provided the following responses: «fear of making mistakes», «inability to control emotions», «lack of practice», «thinking I need to improve my knowledge», «doubt that I can help the client», «lack of knowledge regarding organizing counseling sessions», «lack of self-confidence», «fear of doing something wrong», «inability to interact with unfamiliar people», «difficulty applying theoretical knowledge in practice».

Key words: *psychologist readiness; readiness for professional activity; psychologist counseling activity.*

Готовність майбутніх психологів до консультативної діяльності в умовах війни в країні – це питання вельми актуальне і суттєве, особливо у контексті сучасних геополітичних реалій. Зростання кількості конфліктів і напруги на міжнародній арені, війна в Україні вимагає від фахівців у галузі психології високого рівня готовності та компетентності для надання ефективної психологічної підтримки.

В умовах війни психологи стикаються з рядом викликів, що вимагають специфічних знань і навичок. По-перше, необхідно володіти навичками діагностики та розуміння психологічних наслідків військових подій на населення. Це включає у себе розуміння посттравматичного стресу, депресії, тривоги та інших психічних розладів, що можуть виникнути внаслідок воєнних подій. По-друге, майбутні психологи повинні мати глибокі знання у сфері консультативної діяльності. Вони повинні бути здатні не лише виявляти психологічні проблеми, але і розробляти та впроваджувати ефективні методи консультування для полегшення страждань та відновлення психічного здоров'я. Також, враховуючи особливості військових конфліктів, психологи повинні мати глибоке розуміння соціокультурних аспектів та враховувати їх у консультативній роботі. Вміння пристосовувати свою підтримку до специфічних культурних, соціальних та етичних контекстів є ключовим фактором успішної роботи в умовах військових конфліктів.

Загалом, готовність майбутніх психологів до консультативної діяльності в умовах війни – це важлива складова їхньої професійної підготовки. Поглиблені знання, навички та чутливість до особливостей військового конфлікту дозволять їм надавати ефективну психологічну підтримку населенню, що потребує допомоги в надзвичайних обставинах.

Аналіз досліджень показує, що багато моделей, спрямованих на підготовку фахівців в напрямку консультування (О. Бондаренко, О. Міненко, В. Панок, Л. Журавльова, Я. Чаплак та ін.), висувають значні вимоги до особистості професійного консультанта, що може сприяти прагненню консультантів відповідати очікуваному образу та витіснити риси особистості, які йому не відповідають. Окремо постає проблема підготовки кваліфікованих спеціалістів для консультування певних категорій клієнтів, у тому числі осіб, які знаходяться у складних життєвих обставинах чи осіб, які пережили травматичні події, як побутового характеру, так і в результаті військових дій.

У сучасній практичній психології виділяють дві наукові позиції щодо розуміння психологічного консультування. Згідно з першою, психологічне консультування є формою

застосування знання з метою постановки психологічного діагнозу, надання психокорекційної, профілактичної, психотерапевтичної, професійної допомоги тощо (О. Бондаренко, С. Васьківська, П. Горностай, Я. Чаплак та ін.). Відповідно до другої, психологічне консультування розуміють самостійним, окремим видом надання психологічної допомоги зі своїми специфічними особливостями (А. Копйов, А. Ласигін, В. Столін та ін.).

З відходом від класичної теорії несвідомого розглядається психологічне консультування в сучасних психоаналітичних концепціях (Г. Дізнан, К. Леузетт, А. Наков, Ф. Накхум, Л. Ребекка та ін.). З орієнтацією на методологічну базу біхевіоризму зміст консультування розкривають також у необіхевіоральному підході (В. Верпланк, С. К. Мак-Доно, М. Дж. Махоні, Д. Мейхенбаум, А. Елліс та ін.). Із спрямованістю на принципи клієнт-центрованої терапії К. Роджерса розвивається консультування у межах екзистенційно-гуманістичної психології (Р. Мей, Б. Мекі, Дж. Симон, Ф. Фідлер та ін.). Основні цілі, завдання, зміст консультування розглядаються в духовно-орієнтованому (Т. Флоренська), проблемно-орієнтованому (С. Васьківська, П. Горностай), психосемантичному (О. Бондаренко) та інших підходах.

Функції консультаційної діяльності психолога впливають з його цілей. Серед найважливіших з них можна визначити: допомога особам у розвитку їх здібностей самостійно вирішувати життєві проблеми; спрямування клієнта на встановлення ініціативних зв'язків між ним та іншими; сприяння поліпшенню взаєморозуміння, удосконаленню та встановленню нових взаємостосунків. Під час спеціально організованого консультування мають бути виявлені і актуалізовані додаткові психологічні можливості виходу людини з важкої ситуації. Отже, мета консультативної роботи психолога полягає в тому, щоб визначити причини виникнення проблеми та допомогти людині знайти шляхи її вирішення. Останнім часом зростає кількість осіб, які звертаються за психологічною допомогою до психологів та психотерапевтів. До них відносяться, зокрема, ті, хто не можуть самостійно вирішити складні життєві ситуації; особи, які пережили травматичні події; особи, схильні до суїциду; залежні люди (алкогольна, наркотична залежність і т.д.).

У цьому контексті особливу увагу варто приділяти професійній самооцінці майбутнього психолога-консультанта. Вчені стверджують, що професійна самооцінка є складовою особистісної самооцінки, яка формується та оновлюється в рамках професійної діяльності і спрямована на якості, необхідні для успішної предметно-професійної діяльності. За дослідженнями Р. Бернса, успішність особистої діяльності людини визначається не лише самими здібностями, але і її уявленнями про ці здібності. Таким чином, вивчення самооцінки професійно важливих якостей стає важливим аспектом для майбутніх психологів-консультантів. За висловлюванням Г. Радчук, адекватна самооцінка професійно значущих якостей особистості визначається як один з ключових критеріїв успіху у процесі професійного становлення і, відповідно, є важливою умовою для ефективного професійного самовизначення. Відмінно від загальної самооцінки, самооцінка професійно значущих якостей особистості є специфічним рівнем самооцінки, спрямованим на конкретні вияви, якості і можливості особистості. За думкою вченої, ця самооцінка є спеціальним, професійно зорієнтованим відображенням загальної самооцінки і дозволяє особі проектувати свою майбутню ідентичність через усвідомлення поточного стану.

Проведене дослідження було спрямоване на виявлення рівня готовності майбутніх психологів до консультативної діяльності. Вибірка складалась з 40 осіб, здобувачів спеціальності 053 Психологія Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Були застосовані методики: «Тест-опитувальник особистісної зрілості» Ю. Гільбуха та опитування через Google-форми.

Спочатку ми застосували методику «Тест-опитувальник особистісної зрілості» Ю. Гільбуха. Наукове дослідження особистісної зрілості майбутніх психологів виявляється важливим аспектом для розуміння їхньої готовності до психологічної практики та професійного розвитку. Методика Ю. Гільбуха спрямована на вивчення різних аспектів

особистісної зрілості, включаючи мотивацію досягнень, ставлення до свого «Я», почуття громадського обов'язку, життєву установку, здатність до психологічної близькості з іншими людьми. Результати тесту можуть допомогти визначити рівень розвитку ключових особистісних якостей, які є важливими для успішної консультативної діяльності. Результати діагностики висвітлені у табл. 1.

Таблиця 1.

**Результати застосування методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості»
Ю. Гільбуха на вибірці здобувачів спеціальності 053 Психологія**

Шкала	Рівні	К-сть досліджуваних	%
Загальний рівень	Високий	N=9	22,5 %
	Середній	N=15	37,5 %
	Нижче середнього	N=4	10,0 %
	Низький	N=12	30,0 %
Мотивація досягнень	Високий	N=10	25,0 %
	Середній	N=15	37,5 %
	Нижче середнього	N=12	30,0 %
	Низький	N=3	7,5 %
Ставлення до свого «Я» (Я-концепція)	Високий	N=8	20,0 %
	Середній	N=16	40,0 %
	Нижче середнього	N=10	25,0 %
	Низький	N=6	15,0 %
Почуття громадського обов'язку	Високий	N=7	17,5 %
	Середній	N=10	25,0 %
	Нижче середнього	N=16	40,0 %
	Низький	N=7	17,5 %
Життєва установка	Високий	N=12	30,0 %
	Середній	N=20	50,0 %
	Нижче середнього	N=5	12,5 %
	Низький	N=3	7,5 %
Здатність до психологічної близькості з іншими людьми	Високий	N=6	15,0 %
	Середній	N=12	30,0 %
	Нижче середнього	N=16	40,0 %
	Низький	N=6	15,0 %

Що стосується шкали «мотивація досягнень», то більшість опитаних мають рівень середній та нижче середнього – відповідно 37,5 % і 30,0 %. Низький рівень зафіксовано у 7,5 % та у 25,0 % респондентів виявлено високий рівень.

Мотивація досягнень у майбутніх психологів визначається комплексом внутрішніх та зовнішніх чинників, які впливають на їхню готовність до активної професійної діяльності та саморозвитку. Одним із ключових внутрішніх мотиваторів є індивідуальні цінності та переконання, пов'язані з професійною сферою. Зацікавленість у психології, бажання допомагати іншим, а також внутрішнє бажання досягти високих результатів у своїй обраній сфері допомагають формувати стійку мотивацію до досягнень. Зовнішні чинники, такі як визнання від колег, можливість кар'єрного росту та матеріальні стимули, також впливають на мотивацію майбутніх психологів. Окрім того, можливість професійного самовираження, творча свобода в роботі та відчуття соціальної корисності своєї діяльності вносять вагому частину у мотиваційний комплекс. Для психологів, які прагнуть до досягнень, важливо мати чітку мету, орієнтовану на постійне вдосконалення та особистісний розвиток. Постійна готовність до вивчення нового, вдосконалення навичок та застосування їх у практиці є важливим елементом мотивації досягнень.

Недостатній рівень мотивації досягнень у майбутніх психологів може стати суттєвим викликом для їхньої професійної ефективності. По-перше, відсутність чітких та стимулюючих

цілей може позначитися на їхньому внутрішньому плануванні та бажанні досягти конкретних результатів. Без чіткого орієнтиру можливість втратити мотивацію та наполегливість у роботі збільшується. По-друге, елементи вигорання можуть виникнути внаслідок занадто великого та тривалого психологічного навантаження. Стресові ситуації часто призводять до зниження енергії та бажання досягти нових вершин. Забезпечення балансу між роботою та особистим життям є ключовим аспектом для уникнення подібних станів. Загалом, подолання недостатньої мотивації досягнень вимагає від психологів вироблення чітких цілей, підтримки від оточення, збереження балансу та збереження інтересу до своєї професійної діяльності.

За шкалою «ставлення до свого «Я» (Я-концепція)» то більшість опитаних мають рівень середній та нижче середнього – відповідно 40,0 % і 25,0 %. Недостатній рівень розвитку ставлення до свого «Я» (Я-концепція) у майбутніх психологів може вплинути на їхню професійну ефективність і якість взаємодії з клієнтами. Передусім, важливо враховувати, що Я-концепція визначає внутрішню систему переконань та уявлень особистості про себе. Якщо ця система недостатньо розвинена, це може призвести до низки проблем:

- вплив на взаємодію з іншими. Недостатня сформованість Я-концепції може впливати на спроможність психолога ефективно взаємодіяти з клієнтами. Якщо вони не розуміють та не цінують свої власні сильні сторони і можливості, це може ускладнити сприйняття та роботу з іншими;
- вплив на саморозвиток. Негативна Я-концепція може гальмувати процес саморозвитку та удосконалення професійних навичок. Брак позитивного ставлення до власних можливостей може призвести до втрати мотивації для пошуку нових знань і вдосконалення в професійній сфері;
- вплив на вирішення проблем. Майбутнім психологам важливо вміти вирішувати проблеми не тільки у клієнтів, а й у самих себе. Якщо вони не мають розвинутої позитивної Я-концепції, це може обмежити їхню здатність ефективно вирішувати власні життєві та професійні труднощі;
- вплив на міжособистісні відносини. Негативна Я-концепція може також впливати на міжособистісні відносини в робочому колективі. Вона може викликати труднощі у спілкуванні та співпраці з колегами, що може негативно позначитися на атмосфері в команді.

Отже, розвиток позитивної та збалансованої Я-концепції важливий для психологів, оскільки вона є фундаментом для успішної професійної практики та особистісного розвитку.

Важливим компонентом особистісної зрілості, за методикою Ю. Гільбуха, є почуття громадянського обов'язку. Найбільший відсоток досліджуваних мають середній та нижче середнього рівень громадського обов'язку – 25,0 % та 40,0 % відповідно.

Достатній рівень почуття громадянського обов'язку у майбутніх психологів є ключовим елементом їхньої професійної та особистісної культури. Громадянський обов'язок надає психологам етичну платформу для взаємодії з клієнтами та оточуючими. Засвоєння цінностей громадянської відповідальності допомагає їм дотримуватися високих етичних стандартів у своїй професійній діяльності. Також психологи відіграють важливу роль у суспільстві, працюючи з різними групами населення та сприяючи психічному здоров'ю громадян. Вони повинні бути активними учасниками громадського життя, вносячи свій вклад у розвиток спільнот та соціальну стабільність.

Громадянський обов'язок надає психологам підстави для допомоги в усуненні соціальних нерівностей та боротьби за соціальну справедливість. Вони виступають агентами позитивних змін у суспільстві, сприяючи інклюзивності та різноманітності. Громадянський обов'язок посилює довіру спільноти до психологів. Це особливо важливо у взаємодії з клієнтами, де відкритість, чесність та відданість громадському добру визначають успіх психологічної практики.

Отже, високий рівень громадянського обов'язку в майбутніх психологів формує етичні основи їхньої професійної поведінки, сприяє активній участі у громадському житті, підтримує соціальну справедливість та сприяє позитивному розвитку суспільства.

Кількісний аналіз отриманих результатів за шкалою «життєвих установок» засвідчив переважання високого та середнього рівня – 30,0 % та 50,0 % відповідно. Стійкі позитивні життєві установки у майбутніх психологів є важливим елементом, що визначає їхню професійну ефективність та впливає на якість надання психологічної допомоги. Позитивні життєві установки сприяють емоційній стійкості психологів. Це важливо для ефективного взаємодії з клієнтами, особливо в умовах стресу та емоційно виснажливих ситуацій. Позитивні установки стимулюють майбутніх психологів до постійного самовдосконалення. Вони прагнуть розвивати свої навички, отримувати нові знання та вдосконалювати свою професійну практику. Сприйняття життя з позитивної точки зору дозволяє психологам дивитися на виклики як на можливості для росту та розвитку. Вони зберігають реалізм, але при цьому знаходять конструктивні шляхи вирішення проблем.

Майбутні психологи, які мають стійкі позитивні установки, здатні створювати позитивне середовище для своїх клієнтів. Їхні енергія та оптимізм можуть бути заохоченням для інших, сприяючи психічному благополуччю клієнтів. Позитивні установки роблять психологів більш готовими до адаптації в змінному середовищі. Це особливо важливо в сфері психології, де можуть зустрічатися різні та неочікувані ситуації.

Отже, стійкі позитивні життєві установки не лише визначають особистісний стиль психологів, але і впливають на їхню професійну роботу, створюючи хороший фундамент для розвитку та психологічного благополуччя, як в себе, так і у їхніх клієнтів.

Що стосується здатності до психологічної близькості з іншими людьми, то тут спостерігається, що більшість опитаних знаходяться на рівні середнього та нижче середнього, а саме 30,0 % та 40,0 % відповідно. Здатність до психологічної близькості з іншими людьми є ключовою компетенцією для майбутніх психологів, оскільки вона визначає їхню здатність ефективно взаємодіяти з клієнтами та створювати сприятливі відносини в професійному середовищі. Здатність до психологічної близькості включає в себе навички емпатії та слухання, це робить можливим створення відкритого комунікативного середовища, де клієнти відчувають, що їхні почуття та думки важливі. Психологи повинні бути здатними до психологічної близькості, щоб надати підтримку в емоційно навантажених ситуаціях. Розуміння та співпереживання є важливими елементами підтримки клієнтів у складних життєвих обставинах. Психологічна близькість сприяє формуванню довіри між психологом та клієнтом. Клієнти відчувають комфорт та впевненість у можливості ділитися своїми проблемами та думками без страху відзначення або осуду. Здатність до психологічної близькості також може допомагати психологам ламати стереотипи та стигму, пов'язану з психічним здоров'ям. Вони можуть бути прикладом відкритості та підтримки для тих, хто шукає допомогу.

Отже, здатність до психологічної близькості не тільки зміцнює професійні навички психолога, але й формує основу успішних та емпатичних відносин з клієнтами, сприяючи психічному благополуччю та покращенню якості надання психологічної допомоги та консультацій.

Також здобувачам через google-форми було поставлене запитання «Які страхи та сумніви заважають вам почуватись готовими до консультативної діяльності уже зараз?» та отримали відповіді: «страх помилки», «невміння стримувати свої емоції», «мало практики», «думаю, потрібно ще вдосконалити свої знання», «сумнів, що зможу надати допомогу клієнту», «бракує знань щодо організації консультативної бесіди», «невпевненість в собі», «страх зробити щось не те», «невміння поводити себе з малознайомими людьми», «невміння застосовувати свої теоретичні знання на практиці».

Отже, вивчення психологічних особливостей готовності майбутніх психологів до консультативної діяльності виявило ряд ключових аспектів, які визначають їхню професійну

готовність та впливають на ефективність їхньої роботи. Результати аналізу свідчать про важливість розвитку комунікаційних навичок, психологічної стійкості та глибокого розуміння людської природи для успішної психологічної практики. Зазначена готовність майбутніх психологів до консультаційної роботи є необхідною у вимірі викликів сучасного суспільства, де психологічна підтримка набуває все більшого значення. Враховуючи висвітлені аспекти, можна вважати, що подальші дослідження та розвиток методик підготовки психологів мають сприяти вдосконаленню якості консультаційної допомоги та забезпеченню високого рівня психологічної підтримки в сучасному суспільстві.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гончарова Н.О. Психологічні особливості проектування професійної кар'єри студентів-психологів. *Молодий вчений*. Херсон, 2019. №12 (грудень). С. 87–90.
2. Мушкевич, М. Теорія і практика психологічного консультування сімей. *Психологічні перспективи*, (39) 2022, С. 291–305. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-mus>
3. Система практик у професійній підготовці психологів. *Навчально-методичний посібник*. Вид. 2-ге, випр. і доп. /за заг. ред. Г.К. Радчук. Тернопіль: ТНПУ, 2019. 417 с.

REFERENCES

1. Honcharova, N.O. (2019). Psykholohichni osoblyvosti proektuvannia profesiinoi kariery studentiv-psykholohiv. [Psychological features of professional career planning in psychology students]. *Molodyi vchenyi. Kherson, № 12 (hruden), 87–90* [in Ukrainian].
2. Mushkevych, M. (2022). Teoriia i praktyka psykholohichnoho konsultuvannia simei. [Theory and practice of family psychological counseling]. *Psykhologichni perspektyvy, (39), 291–305* [in Ukrainian].
3. Systema praktyk u profesiinii pidhotovtsi psykholohiv. (2019). Navchalno-metodychnyi posibnyk. Vyd. 2-he, vypr. i dop. /za zah. red. H.K. Radchuk. Ternopil: TNPU [in Ukrainian].