

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА**

БЛАГОДИР Наталія Філімонівна

УДК 378.015.3:159.9.-051.159.9.018.2(043.3)

**ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ
САМОРОЗУМІННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2016

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Пов'якель Надія Іванівна,
кандидат психологічних наук, доцент
Зайчикова Тетяна Вікторівна,
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова,
доцент кафедри соціальної психології та психотерапії,
Інститут соціології, психології та соціальних комунікацій.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Просадсва Людмила Євгенівна,
Київський національний університет культури і мистецтв,
декан факультету культурології;

кандидат психологічних наук, доцент
Назарук Оксана Миколаївна,
Національний авіаційний університет,
доцент кафедри авіаційної психології.

Захист дисертації відбудеться 1 березня 2016 року о 14 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.15 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розісланий «27» січня 2016 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради

Л. В. Долинська

Підписано до друку 28.12.2015 р. Формат 60x90/16.
Папір офсетний. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 1,25. Обл.-вид. арк. 1,25.
Наклад 100 прим. Зам. № 0049

Віддруковано в друкарні ФОП ПАЛИВОДА А. В.
03061, м. Київ, пр-т Відрадний, 95/Е
тел./факс (044) 351-21-90

(соответственно: конгруэнтность, эмоционально-ценностное переживание чувства собственного достоинства и осмысления собственной самости) и показатели.

Исследована динамика самопонимания и его психологических механизмов у будущих психологов на третьем и пятом курсе. Выявлены характерные особенности профилей студентов в контексте их самопонимания и его психологических механизмов. Доказано недостаточное развитие самопонимания и его механизмов в процессе профессиональной подготовки и, как следствие, необходимость целенаправленного формирования психологических механизмов самопонимания у будущих психологов.

Создана психолого-педагогическая модель формирования психологических механизмов самопонимания у будущих психологов. Обоснована, разработана апробирована и доказана эффективность программы формирования психологических механизмов самопонимания студентов-психологов в системе профессиональной подготовки в вузе. Представлены методические рекомендации преподавателям и студентам по формированию психологических механизмов самопонимания будущего психолога.

Ключевые слова: самопонимание, психологические механизмы самопонимания, самоидентификация, самоотношение, рефлексия, студенческий возраст, психолого-педагогические средства формирования самопонимания, психотехнологии развития самопонимания.

Blagodyr N. F Formation of psychological mechanisms of self-understanding in future psychologists. – Manuscript.

Dissertation for the degree of candidate of psychological sciences, specialty 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – National Pedagogical University Dragomanov, Kyiv, 2016.

The thesis is devoted to theoretical and experimental study problems of formation of psychological mechanisms of self-understanding in future psychologists. Considered and systematized psychological content, structure and functions of self-understanding. Found criteria (awareness of their individual strengths and weaknesses and «I-real» and «I-perfect»), level (high, medium, low) and psychological mechanisms of self-understanding (identity, self-attitude, self-reflection).

The specific self-understanding and its psychological mechanisms in future psychologists. The characteristic features profiles of students in the context of their self-understanding and their psychological mechanisms.

Created psycho-pedagogical model of psychological mechanisms of self-understanding of future psychologists. Proved, developed, tested and proven effective program of formation mechanisms of psychological self-understanding of future psychologists in system training.

Developed methodical recommendations for teachers and students of formation of psychological mechanisms of self-understanding of the future psychologist.

Keywords: self-understanding, psychological mechanisms of self-understanding, identity, self-attitude, reflection, student age, psy-pedagogical tools for the formation of self-understanding, psytechnology development of self-understanding.

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Складний перехідний етап розвитку України, політичні та економічні зрушення, світова економічна криза, значні стресогенні ситуації, які позначаються на фізичному та психологічному здоров'ї громадян, сприяють виникненню потреби у зверненні до кваліфікованого професіонала-психолога. Психолог спрямовує особистість на знаходження та усвідомлення внутрішніх ресурсів, необхідних для переживання, подолання та вирішення складних життєвих ситуацій, підтримує та супроводжує на важливих етапах її життєвого становлення.

Вкрай важливою умовою забезпечення ефективності процесу взаємодії психолога і клієнта є як компетентність психолога, що розв'язує фахові завдання, так і власне особистість психолога (О. Ф. Бондаренко, В. Г. Панок, Н. І. Пов'якель, Т. С. Яценко та ін.). Розуміння психологом самого себе дозволяє адекватно підходити до вирішення проблем, з якими він зустрічається у процесі професійної діяльності, при цьому уникати несвідомого впливу власних мотивів і потреб на особистість клієнта, адже для того, щоб зрозуміти іншу людину, увійти в світ її думок і переживань, необхідно зрозуміти самого себе.

Дослідження феномена саморозуміння активізується наприкінці ХХ сторіччя і початку ХХІ як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології.

Загальнотеоретичні аспекти проблеми саморозуміння окреслено в роботах російських та вітчизняних вчених: А. А. Брудного, В. В. Знакова, С. Д. Ілляш, Б. В. Кайгородова, А. Б. Коваленко, І. А. Монахової, О. М. Назарук, В. В. Століна, С. Р. Пантелєєва, Н. І. Протасової, Н. В. Чепелевої.

Вікові особливості прояву саморозуміння досліджували: С. В. Афонова, Н. Г. Брюхова, Е. А. Іванова, А. Б. Карпачова, Б. В. Кайгородов, І. А. Монахова, О. В. Романова, Е. Т. Соколова, Д. І. Фельдштейн, С. В. Шик. Науковцями (Е. А. Іванова, С. Д. Ілляш, А. Б. Карпачова, Б. В. Кайгородов, Н. І. Протасова) наголошується на сензитивності саме юнацького періоду онтогенезу для формування саморозуміння. У молодих людей цього віку розвиток саморозуміння сприяє узгодженню реальної поведінки з уявленнями і переживаннями самого себе, що виражається в осмисленні свого життя, побудові життєвих перспектив при збереженні позитивного ставлення до себе як цілісної особистості.

В сучасних дослідженнях розкриті сутнісні характеристики саморозуміння у професійному становленні особистості майбутніх педагогів (Е. В. Борисова, Н. І. Протасова, С. Д. Ілляш), державних службовців (В. А. Жилкіна) та викладачів ВНЗ (Т. В. Стьопкіна).

Спеціальних системно-узагальнюючих досліджень саморозуміння майбутніх психологів не проводилось. Зокрема, особливий інтерес викликають психологічні механізми саморозуміння майбутніх психологів та психолого-педагогічні засоби їх формування у навчально-виховному процесі ВНЗ, що дозволить підвищити якість підготовки майбутніх фахівців.

Отже, соціальна і психологічна значущість означеної проблеми, а також її недостатнє вивчення зумовили вибір теми нашого дисертаційного дослідження: «Формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження входить до плану наукових робіт кафедри соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Тема дисертації затверджена Вченою Радою НПУ імені М. П. Драгоманова (протокол № 7 від 18 лютого 2010 року) та узгоджена Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки і психології АПН України (протокол № 3 від 27 квітня 2010 року).

Мета дослідження – виявити особливості саморозуміння та формування механізмів цього процесу у майбутніх психологів.

Мета дослідження обумовила такі **завдання**:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми саморозуміння майбутніх психологів.
2. Емпірично виявити критерії, рівні та показники розвитку саморозуміння у майбутніх психологів.
3. Визначити психологічні механізми саморозуміння у майбутніх психологів.
4. Розробити, апробувати та впровадити програму формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів в системі фахової підготовки.

В основу дослідження було покладено **припущення** про те, що розвиток саморозуміння як умови професійного становлення майбутніх психологів у навчально-виховному процесі є недостатнім, а його результативність буде більш успішною при цілеспрямованих впливах на механізми формування (самоідентифікацію, самоставлення, саморефлексію) активними соціально-психологічними методами навчання.

Об'єкт дослідження – саморозуміння майбутніх психологів.

Предмет дослідження – формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів.

Методи дослідження. У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань була розроблена програма дослідження, реалізація якої передбачає застосування комплексу взаємопов'язаних методів: *теоретичні* – аналіз, систематизація та узагальнення наукової філософської й психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження; *емпіричні* – спостереження, анкетування, тестування, бесіди, констатувальний та формувальний експеримент; методи *статистичного* аналізу отриманих даних (SPSS 17.0) та якісної інтерпретації результатів дослідження.

Для досягнення цілей дослідження застосовано також комплекс психодіагностичних методик, який складається із блоків: I блок – діагностика особливостей та рівня розвитку саморозуміння, – опитувальник САМОАЛ – самоактуалізаційний тест, адаптований Н. Ф. Каліною (шкала саморозуміння), опитувальник самоставлення В. В. Століна (шкала саморозуміння), опитувальник на визначення змісту саморозуміння, розроблений А. А. Брудним; II блок – діагностика психологічних механізмів саморозуміння, – методика «Хто Я?» М. Куна та Т. Мак-Партленда, адаптований З. В. Сікевич, опитувальник самоставлення В. В. Століна,

АНОТАЦІЇ

Благодир Н. Ф. Формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2016.

Дисертаційне дослідження присвячено теоретико-експериментальному вивченню проблеми формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів. Розглянуто і систематизовано психологічний зміст, структуру, функції саморозуміння. Виявлено критерії (усвідомлення особистістю своїх слабких й сильних сторін та «Я-реальне» і «Я-ідеальне»), рівні (високий, середній, низький) та психологічні механізми формування саморозуміння (самоідентифікація, самоставлення, саморефлексія).

Досліджено специфіку саморозуміння та його психологічних механізмів у майбутніх психологів третього та п'ятого курсів. Виявлено характерні особливості профілів студентів у контексті їх саморозуміння та його психологічних механізмів.

Створено психолого-педагогічну модель формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів. Обґрунтовано, розроблено, апробовано та доведено ефективність програми формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів в системі фахової підготовки.

Розроблено методичні рекомендації викладачам та студентам щодо формування психологічних механізмів саморозуміння майбутнього психолога.

Ключові слова: саморозуміння, психологічні механізми саморозуміння, самоідентифікація, самоставлення, саморефлексія, студентський вік, психолого-педагогічні засоби формування саморозуміння, психотехнології розвитку саморозуміння.

Благодыр Н. Ф. Формирование психологических механизмов самопонимания в будущих психологов. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология – Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова, Киев, 2016.

Диссертационное исследование посвящено теоретико-экспериментальному изучению самопонимания и его психологических механизмов у будущих психологов. Уточнено понятие «самопонимание» и взаимосвязь самопонимания с самосознанием. Рассмотрено и систематизировано психологическое содержание, структуру, функции самопонимания, а также выяснено его значение в процессе профессиональной подготовки будущих психологов.

Раскрыта роль самопонимания в профессиональном становлении будущих психологов (студентский период развития).

Обоснованы критерии (осознание личностью своих слабых и сильных сторон и «Я-реальное» и «Я-идеальное»), показатели и уровни (высокий, средний, низкий) самопонимания будущих психологов.

Выявлены психологические механизмы самопонимания (самоидентификация, самоотношение и саморефлексия), их критерии

психології та шляхи її розвитку: матеріали міжнародної науково-практичної конференції (10-12 жовтня 2012 року, м. Запоріжжя) – Запорізький національний університет. – Запоріжжя: ЗНУ, 2012. – С.177-179.

13. Благодир Н. Ф. Психологічні особливості і специфіка саморозуміння в юнацькому віці / Н. Ф. Благодир // Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції: Зб. матеріалів XIII Всеукр. наук.-практ. конф., Київ, 13-14 травня 2010 року, С.14-17.

14. Благодир Н. Ф. Саморозуміння психолога-практика як передумова ефективної взаємодії з клієнтом / Н. Ф. Благодир // Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції: Зб. матеріалів XIII Всеукр. наук.-практ. конф., Київ, 12-13 травня року 2011. – С.10-13.

15. Благодир Н. Ф. Психологічні особливості та динаміка саморозуміння в онтогенезі особистості / Н. Ф. Благодир // Психологічні проблеми сучасності: Тези ІХ науково-практичної конференції студентів та молодих вчених. Львів, 29-31 березня 2012 року. – Т.1. – Львів, 2012. – С.9-11.

16. Благодир Н. Ф. Психологічні аспекти становлення саморозуміння у майбутніх психологів / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології в сучасних соціально-економічних умовах: Матеріали студентської науково-практичної конференції (16.04.2011) / За заг. ред. В. Є. Виноградової. – К.: Видавничо-поліграфічний центр Академії муніципального управління, 2011. – С. 4-7.

17. Благодир Н. Ф. Саморозуміння в особистісному та професійному зростанні психолога-практика / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології в сучасних соціально-економічних умовах: Матеріали студентської науково-практичної конференції (16.04.2010) / За заг. ред. В. Є. Виноградової. – К.: Видавничо-поліграфічний центр Академії муніципального управління, 2010. – С. 9-11.

18. Благодир Н. Ф. Розвиток рефлексії як провідного механізму саморозуміння у майбутніх психологів / Н. Ф. Благодир // Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету: Зб. наук. праць звітно-наукової конференції викладачів університету за 2011 рік, 9-10 лютого 2012 року. Ч. 1. / Укладач Г. І. Волинка, О. В. Уваркіна, О. П. Симоненко, О. П. Ємельянова. – К. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, 2012. – С.48-50.

19. Благодир Н. Ф. Психолого-педагогічні шляхи формування саморозуміння у майбутніх фахівців-психологів під час навчання у ВНЗ / Н. Ф. Благодир // Освіта та наука у вимірах ХХІ століття: матеріали звітно-наукової конференції студентів 19-20 квітня 2011р. – К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – С. 242.

20. Благодир Н. Ф. Професійно-рефлексивний тренінг самопізнання та саморозвитку як психотехнологія формування саморозуміння у майбутніх психологів / Практична психологія в системі вищої школи: монографія / За ред. Т. В. Бушуєвої, С. О. Ставицької // Авт. кол. викл. каф. практичної психології та психотерапії. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – С. 234-244.

методика А. В. Карпова «Діагностика рефлексії», методика «Вивчення особистісної рефлексії та інтроспекції» І. Д. Зверєвої, Л. Г. Ковалю, П. Ф. Фролова).

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота виконувалася упродовж 2009 – 2013 років на базі Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій й Інституту педагогіки та психології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. До дослідження було залучено 197 студентів – майбутніх психологів третього та п'ятого курсів денної форми навчання.

Наукова новизна і теоретичне значення одержаних результатів полягають у тому, що:

- *вперше* визначено сутність поняття «саморозуміння майбутніх психологів» як професійно важливої складової фахової підготовки психолога, яка сприяє ефективності та результативності процесу взаємодії психолога і клієнта; обґрунтовано критерії (осмислення особистісно власних слабких та сильних сторін, «Я-реальне», «Я-ідеальне»), визначено показники та рівні (високий, середній, низький) саморозуміння майбутніх психологів; виявлено психологічні механізми саморозуміння та їх критерії: самоідентифікація (конгруентність), самоставлення (емоційно-ціннісне переживання почуття власної гідності), саморефлексія (осмислення власної самості), показники та рівні (високий, середній, низький) психологічних механізмів саморозуміння майбутніх психологів; вивчено особливості саморозуміння та його механізмів у майбутніх психологів; здійснено порівняльний аналіз особливостей прояву саморозуміння та його механізмів у майбутніх психологів третього та п'ятого курсів; визначено профілі майбутніх психологів у залежності від особливостей розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів; розроблено модель і програму формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх фахівців психології;

- *поглиблено та уточнено* поняття «саморозуміння», взаємозв'язок саморозуміння з самосвідомістю;

- *набули подальшого розвитку* знання щодо змісту і структури психологічних механізмів саморозуміння; місця та ролі психологічних механізмів саморозуміння в особистісному та професійному становленні майбутнього психолога.

Практична значущість одержаних результатів полягає у тому, що апробований у дисертаційному дослідженні психодіагностичний комплекс методик та авторська програма формування психологічних механізмів саморозуміння можуть застосовуватися викладачами ВНЗ при підготовці психологів та практичних психологів. Одержані результати можуть бути використані у лекційних з курсах «Загальна психологія», «Вікова та педагогічна психологія», «Соціальна психологія», «Психологія особистості» та спецкурсу «Психологія саморозуміння».

Особистий внесок автора у спільній із Т. В. Зайчиковою науковій статті «Розвиток саморозуміння психолога-практика як необхідна умова профілактики професійного вигорання фахівця» полягає у теоретичному обґрунтуванні проблеми (60%).

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні теоретичні та практичні положення і висновки дисертаційного дослідження доповідалися та отримали схвалення на 6 Міжнародних, 7 всеукраїнських, звітних науково-практичних конференціях НПУ імені М. П. Драгоманова та засіданнях кафедри соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М. П. Драгоманова.

Результати дисертаційного дослідження *упроваджено* у навчально-виховний процес Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (довідка № 07-10/ 2182 від 23.09.2015 р.), Уманського державного педагогічного університету імені П. Г. Тичини (довідка № 2430/01 від 19.05.2015), Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя (довідка № 05/ 191 від 13.05.2015 р).

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження відображено у 20 публікаціях автора, з яких 10 статей у вітчизняних фахових виданнях, 1 – у зарубіжному фаховому виданні, 9 – матеріали конференцій.

Структура й обсяг дисертації зумовлена логікою дослідження і складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, додатків, списку використаних джерел (273 найменування, із яких – 23 іноземними мовами). Загальний обсяг становить 282 сторінки друкованого тексту, з них 185 сторінок основного тексту. Робота містить 8 рисунків та 16 таблиць на 24 сторінках.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено мету та завдання, об'єкт, предмет, методи, висвітлено наукову новизну, теоретичне і практичне значення роботи, подано інформацію про апробацію і впровадження результатів дослідження, структуру і обсяг дисертаційної роботи.

У першому розділі – *“Теоретичні засади вивчення саморозуміння та його психологічних механізмів розвитку у майбутніх психологів”* систематизовано теоретичні підходи до вивчення феномену саморозуміння, визначено сутність поняття «саморозуміння майбутніх психологів»; виявлено психологічні механізми саморозуміння; розкрито роль саморозуміння у професійному становленні майбутніх психологів.

Проблему саморозуміння почали досліджувати наприкінці ХХ сторіччя і початку ХХІ як у зарубіжній (Г. Герген, В. Деймон, Я. Заборовський, Г. Лендрет, А. Кербі, С. Кук-Грейтер, Ч. Тейлор, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, І. Ялом та ін.), російській (А. А. Брудний, В. В. Знаков, Б. В. Кайгородов, І. А. Монахова, В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв, Н. І. Протасова) так і в вітчизняній (С. Д. Ілляш, А. Б. Коваленко, О. М. Назарук, Н. В. Чепелева) науці.

У нашому дослідженні ми спираємося на визначення саморозуміння, запропоноване Б. В. Кайгородовим, згідно з яким, саморозуміння є *осягненням людиною сенсу свого існування, в результаті якого відбувається когнітивне і емоційне узгодження продуктів самосвідомості і реальної дійсності*. Під продуктами самосвідомості дослідник розуміє такі особистісні утворення, як «Я-образ» і «Я-концепцію», а під реальністю – різні моменти життєдіяльності людини.

3. Благодир Н. Ф. Концептуальна модель саморозуміння: структурні компоненти та психологічні механізми / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. – Т. X. – Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 23. – С. 8-16.

4. Зайчикова Т. В., Благодир Н. Ф. Розвиток саморозуміння психолога-практика як необхідна умова профілактики професійного вигорання фахівця / Т. В. Зайчикова, Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. – Київ, 2013. – Том. 11. – Вип. 8., С. 372-379.

5. Благодир Н. Ф. Стан розвитку самоставлення як психологічного механізму саморозуміння майбутнього психолога / Н. Ф. Благодир // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. наук. праць. К.: імені М. П. Драгоманова, 2012. – № 39 (63). – С. 124-131.

6. Благодир Н. Ф. Саморозуміння та рівень його розвитку як умова подолання складних життєвих криз / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Д. Максименка. – Київ, 2011. – Том 11. – Вип. 4. – Ч. 1. – С. 98-104.

7. Благодир Н. Ф. Психологічний-педагогічний супровід формування саморозуміння у майбутніх психологів в умовах фахової підготовки / Н. Ф. Благодир // Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць / Ун-т менедж. Освіти НАПН України: ред. кол.: О. Л. Ануфрієва [та ін.]. – К., 2005. – Вип. 6 (19) / голов. ред. В. В. Олійник. – К.: «АТАПОЛ», 2012. – С. 206-213.

8. Благодир Н. Ф. Особливості становлення самоідентифікації як механізму саморозуміння в юнацькому віці / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми практичної психології. Збірник наукових праць. – Херсон, ПП Вишемирський В. С., 2012. – С. 33-39.

9. Благодир Н. Ф. Використання інноваційних психотехнологій формування саморозуміння в процесі професійного становлення майбутніх психологів / Н. Ф. Благодир // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наук. праць. К.: імені М. П. Драгоманова, 2012. – № 37(61). – С. 310 – 312.

10. Благодир Н. Ф. Психолого-педагогічні умови та засоби формування саморозуміння майбутнього психолога у процесі фахової підготовки / Н. Ф. Благодир // Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Д. Максименка. – Київ, 2012. – Том 11. – Вип. 6. – С. 31-36.

Зарубіжне фахове видання:

11. Благодыр Н. Ф. Специфика психологических профилей самопонимания у будущих психологов / Н. Ф. Благодыр // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. № 11(58) ноябрь 2013. Часть II, Москва, 2013. – С. 246-249.

Матеріали конференцій та інші наукові видання:

12. Благодир Н. Ф. Гендерні особливості та динаміка саморозуміння у майбутніх психологів / Н. Ф. Благодир // Інтеграційні можливості сучасної

Віокремлено критерій (осмислення власної самості), рівні та показники сформованості *саморефлексії* у майбутніх психологів. Незначна частина студентів усієї вибірки осмислює та усвідомлює власне життя, виявляє здатність займати метапозицію стосовно свого життя, аналізувати свій внутрішній світ та самих себе. Більшість майбутніх психологів зіткнувшись із протиріччями певної ситуації, не завжди можуть правильно зрозуміти та піддати рефлексивній оцінці свої слова, дії і вчинки. Значна частина студентів має труднощі у фіксації і розумінні своїх суджень, осмисленні власної життєвої програми, прогнозуванні наслідків власних дій і вчинків для себе та інших людей, що свідчить про недостатній розвиток саморефлексії як провідного механізму саморозуміння.

Встановлено, на високому рівні статистичної значущості тісний взаємозв'язок між саморозумінням та самоідентифікацією, самостваленням і саморефлексією, що доводять наше припущення.

В залежності від особливостей розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів виділено п'ять профілів досліджуваних. Чітка диференціація профілів за ступенем саморефлексії та високий рівень статистичної значущості свідчать про тісний взаємозв'язок саморефлексії і саморозуміння та її провідну роль у формуванні саморозуміння.

4. Теоретичним підґрунтям системи роботи з формування психологічних механізмів саморозуміння є особистісно-орієнтований і гуманістичний підходи та положення про можливість розвитку самоідентифікації, самоствалення та саморефлексії особистості за відносно короткий проміжок часу активними соціально-психологічними методами навчання.

Авторська модель формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів засобами професійно-рефлексивного тренінгу саморозуміння є ефективною та дієвою у використанні, сприяє позитивним змінам у саморозумінні особистості та його механізмах, що проявилось у студентів експериментальної групи.

За результатами дослідження розроблено методичні рекомендації викладачам і студентам щодо формування психологічних механізмів саморозуміння майбутнього психолога.

Проведене дослідження не вичерпує усієї глибини поставленої проблеми. Перспективи подальшої науково-дослідної роботи вбачаємо у вивченні особливостей та засобів формування саморозуміння на різних етапах онтогенезу.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у вітчизняних фахових виданнях:

1. Благодир Н. Ф. Психологічні особливості та взаємозв'язок понять розуміння і саморозуміння в психологічній науці / Н. Ф. Благодир // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. наук. праць. К.: імені М. П. Драгоманова, 2012. – № 32(56). – С. 33-39.

2. Благодир Н. Ф. Саморозуміння як психологічний феномен та його місце у розвитку самосвідомості в юнацькому віці / Н. Ф. Благодир // Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – Вип. 6: збірник наукових праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова 2011 – С.187-196.

На основі теоретичного аналізу (А. А. Брудний, В. В. Знаков, Б. В. Кайгородов, В. В. Столін, М. І. Лісіна, К. Роджерс, В. Е. Чудновський та ін.) були обґрунтовані такі критерії сформованості саморозуміння у майбутніх психологів, як осмислення особистістю власних слабких й сильних сторін, «Я-реальне» та «Я-ідеальне». За результатами дослідження саморозуміння у майбутніх психологів було визначено рівні та показники сформованості саморозуміння у майбутніх психологів.

Ґрунтуючись на наукових дослідженнях В. В. Знакова, О. О. Іванової, Б. В. Кайгородова, М. І. Лісіної, А. А. Смірнова, В. Е. Чудновського, нами були виділені провідні механізми, за допомогою яких здійснюється процес розуміння себе – самоідентифікація (процес співвідношення себе з собою, в результаті якого формуються уявлення про себе як про самототожну, цілісну і унікальну особистість), самоствалення (специфічний вид емоційного переживання, в якому відбивається власне ставлення особи до того, що вона знає, розуміє, «відкриває» відносно самої себе) та саморефлексія (процес осмислення людиною передумов, закономірностей і механізмів своєї діяльності, соціального та індивідуального способу існування).

Когнітивне узгодження нових знань з наявними знаннями про самого себе здійснюється за допомогою самоідентифікації (Н. В. Антонова, Е. Еріксон, Дж. Марсія, С. Московічі, Б. Шнейдер). У результаті самоідентифікації відбувається зміна деяких вихідних аспектів знань та утворюються нові знання. Емоційне узгодження нових знань з наявними знаннями про самого себе відбувається за допомогою процесу самоствалення, яке супроводжується позитивним ставленням до себе у процесі розв'язання неузгодженості (Б. В. Кайгородов, М. І. Лісіна С. Р. Пантелєв, В. В. Столін, І. І. Чеснокова). За допомогою саморефлексії досягається єдність та узгодженість когнітивної і афективної сфер. В процесі саморефлексії відбувається осмислення нового досвіду, інформації, яку індивід отримує про себе; певних концептосфер, які особистість отримує в результаті самоідентифікації та емоційних ставлень до самого себе – розуміння себе з позиції – «подобається – не подобається» (Н. І. Гуткіна, В. В. Знаков, Н. І. Пов'якель, І. М. Семенова, С. Ю. Степанова).

Науковцями (Е. А. Іванова, С. Д. Ілляш, А. Б. Карпачова, Б. В. Кайгородов, Н. І. Протасова) наголошується на сензитивності саме юнацького періоду онтогенезу для формування саморозуміння. У молодих людей цього віку розвиток саморозуміння сприяє узгодженню реальної поведінки з уявленнями і переживаннями самого себе, що проявляється в осмисленні свого життя, побудові життєвих перспектив при збереженні позитивного ставлення до себе як цілісної особистості. В студентському віці молода людина реально будує або перебудовує свій образ, аналізує власний ціннісний світ, реалізує діяльність самопізнання та самовизначення.

Важливою умовою забезпечення ефективності та результативності процесу взаємодії психолога і клієнта є не лише компетентність психолога, що вирішує фахові завдання, а й особистість психолога (О. Ф. Бондаренко, В. Г. Панок, Н. І. Пов'якель, Н. В. Чепелєва, Т. С. Яценко та ін.). Успішність та результативність

роботи психолога залежить від розуміння фахівцем самого себе, цілісного уявлення про себе, сформованості та розвитку психологічних механізмів саморозуміння (Н. І. Пов'якель, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева, Н. Ф. Шевченко; А. Адлер, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд та ін.). У процесі професійної підготовки майбутній фахівець повинен набути досвіду відкриття та осмислення свого внутрішнього світу, цілеспрямованого самопізнання та особистісного зростання, самодіагностики, психокорекції власних особистісних якостей, аутопсихотерапії, глибинної рефлексії (С. М. Аврамченко, І. П. Андрійчук, Л. В. Долинська, В. І. Коновальчук, І. С. Курів, Т. В. Тальніков, Т. С. Яценко та ін.).

Узагальнені висновки, зроблені в результаті теоретичного дослідження проблеми, дозволили сформулювати визначення саморозуміння майбутніх психологів як професійно важливої складової фахової підготовки психолога, яка сприяє ефективності та результативності процесу взаємодії психолога і клієнта.

Викладені положення було покладено в основу емпіричного дослідження особливостей саморозуміння та механізмів цього процесу.

У другому розділі – “Емпіричне вивчення саморозуміння та його психологічних механізмів у майбутніх психологів” – обґрунтовуються методичні підходи до констатувальної частини дослідження; експериментально досліджуються психологічні особливості розвитку саморозуміння в студентському віці; здійснено порівняльний аналіз особливостей прояву саморозуміння та його механізмів у майбутніх психологів третього та п'ятого курсів; вивчається специфіка прояву психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів; виділяються основні профілі досліджуваних за станом розвитку саморозуміння та психологічних механізмів.

Завданнями констатувального етапу дослідження були: 1) дослідити особливості та рівень розвитку саморозуміння у майбутніх психологів; 2) вивчити психологічні механізми саморозуміння та специфіку їх вияву у майбутніх психологів; 3) виділити основні профілі досліджуваних за станом розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів.

Під час констатувальної частини дослідження нами було створено дві експериментальні групи: третій курс (n = 98) – група 1; п'ятий курс (n = 99) – група 2.

За результатами дослідження особливостей саморозуміння майбутніх психологів за методикою САМОАЛ (шкала саморозуміння), виявлено високий, середній і низький рівні саморозуміння (Табл. 1).

Високий рівень саморозуміння притаманний майбутнім психологам (58 осіб – 29,44%), які вільні від психологічного захисту, який відділяє особистість від власної сутності, не схильні підміняти власні смаки і оцінки зовнішнім соціальним стандартам, чутливі до власних бажань і потреб, осмислюють спонукальні мотиви, рушійні сили поведінки та їх вплив на власне життя. Для досліджуваних з високим рівнем саморозуміння характерна збалансованість між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Такі особистості мають стійку систему уявлень про себе, пояснюють свої думки і почуття, чітко усвідомлюють цілі, котрі пов'язані з майбутнім та мають сформований образ, до якого вони прагнуть; знають і правильно використовують свої сильні сторони, а також визнають та коригують власні слабкі сторони. *Середній*

сторони, тобто високий рівень саморозуміння; кількість студентів, які мають труднощі в осмисленні передумов, закономірностей і механізмів своєї діяльності складає, як для майбутніх психологів, значний відсоток. Домінуюча частина майбутніх психологів не завжди осмислює передумови, закономірності і механізми своєї діяльності, їм притаманна неузгодженість між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», мають ідеально сформований образ, до якого вони прагнуть в майбутньому, не підкріплені реальними діями в теперішньому; знають лише свої сильні сторони й важко усвідомлюють зони емоційних проблем. Виявлено незначну позитивну тенденцію зростання саморозуміння у процесі навчання майбутніх психологів з третього по п'ятий курс.

3. Механізмами розвитку саморозуміння є самоідентифікація, самоствавлення та саморефлексія.

Визначено критерій (конгруентність), показники *самоідентифікації* (персональну та соціальну) та її параметри. Перевага персональної самоідентифікації над соціальною свідчить про більшу орієнтацію на власні особистісні характеристики, аніж на соціальні при співвідношенні себе з собою у майбутніх психологів. В процесі професійної підготовки підвищується інтерес до власного місця та ролі в соціумі та внутрішнього світу; професійна самосвідомість й самоідентифікація з професією; інтерес до процесів самопізнання та самодослідження; зацікавленість в навчанні та здобутті професії психолога; спілкування з друзями та особами протилежної статі; а також екстернальна орієнтація у соціумі та знижується інтерес до власних фізичних характеристик за рахунок зростання інтересу до власного внутрішнього світу, а також спорідненість з родиною, яка пов'язана з сепараційними процесами з батьками та підготовкою до створення власної сім'ї.

Виокремлено критерій (емоційно-ціннісне переживання почуття власної гідності), рівні та показники сформованості *самоствавлення* у студентів-психологів. У майбутніх психологів домінує високий рівень позитивного ставлення до власної особистості, прийняття власних психологічних особливостей, інтересу до власних думок і почуттів. Найменший відсоток досліджуваних з труднощами приймають себе як носіїв соціально бажаних якостей, що супроводжується відчуттям власної неповноцінності та станом внутрішньої дисгармонії. З третього по п'ятий курс простежується тенденція до зростання поваги до себе, віри у свої сили, здібності та енергію, схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіри до себе і позитивної самооцінки, очікуваного позитивного ставлення до себе оточуючих, близькості себе, інтересу до власних думок і почуттів, готовності спілкуватися з собою «на рівних», впевненості у своїй значущості для інших. В процесі професійної підготовки у майбутніх психологів дещо зростає впевненість в своїх інтелектуальних знаннях та більш чітке розуміння соціальних ролей, сформованість усталеного почуття «за» самого себе та досліджено появу критичності у ставленні до себе, яка пов'язана з розширенням та поглибленням знань респондентів стосовно власної особистості, зниження схильності до обвинувачення себе і приписування до чинників негативних подій власних дій. Однак ці зміни не забезпечують достатнього формування механізму самоствавлення.

здатність займати метапозицію стосовно свого життя, досліджувати свій внутрішній світ й самих себе як дослідників (від 23,33% до 36,67%) та інтроспекції, які проявляють здатність до самодослідження, інтересу до свого внутрішнього світу та власних думок (від 30,00% до 36,67%), що свідчить про те, що професійно-рефлексивний тренінг саморозуміння та спецкурс «Психологія саморозуміння» активізують позитивні тенденції рефлексивності та сприяють росту саморефлексії загалом.

Формування механізмів саморозуміння позитивно вплинуло на розвиток досліджуваного феномена і показники середнього й високого рівнів збільшились (на 10,00% і 13,33% відповідно), а низького зменшились (від 36,66% до 13,33%).

У всіх означених вище параметрах особистості, що піддавалися аналізу, у представників контрольної групи значних змін не відбулося.

За результатами теоретико-експериментального дослідження розроблено методичні рекомендації викладачам та студентам щодо формування психологічних механізмів саморозуміння майбутнього психолога.

ВИСНОВКИ

У дисертації представлено теоретичне узагальнення та експериментальне дослідження проблеми формування саморозуміння як професійно важливої складової фахової підготовки психолога, яке проявилось у визначенні теоретичних підходів до вивчення проблеми, виявленні особливостей розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів у майбутніх психологів, створенні моделі та обґрунтуванні, розробці й апробації розвивальної програми формування психологічних механізмів саморозуміння у студентів-психологів, виробленні методичних рекомендацій щодо формування саморозуміння майбутнього психолога.

1. Саморозуміння – самостійний процес в структурі самосвідомості, який має власні характеристики, структуру та особливості розвитку. Саморозуміння розглядається як процес осягнення людиною сенсу свого існування, в результаті якого відбувається когнітивне і емоційне узгодження продуктів самосвідомості і реальної дійсності.

Студентський вік є сензитивним періодом для формування саморозуміння, яке сприяє узгодженню реальної поведінки з уявленнями і переживаннями самого себе, що виражається в осмисленні свого життя, побудові життєвих перспектив при збереженні позитивного ставлення до себе.

Професії типу «Людина-людина», і особливо психолога, ставлять особливі вимоги до саморозуміння, оскільки успішність та результативність роботи психолога залежить від розуміння фахівцем самого себе, цілісного уявлення про себе, сформованості та розвитку психологічних механізмів саморозуміння.

2. Критеріями саморозуміння особистості є усвідомлення нею своїх слабких й сильних сторін та «Я-реальне» і «Я-ідеальне». Саморозуміння майбутніх психологів характеризується високим, середнім і низьким рівнями. Виявлено, що лише третина майбутніх психологів мають стійку систему уявлень про себе, пояснюють свої думки і почуття, чітко усвідомлюють цілі, котрі пов'язані з майбутнім та мають сформований образ, до якого вони прагнуть; знають і грамотно використовують свої сильні сторони, а також визнають та коригують власні слабкі

рівень саморозуміння властивий майбутнім психологам (102 особи – 51,78%), які не завжди осмислюють передумови, закономірності і механізми своєї діяльності. Для осіб з середнім рівнем саморозуміння властива неузгодженість між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Такі респонденти мають гнучку систему уявлень про себе, пояснюють свої думки і почуття, чітко усвідомлюють цілі та мають ідеально сформований образ, до якого вони прагнуть в майбутньому, не підкріплений реальними діями в теперішньому; знають лише свої сильні сторони й важко усвідомлюють зони емоційних проблем. *Низький рівень* саморозуміння характерний майбутнім психологам (37 осіб – 18,78%), які мають труднощі в осмисленні передумов, закономірностей і механізмів своєї діяльності. У них простежується певний розрив між «Я-реальним» і «Я-ідеальним». Таким особистостям важко побачити віддалені перспективи свого становлення та визнавати власні слабкі сторони. Вони мають труднощі в розумінні власних мотивів і потреб, хитку систему уявлень про себе та розмито усвідомлюють цілі, котрі пов'язані з майбутнім; в розумінні себе характерна орієнтація не на власну особистість, а на сприйняття себе у соціумі та думку інших значущих людей.

Таблиця 1.

Кількісні показники динаміки рівнів розвитку саморозуміння майбутніх психологів у процесі професійної підготовки

Рівні саморозуміння	Загальна вибірка, n = 197		III курс, n = 98		V курс, n = 99	
	Абс.к-сть	%	Абс.к-сть	%	Абс.к-сть	%
Високий	58	29,44	20	20,41	38	38,39
Середній	102	51,78	58	59,18	44	44,44
Низький	37	18,78	20	20,41	17	17,17

В процесі професійної підготовки показники високого рівня у студентів від третього по п'ятий курс збільшуються (від 20,41% до 38,39%) за рахунок зменшення кількості студентів з середнім рівнем саморозуміння (59,18% до 44,44%), оскільки показники низького рівня залишаються практично без змін (20,41% на 3 курсі і 17,17% на 5 курсі) (Табл.1).

Отримані дані свідчать про необхідність виявлення механізмів формування саморозуміння та організації цілеспрямованої роботи з його підвищення у майбутніх психологів.

За результатами теоретичного дослідження, механізмами формування саморозуміння є самоідентифікація, самоставлення та саморефлексія.

Визначено критерії цих механізмів (відповідно: конгруентність, емоційно-ціннісне переживання почуття власної гідності й осмислення власної самості) та кількісні і якісні показники їх розвитку у майбутніх психологів (Табл.2).

За результатами дослідження особливостей та специфіки самоідентифікації за допомогою методики «Хто Я?» («Тест двадцяти суджень») М. Куна та Т. Мак-Партленда, встановлено домінування на всіх етапах професійної підготовки персональної самоідентифікації над соціальною, що свідчить про зростання

орієнтації на власні особистісні характеристики, аніж на соціальні при співвідношенні себе з собою у майбутніх психологів в процесі фахової підготовки.

Таблиця 2.

Кількісні показники розвитку механізмів саморозуміння (у %), n = 197

Психологічні механізми саморозуміння	Показники	III курс	V курс
Самоідентифікація	Персональна	58,80*	68,31*
	Соціальна	39,20*	30,69*
Само-ставлення	Високий рівень	72,45**	80,80**
	Середній рівень	15,31**	13,13**
	Низький рівень	12,24**	6,07**
Саморефлексія	Високий рівень	21,43***	32,32***
	Середній рівень	61,22***	55,56***
	Низький рівень	17,35***	12,12***

* – $p \leq 0,01$ ** – $p \leq 0,001$ *** – $p \leq 0,0001$

Досліджувані респонденти більше ідентифікують себе через такі персональні самоідентифікації як: риси характеру та моральні якості (48,73%), особливості світогляду (18,28%), професійну спрямованість (9,65%), власні здібності та інтелектуальні дані (9,13%) та менше ототожнюють себе через зовнішні фізичні характеристики (6,09%), статеву приналежність (5,08%) та самоідентифікацію з власним ім'ям (3,04%). Соціальна самоідентифікація в першу чергу проявляється у студентів через ототожнення себе через родинні зв'язки, сімейний стан, спорідненість з членами сім'ї (39,09%), навчальну діяльність, оцінку себе як студента, стосунки з одногрупниками (15,22%), знайомими, друзями (14,22%) й протилежною статтю (11,17%).

На 5-му курсі, порівняно з 3-м курсом, підвищуються: інтерес до власного місця й ролі в соціумі (від 48,98% до 51,51%) та внутрішнього світу (від 17,34% до 19,19%); професійна самосвідомість й самоідентифікація з професією (від 9,18% до 10,10%); інтерес до процесів самопізнання та самодослідження (від 8,16% до 9,09%); зацікавленість в навчанні та здобутті професії психолога (від 14,14% до 16,16%); спілкування з друзями (від 13,26% до 14,14%) та особами протилежної статі (від 9,18% до 13,13%); а також екстернальна орієнтація у соціумі (від 6,13% до 8,08%) та знижується інтерес до власних фізичних характеристик (від 7,17% до 5,05%) за рахунок зростання інтересу до власного внутрішнього світу, а також спорідненість з родиною (від 41,84% до 36,36%), яка пов'язана з сепараційними процесами з батьками та підготовкою до створення власної сім'ї. Рівень таких номінальних характеристик як ототожнення себе зі статтю (від 6,12% до 3,04%), ім'ям (від 3,06% до 2,02%), людством (від 11,23% до 10,10%) та релігією (від 4,08% до 2,03%)

Основна мета спецкурсу «Психологія саморозуміння» (120 год., них 74 год. аудиторні): розкриття змісту і особливостей психології саморозуміння та його психологічних механізмів, методів їх дослідження та формування, оволодіння методиками саморозуміння.

За результатами формувального експерименту вдалось досягти позитивних зрушень у розвитку всіх психологічних механізмів.

Зокрема, збільшились високі показники самоідентифікації з фізичними характеристиками (від 23,33% до 33,33%), психічними характеристиками (від 6,66% до 13,66%), соціопсихологічними рисами, зумовленими соціальним контекстом (від 26,66% до 36,66%), світоглядом (від 23,33% до 30,00%), великими спільнотами (від 10,00% до 26,66%), майбутньою професією (від 13,33% до 26,66%) та первинними неформальними групами (від 26,66% до 16,66%). В свою чергу зменшились показники самоідентифікації з ім'ям (від 26,66% до 16,66%), родиною (від 26,66% до 16,66%), людством (від 36,66% до 30,00%) та навчанням (від 20,00% до 16,66%). Доведено, що професійно-рефлексивний тренінг саморозуміння та спецкурс «Психологія саморозуміння» сприяють формуванню цілісного і ціннісного уявлення про себе, усвідомленню знань стосовно власної особистості, а саме фізичних характеристик, психічних характеристик, соціопсихологічних рис, зумовленими соціальним контекстом, усвідомленню власної унікальності, розумінню себе як представника певного етносу, громадянина країни; розширенню світогляду, професійному становленню.

Зросла також кількість респондентів з позитивним ставленням до себе, які приймають власні психологічні особливості та впевнені у своїй цікавості для інших (від 40,00% до 43,33%), поважають себе, вірять у свої сили, здібності та енергію (від 36,66% до 43,33%), схвалюють себе та мають позитивну самооцінку (від 16,67% до 20,00%), проявляють інтерес до власних думок і почуттів, готові спілкуватися з собою «на рівних» (від 36,67% до 43,33%), впевнені у своїх інтелектуальних знаннях та мають чітке розуміння соціальних ролей (від 30,00% до 43,33%), приймають власні сильні та слабкі сторони і проявляють критичність у ставленні до себе, яка пов'язана з розширенням та поглибленням знань респондентів стосовно власної особистості (від 26,67% до 33,33%), керуються власними переконаннями і досвідом у вирішенні життєвих завдань (від 40,00% до 43,33%). Водночас зменшились кількість респондентів, які очікують позитивного ставлення до себе від оточуючих (від 26,67% до 23,33%) та схильні до звинувачення себе та приписування до чинників негативних подій власних дій (від 50,00% до 40,00%). Наведені результати засвідчують, що авторський тренінг та спецкурс сприяють росту позитивного самоставлення, самоповаги, симпатії до власної особистості, самоінтересу та процесу самодослідження, впевненості у власних силах, прийнятті себе, самокерівництва.

Збільшилась і кількість респондентів з високим рівнем рефлексії, які, зіткнувшись із протиріччями певної ситуації, зможуть правильно зрозуміти та піддати рефлексивній оцінці свої слова, дії і вчинки (від 16,67% до 23,33%), з особистісної рефлексії, які осмислюють та усвідомлюють власне життя, виявляють

самоставлення», заняття №8 «Мої можливості»), блок III – формування саморефлексії (заняття №5 «Рефлексія власного Я», заняття №6 «Сенс мого життя», заняття №9 «Я в майбутньому», заняття №10 «Мої зміни»). На кожному з занять виконувався комплекс вправ, які вміщували в себе наступні арт-терапевтичні (тематичне малювання, спонтанне малювання, колажування, казкотерапія та ін.), релаксаційні (медитації, візуалізації, ауторелаксації) та ігрові (рольові та рухові ігри; ігри на взаємодію; сюжетно-рольові ігри зі зміною ролей) психотехнології.

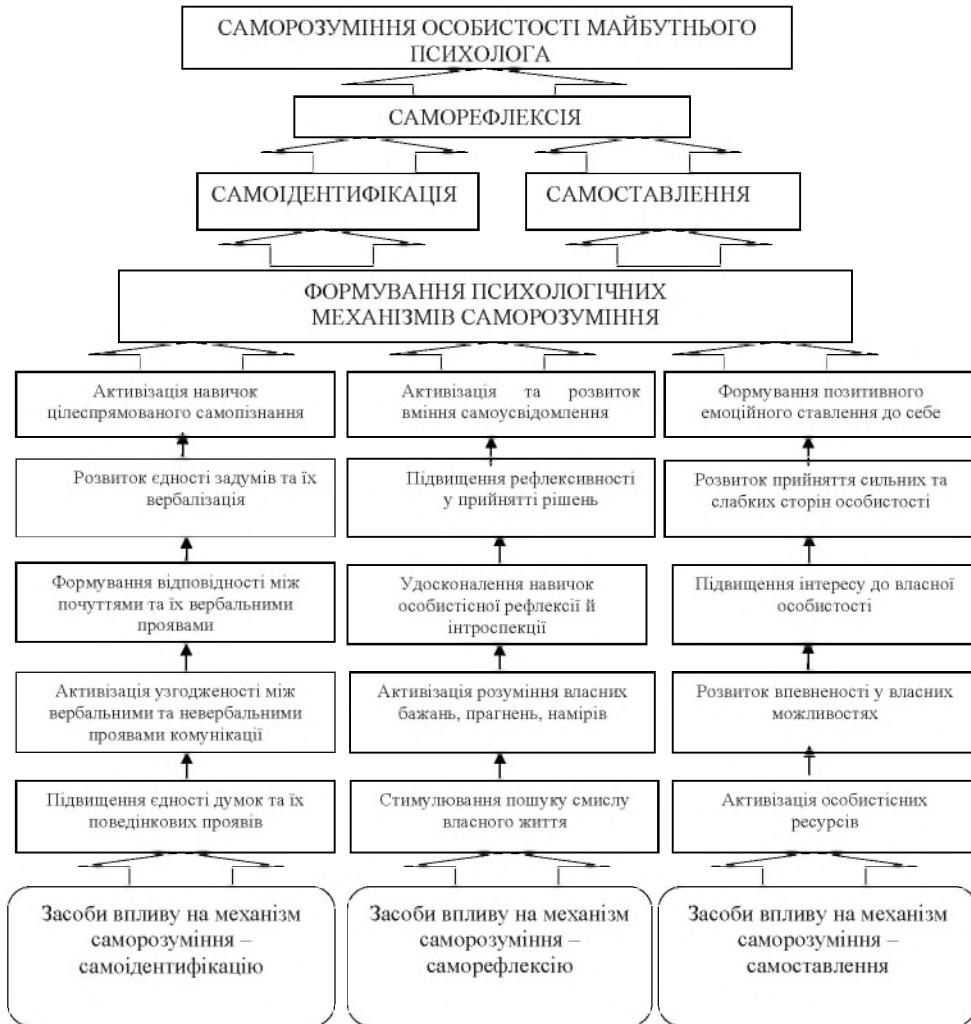


Рис. 1. Модель формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів.

зменшується за рахунок зростання ототожнення студентами себе з більш складними особистісними конструктами.

Дослідження *самоставлення* (за опитувальником В. В. Століна), вказує на те, що у респондентів домінує високий рівень його прояву, що свідчать про те, що більша частина досліджуваних (71,06%) позитивно ставиться до себе, приймає власні психологічні особливості, має високий рівень інтересу до власних думок і почуттів та впевнена у своїй цікавості для інших. Середні показники самоставлення у 15,74% свідчать про достатній рівень задоволення власним Я, своїми здібностями та можливостями. Водночас для 13,20% досліджуваних характерний низький рівень інтегрованого (емоційного й когнітивного) самоставлення, що вказує на те, що частина майбутніх психологів менше приймає себе як носіїв соціально бажаних якостей, що супроводжується відчуттям власної неповноцінності та станом внутрішньої дисгармонії.

В процесі професійної підготовки з третього по п'ятий курс простежується тенденція до росту впевненості майбутніх психологів у своїх інтелектуальних знаннях та більш чіткого розуміння соціальних ролей (від 45,91% до 70,70%), зростання поваги до себе, віри у свої сили, здібності та енергію (від 68,36% до 70,70%), схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіри до себе і позитивної самооцінки (від 70,41% до 70,70%), очікуваного позитивного ставлення до себе оточуючих (від 58,00% до 61,61%), інтересу до власних думок і почуттів, готовності спілкуватися з собою «на рівних», впевненості у своїй «цікавизні» для інших (від 79,59% до 82,82%), керівництва власними переконаннями і досвідом у вирішенні життєвих завдань (65,30% до 65,65%). На п'ятому курсі у майбутніх психологів виявлено більшу сформованість усталеного почуття «за» самого себе (Табл.2) та появу критичності у ставленні до себе (77,77%, порівняно з третім 82,65%), що пов'язано з розширенням та поглибленням знань респондентів стосовно власної особистості, зниженням схильності досліджуваних до обвинувачення себе і приписуванням до чинників негативних подій власних дій (52,52%), ніж на третьому (57,14%).

Дослідження *рефлексії* за опитувальником Карпова А. В. констатувало, що лише 11,67% студентів усієї вибірки осмислює та усвідомлює власне життя, виявляє здатність займати метапозицію стосовно свого життя, аналізувати свій внутрішній світ та самих себе. Більшість досліджуваних (67,52%) зіткнувшись із протиріччями певної ситуації не завжди зможуть правильно зрозуміти та піддати рефлексивній оцінці свої слова, дії і вчинки. Кількість студентів з низьким рівнем здатності осмислити свою життєву програму, прогнозувати наслідки власних дій та вчинків для себе самого та інших людей значна, як для майбутніх психологів (20,81%).

Встановлено несуттєву динаміку розвитку рефлексії з третього по п'ятий курс.

Дослідження *саморефлексії* та інтроспекції (видів рефлексії) за методикою І. Д. Звереві, Л. Г. Ковалю і П. Ф. Фролова «Вивчення особистісної рефлексії й інтроспекції», засвідчило, що лише 21,83% досліджуваних з усієї вибірки має високий рівень здатності до самодослідження, осмислення передумов, закономірностей і механізмів своєї діяльності, дослідження свого внутрішнього

світу, а також себе як дослідника. Більша частина досліджуваних (58,37%) не завжди може зайняти метапозицію стосовно свого життя. Труднощі у фіксації і розумінні своїх суджень, осмисленні власної життєвої програми, прогнозуванні наслідків власних дій і вчинків для себе та інших людей мають 19,80% досліджуваних.

З третього по п'ятий курс (Табл.2.) відбувається зростання показників саморефлексії у досліджуваних студентів. Характерним для обох експериментальних груп є домінування здатності до фіксації уваги на внутрішніх аспектах життєвих ситуацій, особистісному самопізнанні, уявленні про те, що про них думають люди їхнього кола й інші люди та деяке зменшення на п'ятому курсі відсотка досліджуваних, які не завжди розуміють і піддають рефлексивній оцінці свої слова, дії та вчинки.

Показники рівнів інтроспекції як виду рефлексії розподілені майже рівномірно. Третина досліджуваних студентів виявляє високу здатність до самодослідження (28,93%), інтерес до свого внутрішнього світу, власних думок, поглиблено осмислює свої переживання. Середній рівень інтроспекції мають 41,12% студентів. Слабка здатність до самопізнання і самоаналізу характерна для третини досліджуваних опитаних (29,95%).

З третього по п'ятий курс відбувається зниження здатності у майбутніх психологів до самодослідження, інтересу до свого внутрішнього світу та власних думок (від 35,72% до 29,29%). Студенти п'ятого курсу (22,23%) значно менше прагнуть до осмислення та аналізу своїх переживань і почуттів, чинників внутрішніх конфліктів та протиріч власної поведінки ніж студенти третього курсу (42,85%). У досліджуваних низький рівень інтроспекції на п'ятому курсі збільшується (від 21,43% до 48,48%), що свідчить про послаблення здатності до самопізнання і самоаналізу, що зумовлює труднощі процесу структурування їхнього внутрішнього світу та образу Я. Збільшення показників низького рівня інтроспекції з третього по п'ятий курс вказує недостатнє на зростання особистісної рефлексії студентів-психологів у процесі фахової підготовки.

Встановлені на високому рівні статистичної значущості кореляційні зв'язки між показниками саморозуміння та самоідентифікації, самоствавлення і саморефлексії (Табл.2.) підтверджують те, що вони є механізмами саморозуміння та дозволяють встановити їх рангове навантаження.

За допомогою факторного аналізу, виділено п'ять основних профілів досліджуваних за станом розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів.

У перших двох профілів на достатньо високому рівні розвитку представлені всі механізми саморозуміння і саморозуміння загалом. Наступні три профілі характеризуються частковою представленістю механізмів саморозуміння та відповідно недостатнім його розвитком. Від третього до п'ятого профілю зменшуються показники самоствавлення та саморефлексії, самоідентифікація представлена частково. Чітка диференціація профілів за ступенем саморефлексії вказує на тісний взаємозв'язок саморефлексії й саморозуміння та її провідну роль у формуванні саморозуміння. Наявність трьох профілів з низькими показниками розвитку саморозуміння та його психологічних механізмів зумовлює необхідність

цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу щодо формування саморозуміння та його механізмів у процесі фахової підготовки майбутніх психологів.

У третьому розділі – *“Психолого-педагогічна програма формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів”* – обґрунтовано і представлено зміст та основні результати формувального етапу дослідно-експериментальної роботи.

Методологічним підґрунтям формувального експерименту з розвитку психологічних механізмів саморозуміння виступили особистісно-орієнтований та гуманістичний підходи до формування особистості майбутніх практичних психологів (І. Д. Бех, О. Ф. Бондаренко, І. С. Булах, П. П. Горностаї, В. Г. Панок, Н. І. Пов'якель, С. О. Ставицька, Н. В. Чепелева, В. М. Чернобровкін, Н. Ф. Шевченко, В. М. Ямницький Т. С. Яценко та ін.), в основі яких лежать положення про значущість особистісної складової у підготовці майбутніх психологів, що передбачає формування у студентів гуманістичної спрямованості особистості, діалогічності як центрального її компонента, здатності до професійної самоідентифікації, позитивного самоствавлення та саморефлексії.

Створена програма формування саморозуміння загалом та кожного механізму окремо, включала: професійно-рефлексивний тренінг саморозуміння та спецкурс «Психологія саморозуміння».

Виходячи з результатів теоретичного аналізу проблеми саморозуміння та його психологічних механізмів у майбутніх психологів, констатувального етапу дослідження та теоретико-методологічного обґрунтування формувального експерименту, було створено психолого-педагогічну модель формування психологічних механізмів саморозуміння у майбутніх психологів, яка стала основою побудови професійно-рефлексивного тренінгу саморозуміння (Рис. 1.).

Формувальний експеримент проводився впродовж 2011-2012 років зі студентами третього курсу спеціальності «Психологія» Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного Університету імені М. П. Драгоманова

Експериментальна та контрольна групи (по 30 студентів) близькі за вихідними показниками.

Метою професійно-рефлексивного тренінгу саморозуміння є розвиток психологічних механізмів саморозуміння, тобто процесів самоідентифікації, самоствавлення та саморефлексії, а також підвищення рівня самоусвідомлення та формування цілісного і ціннісного уявлення особистості про себе, підвищення інтересу до власної особистості та до процесу самодослідження, розвиток процесу особистісного зростання, самоактуалізації та реалізації творчого потенціалу, диференційованості та поглиблення саморозуміння.

Програма тренінгу включала 10 занять по чотири академічні години групової форми психологічної роботи зі студентами та реалізувалася трьома блоками: блок I – формування самоідентифікації (заняття №1 «Знайомство», заняття №2 «Хто я?»), заняття №7 «Моя професія – психолог»), блок II – формування самоствавлення (заняття №3 «Сильні та слабкі сторони мого Я», заняття №4 «Позитивне