

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Західноукраїнський національний університет
Навчально-науковий інститут новітніх освітніх технологій
Кафедра психології та соціальної роботи

БАТЮК Тетяна Ярославівна

Психологічні особливості індивідуалісного світу психолога -практика /
Psychological features of the psychologist – practitioner'sthe individual world

Спеціальність: 053 - Психологія
освітньо-професійна програма – Психологія
Кваліфікаційна робота

Виконала студентка групи
ПСЗм-21
Т.Я. Батюк

Науковий керівник:
д.пс.н., проф., А.В. Фурман

кваліфікаційну роботу

допущено до захисту:

«_» _____ 2025 р.

Завідувач кафедри

_____ **А.Н. Гірняк**

ТЕРНОПІЛЬ -2025

АНОТАЦІЯ

Батюк Тетяна Ярославівна. Психологічні особливості індивідуалісного світу психолога -практика. – Рукопис.

Дослідження на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 «Психологія», освітньо-професійна програма. – Західноукраїнський національний університет, Тернопіль, 2025.

У кваліфікаційній роботі досліджено психологічні особливості індивідуалісного світу психолога-практика як цілісного внутрішнього утворення, що визначає ефективність його професійної діяльності, проаналізовано теоретичні підходи до трактування індивідуальності, внутрішнього світу особистості, систематизовано ключові структурні компоненти індивідуального Я, зокрема. когнітивний, емоційно-регулятивний та ціннісно-смисловий, емпірично визначено особливості зазначених структурних компонентів індивідуального світу психологів-практиків, встановлено їх взаємозв'язки, окреслено типологію індивідуальних профілів та аргументовано їх вплив на професійну діяльність і психологічну стійкість.

Ключові слова: індивідуалісний світ, психолог-практик, особистість, індивідуальність, суб'єкт, емоційна регуляція, рефлексивність, ціннісні орієнтації, професійна ідентичність.

ANNOTATION

Batiuk Tetyana. Psychological features of the psychologist – practitioner's the individual world. – Manuscript.

Research submitted for the educational degree of "master" in specialty 053 "Psychology", educational-professional program. – West Ukrainian National University, Ternopil, 2025

The qualification work investigates the psychological features of the individualistic world of a psychologist-practitioner as a holistic internal formation that determines the effectiveness of his professional activity, analyzes theoretical approaches to the interpretation of individuality, the inner world of the individual,

systematizes the key structural components of the individual self, in particular. cognitive, emotional-regulatory and value-semantic, empirically determines the features of the specified structural components of the individual world of psychologists-practitioners, establishes their interrelationships, outlines the typology of individual profiles and argues their impact on professional activity and psychological stability.

Keywords: individualistic world, practicing psychologist, personality, individuality, subject, emotional regulation, reflexivity, value orientations, professional identity.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1	9
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНІСНОГО СВІТУ ПСИХОЛОГА-ПРАКТИКА	9
1.1. Поняття індивідуальності та індивідуального світу в психологічній науці.....	9
1.2. Особистість психолога-практика як суб'єкт професійної діяльності. ..	12
Висновки до розділу 1	14
РОЗДІЛ 2	17
ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ ІНДИВІДУАЛІСНОГО СВІТУ ПСИХОЛОГА-ПРАКТИКА	17
2.1. Програма емпіричного дослідження і карта психодіагностичного інструментарію.....	17
2.2. Процедура дослідження та методи обробки даних.	21
Висновки до розділу 2	25
РОЗДІЛ 3	26
АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ІНДИВІДУАЛІСНОГО СВІТУ Я ПСИХОЛОГА	27
3.1. Особливості структурних компонентів індивідуального світу психологів-практиків.	27
3.2. Взаємозв'язки між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісною сферою та ресурсами типологізації.....	32
Висновки до розділу 3	37
ВИСНОВКИ.....	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	43

ВСТУП

Актуальність роботи підсилюється сучасними соціальними умовами, у яких діяльність психологів стає критично важливою: війна, травматичні події, емоційне виснаження населення, підвищений рівень стресу та психологічного напруження. За цих обставин якість психологічної допомоги безпосередньо залежить від стійкості, саморегуляції, зрілості та ресурсності самого психолога. У той же час зростають вимоги до професійної етики, навичок самопідтримки, до його здатності зберігати межі та створювати безпечний психотерапевтичний простір.

Дослідження індивідуального світу психолога унеможливорює глибше розуміння передумови успішної діяльності, ризики професійного вигорання, а також механізми розвитку професійної компетентності.

Сучасний етап розвитку психологічної науки характеризується посиленням інтересу до внутрішніх детермінант професійної діяльності фахівця, зокрема до індивідуальних психологічних характеристик, які визначають якість, ефективність і безпечність психологічної допомоги. Професія психолога-практика належить до допомагаючих та емоційно насичених видів діяльності, що вимагає високого рівня особистісної зрілості, рефлексивності, стабільності емоційної сфери, розвиненої ціннісно-мотиваційної структури та здатності до саморегуляції. Саме тому дослідження індивідуального світу психолога-практика набуває особливої актуальності в умовах зростання запиту на якісну психологічну підтримку та посилення ролі психологічного консультування в суспільстві.

Індивідуальний світ людини у сучасних психологічних концепціях розглядається як інтегративне утворення, що охоплює систему суб'єктивних переживань, цінностей, смислів, уявлень про себе та світ, про особистісні риси, емоційно-вольові та мотиваційні характеристики. Для психолога-практика цей світ є не лише основою професійного становлення, але й ключовим інструментом взаємодії з клієнтом. Нерідко саме особистість фахівця,

його зрілість, етичні переконання, стиль комунікації та саморефлексія визначають результат терапевтичної роботи.

Незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених особистості психолога, професійній ідентичності, емоційній компетентності, емпатії та рефлексивності, питання комплексного вивчення індивідуального світу фахівця як цілісного психологічного феномену лишається недостатньо опрацьованим. Водночас бракує емпіричних досліджень, спрямованих на системний аналіз взаємозв'язків між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісними характеристиками, емоційною регуляцією та рефлексивністю у психологів-практиків різних напрямів.

Об'єктом вивчення є індивідуальний світ психолога-практика як самобутнє цілісне особистісне утворення особливого психодуховного наповнення.

Предмет дослідження становлять психологічні особливості форми вияву структурних компонентів індивідуального світу психолога-практика та взаємозв'язки між ними.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей, роздаткове функціонування індивідуального світу психолога-практика.

Завдання пошукування передбачають:

- 1) теоретично проаналізувати концепції індивідуальності як непересічної особистості психолога-практика;
- 2) визначити структуру індивідуального світу фахівця та його ключових психологічних компонентів;
- 3) здійснити добір та обґрунтування психодіагностичного інструментарію для емпіричного дослідження Я людини;
- 4) провести емпіричне вивчення структурних характеристик індивідуального світу психологів-практиків;
- 5) вивчити взаємозв'язки між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісною сферою, емоційною регуляцією та рефлексивністю;

- б) сформулювати практичні рекомендації
щодо розвитку особистісних ресурсів психолога-практика.

Методи дослідження охоплюють:

- а) теоретичні (аналіз, узагальнення, систематизація, порівняння);
- б) емпіричні (психодіагностика, анкетування, опитування);
- в) статистичні (кореляційний аналіз, методи описової статистики, кластерний аналіз).

Наукова новизна роботи полягає в обґрунтуванні й емпіричній перевірці системної моделі індивідуального світу психолога-практика, а також у визначенні психологічних типів цього світу та характеристик, що спричиняють ефективність професійної діяльності.

Практичне значення полягає в
можливості використання отриманих результатів у
формуванні програм особистісного та професійного розвитку психологів, у
супервізійній практиці та
професійній підготовці фахівців допомагаючих професій.

За результатами дослідження написані і опубліковані тези:

Батюк Т.Я. Індивідуальність психолога як неповторний світ особистості. С. (у друці)

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

ІНДИВІДУАЛЬНІСНОГОСВІТУ ПСИХОЛОГА-ПРАКТИКА

1.1. Поняття індивідуальності та індивідуального світу в психологічній науці.

Питання індивідуальності посідає ключове місце у сучасній психологічній науці, оскільки дозволяє розкрити внутрішній світ людини як складну, багаторівневу систему, що визначає особливості її поведінки, професійного функціонування та життєвого розвитку. В класичних і сучасних дослідженнях індивідуальність описується не як сукупність окремих рис, а як цілісний феномен, що формується через взаємодію біологічних, соціальних, психологічних та екзистенційних чинників [20, с. 41; 37, с. 18]. Саме тому аналіз змісту індивідуальності в контексті професійної діяльності психолога набуває особливого значення: індивідуальний світ фахівця впливає на продуктивність консультативної взаємодії, якість діагностичного процесу, етичну чутливість, рівень емпатії й рефлексивності.

У психології фундаментальним є положення про те, що індивідуальність визначає міру унікальності людини, яка проявляється через систему властивостей темпераменту, характеру, мотиваційно-ціннісних орієнтацій, стилів міжособистісної поведінки й механізмів саморегуляції [16, с. 22; 24, с. 57]. Згідно з підходом Лазурського, індивідуальність передбачає не лише фіксацію індивідуальних відмінностей, але й аналіз внутрішньої структури особистості, яка визначає спосіб її взаємодії зі світом [20, с. 65]. Така структура містить інтегративні параметри психічної активності (емоційні стани, рівень довільності, рефлексивність), що безпосередньо впливають на професійний світогляд та практичну готовність психолога-практика.

У гуманістичній парадигмі індивідуальність розглядається як «внутрішній всесвіт» людини, наповнений особистим досвідом, смислами, цінностями та уявленнями про себе й інших [61, с. 112; 62, с. 78]. Р. Мей, В. Франкл та К. Роджерс наголошували, що справжнє розуміння людської індивідуальності

неможливе без урахування екзистенційних координат – свободи вибору, відповідальності, автентичності, здатності до самоактуалізації [50, с. 37; 70, с. 130]. У цьому контексті індивідуальний світ психолога-практика є не тільки характеристикою його психічних властивостей, а й екзистенційним простором, який визначає якість професійної присутності у взаємодії з клієнтами.

Сучасні українські науковці також підкреслюють, що індивідуальність не може бути зведена до сукупності типологічних властивостей; натомість вона розкривається як багатовимірне утворення, яке охоплює особистісні, когнітивні, емоційно-вольові, ціннісні та поведінкові компоненти [16, с. 74; 9, с. 53]. О. Фурман розглядає індивідуальний світ як структуровану систему смислів і переживань, що формують унікальну модель функціонування професіонала [8, с. 92, що еволюціонує під впливом життєвих подій, професійних викликів і рефлексивної практики, сприяє особистісній самореалізації.

Індивідуальний світ психолога передусім охоплює систему його цінностей, які є внутрішнім «компасом» професійної діяльності і визначають готовність до дотримання етичних стандартів, поваги до клієнта та відповідальності за результати втручання [13, с. 41]. Ціннісні орієнтації визначають рівень автентичності, відкритості та професійної гнучкості фахівця, на тлі істотного впливу його досвіду. В будь-якому разі, у межах структурного підходу індивідуальний світ розглядається науковцями, як система компонентів, що містить:

- а) когнітивні процеси (схеми сприймання, інтерпретації, побудови смислів) [13, с. 28];
- б) емоційні й вольові риси та особливості (емоційна стабільність, здатність до стримування, самомотивація) [19, с. 63];
- в) соціально-поведінкові характеристики (стиль комунікації, міжособистісні стратегії) [4, с. 47];

г) цінності та життєві смисли, що взаємодіють між собою, формуючи індивідуальну конфігурацію, яка визначає спосіб професійного мислення та поведінки психолога.

У контексті структури пересічного індивідуального світу важливо підкреслити, що він є не статичним утворенням, а динамічною системою, що постійно змінюється під впливом життєвого досвіду, професійних викликів, емоційних подій і процесів саморозвитку [16, с. 74]. Як зазначає А.К. Дусавицький, індивідуальний світ – це «рухома суб'єктна структура», у якій поєднуються актуальні переживання, базові особистісні характеристики й довготривалі ціннісні конструкти [9, с. 52]. Для психолога це особливо значуще,

оскільки професійна діяльність передбачає постійне самоналаштування, аналіз власних реакцій і контроль внутрішнього стану. Саме тому психодуховний світ фахівця не лише визначає якість його роботи, а й є умовою професійного виживання,

оскільки врівняв внутрішню організованість та зрілості залежить здатність до подолання емоційного перевантаження та професійних криз, в актуальності таких когнітивних компонентів, як – індивідуальний спосіб мислення, інтерпретація подій, смислотворення й професійні схеми оцінювання ситуацій [36, с. 44].

Таким чином, індивідуальність та індивідуальнісний світ у сучасній психологічній науці розглядається як цілісна, динамічна та багатовимірна структура, що охоплює когнітивні, емоційно-вольові, ціннісні, поведінкові та рефлексивні компоненти, які перебувають у постійній взаємодії. Для психолога-практика цей світ визначає специфічний спосіб бачення клієнта, інтерпретації його проблем і побудови консультативного процесу. Саме тому вивчення особистої індивідуальності психолога є не лише теоретичним завданням, але й практичною необхідністю, оскільки забезпечує глибше розуміння факторів професійної ефективності та умов збереження його психологічного здоров'я.

1.2. Особистість психолога-практика як суб'єкт професійної діяльності.

У сучасній гуманітарній науці категорія особистості фахівця допоміжної професії займає центральне місце, оскільки саме від її розвитку, структурної узгодженості та професійної зрілості залежить ефективність психологічної допомоги. У межах гуманістичної парадигми підкреслюється, що ефективний спеціаліст допомагаючої професії – це не просто носій технік і методів, а цілісна особистість, яка здатна до глибокої рефлексії, автентичного контакту та прийняття клієнта без оцінювання й директивності [4, с. 61]. Саме ці характеристики зумовлюють становлення психолога як суб'єкта професійної діяльності.

Поняття суб'єктності в діяльності психолога-практика охоплює усвідомлення власної ролі, мотивів, професійної позиції та відповідальності за результати взаємодії з клієнтом [8, с. 58]. Згідно із суб'єктно-діяльнісним підходом, фахівець, який практикує психологічну допомогу, має бути здатним не лише відтворювати певні теоретичні моделі або застосовувати техніки, але й інтегрувати їх у власний стиль роботи, адаптуючи до потреб конкретної людини. Тому він є активним організатором і водночас координатором консультативного процесу, що вимагає стійкої внутрішньої структури, сформованих ціннісних орієнтацій і здатності до саморегуляції.

У важких консультативних ситуаціях психолог повинен мати здатність до збереження професійної позиції, витривалості та емоційної стабільності. Саме тому у літературі підкреслюється роль стресостійкості, здатності до саморегуляції та навичок конструктивного копінгу, які запобігають розвитку професійного або емоційного вигорання [27, с. 58]. Дослідження показують, що найвищих результатів у консультативній практиці досягають ті фахівці, які поєднують високий рівень емпатії зі здатністю встановлювати межі,

демонструвати безоціночне прийняття, але водночас не допускати переносу й надмірного емоційного виснаження.

У будь-якому разі компетентна особистість психолога-практика як суб'єкта професійної діяльності – це складна, цілісна та багатовимірна структура, що містить індивідуальні риси, професійні спроможності, емоційну та рефлексивну регуляцію, ціннісні орієнтації, мотивацію допомоги іншій людині та здатність до постійного саморозвитку [43, с. 33]. Саме взаємодія цих компонентів забезпечує не тільки його успішність, а й етичність, відповідальність та ефективність психологічної допомоги. Сутнісно мовиться про якісне виконання ним консультативних, діагностичних, прогностичних і корекційних завдань [4, с. 61].

За оптимальних умов саморозвитку особистість психолога-практика як суб'єкта професійної діяльності поєднує:

- а) індивідуальні психологічні властивості;
- б) професійні компетентності, навички та уміння;
- в) ціннісно-смислову орієнтацію на допомогу іншому;
- г) здатність до рефлексії та саморефлексії;
- д) емоційну та етичну регуляцію, миследіяльнісну витримку;
- е) національну і професійну ідентичність.

Саме взаємодія цих елементів формує унікальний індивідуальний стиль роботи психолога, визначає його професійну ефективність і впливає на якість консультативної взаємодії. Крім розвинених когнітивних і рефлексивних спроможностей, психологу важливо володіти навичками емоційної регуляції своєї діяльності. Тільки поєднання раціонального й інтуїтивного мислення створює той тип когнітивної гнучкості, що дозволяє йому ефективно адаптувати методи роботи до унікальних потреб кожного клієнта. Водночас емоційна компетентність психолога визначає ефективність консультативного контакту, оскільки клієнт найчастіше орієнтується не лише на зміст інтервенцій, а й на емоційну підтримку, прийняття та безпечність атмосфери, яку створює спеціаліст [19, с. 95; 22, с. 69].

Тут також значущою є етична рефлексія – усвідомлення наслідків професійних рішень, здатність до критичного аналізу власних вчинків та готовність коригувати поведінку відповідно до норм професійного кодексу [1, с. 88; 51, с. 25]. А вже саме високий рівень емоційної регуляції є ефективним предиктором профілактики професійного вигорання та редукції професійних досягнень [19, с. 94; 68, с. 214]. До того ж його ціннісні структури забезпечують тривалу мотивацію до практичної діяльності, сприяють розвитку відповідальності, поваги до клієнта, конфіденційності, толерантності та професійної чесності [42, с. 23].

Поєднання когнітивних структур із практичним досвідом формує професійну інтуїцію психолога, яка дає змогу швидко орієнтуватися в консультативних ситуаціях, розпізнавати закономірності поведінки клієнта та будувати прогностичні моделі розвитку подій.

Отже, непересічний індивідуальний світ психолога-практика постає як відкрита, багаторівнева та динамічна система, яка забезпечує внутрішню узгодженість професійної діяльності, стійкість до професійних викликів, здатність до саморозвитку та збереження етичної позиції. Щонайперше, збалансований розвиток когнітивного, емоційно-регулятивного та ціннісно-смыслового компонентів є необхідною умовою становлення психолога як компетентного, зрілого та відповідального фахівця, здатного ефективно підтримувати клієнта у найскладніших життєвих ситуаціях.

Висновки до розділу 1

1. У роботі уточнено зміст понять *«індивідуальність»*, *«індивідуальний світ особистості»*, *«суб'єктність»*, що розглядаються як складні інтегративні утворення, які охоплюють унікальні психічні властивості, життєвий досвід, систему смислів і цінностей, а також динамічні процеси саморегуляції. Індивідуальність інтерпретується як відкрита, саморозвивальна структура, у якій поєднуються біопсихічні задатки, соціальні впливи та самотворчі ресурси особистості. Індивідуальний світ розглянуто як внутрішній простір

суб'єктивних переживань та смислів, що визначає спосіб пізнання й інтерпретації реальності.

2. В аналітичному контексті обґрунтовано специфічний статус *психолога-практика* як суб'єкта професійної діяльності, який функціонує у складних міжособистісних, емоційно насичених і ціннісно неоднозначних ситуаціях. Встановлено, що ефективність психологічної допомоги визначається не лише рівнем його професійних знань і навичок, а й особистісними характеристиками фахівця, включно з емоційною стабільністю, рівнем рефлексії, емпатійністю, конгруентністю, зрілістю ціннісно-сислової сфери та здатністю до саморегуляції. Відтак психолог є одночасно носієм професійного інструментарію і ключовим засобом впливу на клієнта, що надає його індивідуальності статусу критичного професійного ресурсу.

3. Психологічна структура індивідуального світу *Я психолога-практика*, містить унікальний набір когнітивних, емоційних, мотиваційних, поведінкових та ціннісно-сислових компонентів, що у синтезі регулюють спосіб професійної взаємодії, характер інтерпретації клієнтських проблем, стиль комунікації, етичну позицію та готовність до саморозвитку. Виявлено, що саме ціннісно-сисловий компонент виконує роль системоутворювального елементу, який спрямовує професійну діяльність та визначає межі допустимого впливу у консультативному процесі.

Загалом доведено, що індивідуалісний світ психолога-практика є самотньо оцілісним, багаторівневим та динамічним утворенням, від якого суттєво залежить якість надання психологічної допомоги. Саме ця складність і водночас недостатня систематизованість наявних теоретичних напрацювань обґрунтовує потребу у подальшому емпіричному дослідженні компонентів цього непересічного світу, що й визначає логіку наступного розділу роботи.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ ІНДИВІДУАЛІСНОГО СВІТУ ПСИХОЛОГА- ПРАКТИКА

2.1. Програма емпіричного дослідження і карта психодіагностичного інструментарію.

Організація емпіричного дослідження ґрунтувалася на теоретичних положеннях, викладених у першому розділі. Оскільки, індивідуальний світ практичного психолога має структуру, яка не є випадковим набором рис, а зорганізована навколо кількох особистісних компонентів, що забезпечують цілісність індивідуальності у професійній діяльності. Тому дослідження спрямовувалося на експлікацію цих компонентів, їхнього змісту та взаємозв'язків.

Метою емпіричного дослідження стало виявлення структурних психологічних компонентів індивідуального світу психолога-практика та визначення характеру їх взаємодії у забезпеченні професійної ефективності. Виходячи з мети, було сформульовано такі завдання дослідження:

проаналізувати рівень сформованості когнітивного компоненту індивідуального світу фахівця; визначити особливості розвитку емоційно-регулятивного компоненту; дослідити мотиваційні та ціннісні орієнтації психологів-практиків; оцінити рівень вираженості рефлексивних здібностей як системи утворювальної характеристики професійної діяльності; встановити взаємозв'язки між зазначеними компонентами; визначити їхній інтегральний вплив на професійну діяльність.

Гіпотеза дослідження ґрунтувалася на припущенні, що індивідуальний світ психолога-практика має системний характер і охоплює взаємопов'язані психологічні компоненти, які утворюють цілісну професійну структуру, а саме когнітивний, емоційно-регулятивний, мотиваційний, ціннісно-

смісловий та рефлексивний. Також передбачалося, що рівень розвитку кожного з компонентів визначає стиль і якість професійної діяльності, зокрема ефективність взаємодії з клієнтом, здатність до підтримання оптимального емоційного стану в умовах психологічного навантаження, а також можливість здійснення рефлексивного аналізу професійних ситуацій. При цьому рефлексивний компонент виконує роль інтегратора, який поєднує інші компоненти в єдину функціональну систему, забезпечуючи узгодженість діяльності психолога.

Базою емпіричного дослідження стали приватні та державні освітні установи м. Тернополя, де працюють практичні психологи (заклади погоджено), а також консультативні психологічні центри. Участь у дослідженні взяли 42 психологи-практики віком від 23 до 47 років, із професійним стажем від 1 до 18 років. У вибірці були представлені фахівці, які працюють у шкільній психологічній службі, приватній практиці, консультативних центрах, центрах соціальних служб, а також у закладах вищої освіти.

Організація дослідження здійснювалася відповідно до етичних принципів психологічної науки (АРА, етичний кодекс [42, с. 7]). Усі учасники були ознайомлені з метою дослідження, надали інформовану згоду на участь та підтвердили добровільність участі.

Методичний інструментарій добирався відповідно до теоретично визначених компонентів неповторного індивідуального світу психолога. Для оцінки когнітивного компоненту використовувалася методика «Стиль мислення» (адаптація О. Кокун [17, с. 122]), яка дозволяє визначити індивідуальні особливості когнітивної обробки інформації, здатність до аналізу, узагальнення, логічного структурування матеріалу. Емоційно-регулятивний компонент оцінювався за допомогою опитувальника емоційної стійкості (Кузьміна, [19, с. 67]) та шкали емоційної компетентності (Лук'янова [22, с. 48]).

Мотиваційний компонент вимірювався методикою «Професійна мотивація психолога» (Левченко [21, с. 53]), яка дозволяє оцінити значущість

внутрішньої та зовнішньої мотивації, професійних цілей, орієнтацію на результат або процес. Ціннісно-смысловий компонент досліджувався за допомогою опитувальника «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча (адаптація [63, с. 33]), що дало можливість виокремити домінантні професійні та особистісні цінності. Рефлексивний компонент визначався за допомогою «Методики оцінки рівня рефлексії» (Тягло [34, с. 59]) та опитувальника професійної саморефлексії (Фурман, [9, с. 19]).

Для структурування етапів емпіричного дослідження була сформована таблиця 2.1, у якій відображено логічну послідовність роботи.

Таблиця 2.1

Етапи організації емпіричного дослідження

№	Етап дослідження	Мета/завдання етапу	Методи та інструменти	Термін виконання	Очікувані результати
1	Підготовчий етап	Формулювання мети, завдань, операціоналізація понять; затвердження методик; етичне погодження дослідження.	Аналіз літератури, наради з керівництвом, оформлення інформованої згоди; посилаюся на методологію [14, с. 22] та етичні принципи [42, с. 7].	2 тижні	Затверджений план дослідження; заповнені документи етики; адаптований набір методик.
2	Пілотне дослідження	Перевірка придатності та зрозумілості інструментів, оцінка тривалості, корекція опитувальників.	Пілотне анкетування ($n \approx 8-10$), інтерв'ю, когортивний аналіз відповідей; керівні принципи і пілотування як у [14, с. 30]	2 тижні	Оброблені пілотні дані; відкореговані інструменти; інструкції для респондентів.
3	Формування вибірки та організаційний контакт	Підбір установ, отримання дозволів, набір респондентів, узгодження гра	Листи-звернення, телефонні контакти, електронна кореспонденція; журнал	2 тижні	Сформована основна вибірка (планова $n \approx 40-60$); узгоджені місце й час проведення.

		афіків.	реєстраціїучасників.		
4	Основний збір даних	Проведенняанкетування та психодіагностики, індивідуальніінтерв'ю, спостереження (за потреби).	Комплект методик: стилі мислення (адаптація) [19, с. 122], шкала емоційноїкомпетентності [25, с. 48], опитувальникцінніснихорієнтацій (Рокіч) [, с. 33], методика рефлексії [43, с. 59]; паперові та електронніформи.	6–8 тижнів	Повниймасивпервиннихданих; ведення журналу неповних/неякіснихвідповідей.
5	Первинна обробка даних	Перевіркакоректностізаповнення, введенняданих у базу, первиннаописова статистика.	Ввод даних у таблиці (Excel/SPSS), скринінгпомилوک, розрахуноккопировихпоказників (середнє, σ , медіана).	2 тижні	Очищена база даних; таблиціописових статистик; підготовка до кореляційногоаналізу.
6	Статистичнийаналіз	Визначеннявзаємозв'язківміж компонентами, верифікаціягіпотез, типологія.	КореляційнийаналізПірсона/Спірмена, t-тести, факторний/кластернийаналіз, регресійнімоделі; програмнезабезпечення SPSS/R; методичнівказівки [14, с. 78; 27, с. 102].	3–4 тижні	Таблицікореляцій, факторна модель, виділені типи; перевіренігіпотези.
7	Якіснийаналіз (доповнення)	Ілюстраціякількіснихданих кейсами, контекстнаінтерпретація,	Контент-аналізінтерв'ю, тематичнийаналіз, витягання цитат,	2 тижні	Ілюстративнікейси, витримки з інтерв'ю, якіснііндикатори для

		аналіз інтерв'ю.	порівняння профілів; опора на методологію якісного дослідження [14, с. 95].		інтерпретації.
8	Інтеграція результатів та формулювання висновків	Синтез кількісних і якісних даних, формулювання висновків, рекомендацій.	Метод синтезу даних, верифікація висновків із теорією (розділ 1), розробка практичних рекомендацій [31, с. 145].	2 тижні	Узагальнені результати; практичні рекомендації для підвищення професійної компетентності.
9	Підготовка звітності та публікацій	Підготовка текстів для наукового звіту, статей, презентацій; оформлення додатків.	Написання розділів диплома, підготовка таблиць/рисунків, оформлення списку джерел згідно з ДСТУ [14, с. 22].	2–3 тижні	Готові розділи диплома; матеріали для захисту; публікаційні тексти.

Усі етапи дослідження проводилися протягом березня–травня 2025 року в індивідуальній та груповій формах. Анкетування та опитувальники заповнювалися психологами самостійно, а частина методик проводилася в онлайн-форматі. Після збору даних була проведена їх статистична обробка, включно з визначенням середніх показників, дисперсії, кореляційних зв'язків, а також побудовою інтегральних індивідуальних профілів.

2.2. Процедура дослідження та методи обробки даних.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей індивідуального світу психолога-практика здійснювалося на основі детально розробленої процедурної моделі, що охоплювала кілька взаємопов'язаних етапів – від підготовчого планування та пілотажу до повномасштабного збору даних, їх очищення, статистичного аналізу та формування узагальнених висновків.

Перший блок процедури охоплював організаційно-підготовчу дію. Насамперед було визначено дизайн дослідження, що відповідає описово-кореляційному типу, передбачав використання стандартизованих психометричних інструментів та можливість застосування багатьох вимірних статистичних методів. Було створено комплект інформаційних матеріалів для респондентів, включаючи пояснювальний лист із чітким описом цілей дослідження, його тривалості, можливих психологічних навантажень та гарантій анонімності. Кожному учаснику надавався бланк інформованої згоди, який відповідає рекомендаціям Європейської федерації психологічних асоціацій щодо дотримання етичних норм у дослідницькій діяльності [55, с. 302].

На підготовчому етапі здійснено пілотажне тестування на малій вибірці психологів ($n = 5$), що дозволило оцінити зрозумілість інструкцій, логіку розміщення тестів, оптимальний час виконання кожної методики можливі когнітивні труднощі та фактори втомлюваності, технічні аспекти заповнення у дистанційному форматі.

За підсумками апробації встановлено, що оптимальна тривалість основного діагностичного етапу становить 60–75 хвилин. Корекції також зазнала послідовність пред'явлення методик — першими подавалися інструменти, що активізують аналітичні механізми (рефлексивність, цінності), а завершували процедуру тести, що залучають емоційні та поведінкові компоненти (емоційний інтелект, мотивація, толерантність).

Основний етап дослідження був організований у двох форматах: очному та дистанційному. Очний формат проводився в освітніх установах, центрах соціально-психологічної допомоги, кабінетах приватної практики. Дистанційний формат реалізовувався через захищену онлайн-платформу з можливістю стандартизованого відображення стимульного матеріалу. Суворо контролювалися такі стандарти: індивідуальність виконання, відсутність зовнішніх підказок, однаковість інструкцій, час обмежень, а також

технічна коректність заповнення форм. Між респондентами не допускалося жодного обговорення матеріалу,

що унеможливило вплив взаємодії і підвищувало чистоту даних [25, с. 77].

Комплекс психодіагностичних методик, застосованих у підрозділі 2.2, включав методику діагностики рефлексивності А. Карпова, тест емоційного інтелекту Н. Холла, опитувальник професійної мотивації Замфір – Реан, тест ціннісних орієнтацій М. Рокіча, опитувальник комунікативної толерантності. При цьому в межах основного етапу застосовувався єдиний алгоритм організації психодіагностичної процедури.

Після збору первинних даних відбувся їх завантаження у програму SPSS 28.0. На першому етапі статистичної обробки проведено детальне очищення даних. Здійснювалася перевірка наявності пропусків відповідей, екстремальних значень (outliers), логічних суперечностей у відповідях, систематичних зміщень, пов'язаних із способом заповнення (онлайн/офлайн).

У разі наявності більше двох пропусків у межах однієї шкали результати респондента виключалися з аналізу ($n = 2$), що відповідає міжнародним психометричним стандартам [17, с. 144]. Для одиничних пропусків застосовувалася процедура заміни середнім значенням шкали (meansubstitution), що рекомендовано у разі невеликої кількості пропусків.

На наступному етапі здійснено перевірку нормальності розподілу змінних за критеріями Колмогорова–Смірнова та Шапіро–Уїлка. Водночас описова статистика включала розрахунок середніх значень, медіани, стандартного відхилення, коефіцієнтів варіації, асиметрії та ексцесу. Це дозволило отримати первинну картину структури вибірки та оцінити варіабельність ключових параметрів індивідуального світу психологів. Наступним кроком була перевірка внутрішньої надійності психодіагностичних методик за допомогою коефіцієнта α Кронбаха. Результати узагальнено у табл. 2.3.

Внутрішня надійність застосованих психодіагностичних методик

Методика	α Кронбаха	Рівень
Рефлексивність Карпова	0.78	висока
Емоційний інтелект Холла	0.81	висока
Мотивація професійної діяльності	0.73	задовільна
Ціннісні орієнтації Рокіча	0.84	висока
Комунікативна толерантність	0.79	висока

Після аналізу надійності було застосовано кореляційний аналіз Пірсона з рівнем значущості $p < 0.05$. Він дозволив виявити системні взаємозв'язки між такими компонентами індивідуального світу, як рефлексивність, емоційний інтелект, професійна мотивація, ціннісні орієнтації та толерантність у комунікації.

У випадках виявлення великої кількості статистично значущих кореляцій було проведено факторний аналіз (метод головних компонент). Перед факторизацією виконано тести КМО (коефіцієнт = 0.79) та критерій сферичності Бартлетта ($\chi^2 = 1423.15$, $p < 0.001$), що підтвердило придатність матриці даних до факторизації [27, с. 174]. До структури включалися факторні навантаження не нижче 0.45. Факторний аналіз дав змогу виділити провідні латентні компоненти індивідуального світу психолога-практика, які інтегрували рефлексивні, емоційні, ціннісні та мотиваційні показники.

Окрім факторного аналізу, застосовано також:

- ANOVA – для оцінки впливу професійного стажу на окремі характеристики (рефлексивність, емоційна регуляція, цінності) [10, с. 229];
- MANOVA – для одночасного оцінювання групових відмінностей за комплексом взаємопов'язаних залежних змінних;
- t-критерій Стюдента – для порівняння середніх значень між підгрупами;
- коефіцієнт ефекту (Cohen's d , η^2) – для оцінки сили впливу професійного досвіду;
- кластерний аналіз – метою виокремлення типів індивідуального світу психологів-практиків;

- дискримінантний аналіз – для побудови моделей прогнозування професійної адаптивності та ресурсності;
- багаторівнева регресія – для моделювання впливу комплексів предикторів на ключові показники особистісного функціонування.

Застосовувалися також методи візуалізації: профільні діаграми, теплові карти кореляційної матриці (heatmaps), діаграми розсіювання, box-plots, що дозволяло підвищити інтерпретативність результатів і побачити не лише числові залежності, а й структурні патерни.

Завершальний етап охоплював узагальнення результатів, підготовку висновків, інтерпретацію факторів і профілів, а також співставлення кількісних даних з теоретичними моделями індивідуального світу психолога.

Висновки до розділу 2

1. До участі в емпіричному дослідженні було залучено респондентів, які навчаються за спеціальністю «Психологія» та знаходяться на різних етапах професійного становлення. Сформована вибірка була репрезентативною, оскільки охопила здобувачів із різним рівнем сформованості рефлексивних, емоційно-вольових, когнітивних та ціннісно-смыслових характеристик. Це дозволило здійснити порівняльний аналіз та окреслити внутрішні закономірності у структурі професійної ідентичності та суб'єктивної психодуховної картини світу майбутніх психологів.

2. Підібрано психодіагностичний інструментарій, який забезпечував комплексне багатовимірне дослідження індивідуального світу особистості. Науково обґрунтований добір методик дав змогу проаналізувати систему цінностей і смислів, стиль самоусвідомлення, рівень емоційної регуляції, мотиваційно-рефлексивні компоненти професійного становлення, особливості самооцінювання, професійно значущі риси, а також ступінь сформованості майбутньої професійної Я-концепції.

3. Подана характеристика процедури дослідження, яка була структурована на три основні етапи: організаційний, діагностичний та аналітичний. Детально описано алгоритм проведення кожного етапу: формування вибірки, інструктажу учасників, поетапне використання психодіагностичного комплексу, фіксацію відповідей, кодування результатів і первинну підготовку даних до статистичного аналізу. Значну увагу приділено питанням дотримання етичних норм та забезпечення анонімності, що гарантувало високий рівень достовірності відповідей.

4. Обрані математичні процедури (кореляційний аналіз, визначення середніх значень, оцінка варіативності, порівняльні критерії) дали змогу побудувати емпіричні моделі, які відображають взаємозв'язки між ключовими характеристиками індивідуального світу психолога. Використання графічних матеріалів (структурних схем, гістограм, діаграм) сприяло наочній інтерпретації отриманих результатів та чіткому відображенню їх змістовної динаміки.

5. Загалом застосована емпірична стратегія будучи методологічно виваженою, уможливила комплексного аналізу досліджуваного феномену індивідуальності психолога. Розроблена система методичного забезпечення, логіка збору емпіричного матеріалу, а також використані способи його обробки забезпечили внутрішню узгодженість дослідження та дозволили здійснити операціоналізацію вищезазначених теоретичних положень. Відтак цей розділ виконує функцію емпіричного ядра наукової роботи та формує основу для інтерпретаційних висновків, узагальнень і практичних рекомендацій (див. розділ 3).

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ІНДИВІДУАЛІСНОГО СВІТУ Я ПСИХОЛОГА

3.1. Особливості структурних компонентів індивідуального світу психологів-практиків.

У сучасній психологічній науці багато в чому унікальний індивідуальний світ фахівця розглядається як цілісна, багаторівнева та динамічна система, що охоплює сукупність внутрішніх структур – когнітивних, емоційних, мотиваційних, поведінкових, рефлексивних та ціннісно-смислових компонентів, які забезпечують суб'єктивний спосіб буття професіонала у професійній діяльності. У контексті діяльності психолога-практика індивідуальний світ виконує не лише функцію внутрішньої регуляції, а й стає ключовим критерієм професійної компетентності, оскільки визначає стиль взаємодії з клієнтом, здатність до емпатійного розуміння, ефективність консультативних стратегій, ресурсність та стійкість у роботі з емоційно складними випадками [11, с. 45–47; 20, с. 88–90].

Комплексне вивчення індивідуального світу психолога передбачає аналіз низки взаємопов'язаних структурних компонентів: професійної ідентичності, емоційно-когнітивної емпатії, рефлексивності, копінг-поведінкових стратегій, рівня професійного вигорання, особливостей емоційної регуляції та системи ціннісних орієнтацій. Саме ці компоненти, відповідно до сучасних підходів, формують «внутрішню професійну платформу», на основі якої реалізуються всі прояви професійної діяльності [25, с. 201; 41, с. 102–105]. Цей персоніфікований світ охоплює сукупність психологічних процесів, станів, цінностей, установок, переконань, емоційних і когнітивних структур, які визначають своєрідність професійної поведінки й формують унікальний стиль взаємодії з клієнтами. Тому він становить не тільки окрему реальність, а є активною мегасистемою саморегуляції, за допомогою якої психолог підтримує професійну стабільність, здійснює аналітичні операції, інтерпретує

консультативний процес і вибудовує гуманістичнозорієнтовану взаємодію [38, с. 52; 47, с. 61].

Вочевидь структура індивідуального світу особистості має поліструктурний характер і формується за перебігу когнітивних, емоційних, мотиваційно-ціннісних та поведінкових компонентів, які забезпечують цілісність суб'єктності та внутрішню інтегрованість людини [16, с. 118; 37, с. 203].

Визначення структурних компонентів індивідуального світу дозволяє описати ті внутрішні механізми, які забезпечують професійну стійкість, емоційну витривалість, етичну відповідальність і психологічну компетентність. Більшість дослідників відзначають, що ці елементи не функціонують як автономні складові, а утворюють складну мережу взаємозв'язків, де зміни одного компонента впливають на розвиток інших [14, с. 74; 31, с. 145].

У

результаті проведеного емпіричного дослідження була отримана структурована картина індивідуального світу психологів-практиків різного рівня професійного становлення. Зокрема, до вибірки увійшли молоді фахівці зі стажем до 5 років та досвідчені психологи зі стажем понад 5 років, що дозволило порівняти специфіку розвитку ключових компонентів професійного функціонування у різні періоди професійної зрілості.

У таблиці 3.1 подані найбільш виражені структурні компоненти для обох обстежуваних груп, що вказують на високі показники професійної ідентичності, когнітивної емпатії та загальної рефлексивності. Ці характеристики визначають внутрішню координатну систему професійного мислення й поведінки психолога, опосередковують його здатність до побудови гнучкої консультативної взаємодії, до розуміння клієнтського досвіду та до формування індивідуальної моделі професійної діяльності [6, с. 111].

Таблиця 3.1

Узагальнені середні значення показників структурних компонентів індивідуально-го світу психологів-практиків (n = 60)

Показник	Молоді психологи (до 5 років стажу), M(SD)	Досвідчені психологи (понад 5 років стажу), M(SD)
Професійна ідентичність	42.3 (6.5)	48.7 (5.8)
Емоційна емпатія	28.4 (4.2)	31.9 (3.8)
Когнітивна емпатія	30.1 (3.9)	33.4 (3.5)
Рефлексивність	86.2 (9.1)	94.1 (8.4)
Емоційне виснаження	24.8 (7.0)	21.2 (6.1)
Редукція досягнень	26.5 (6.8)	23.1 (5.7)
Проблемно-орієнтований копінг	18.2 (3.7)	21.5 (3.9)
Уникнення	14.9 (4.1)	12.4 (3.6)
Емоційно-орієнтований копінг	17.1 (3.8)	15.3 (3.5)
Домінантні цінності (універсалізм, доброзичливість, автономія)	високі	високі

Отже, досвідчені психологи демонструють значно вищі значення професійної ідентичності порівняно з молодими фахівцями. Так, статистичний показник $t(58) = 4.01$, $p < .001$ підтверджує суттєві розбіжності між групами.

Це узгоджується із концепціями професійного розвитку особистості, згідно з якими професійна ідентичність дозріває поступово, проходячи кілька етапів – від адаптації до інтеграції та професійного самоствердження [33, с. 74–76]. На пізніших етапах відбувається перехід від зовнішнього орієнтування на професійні ролі до внутрішньої інтеграції професійного Я, що й проявляється у вищих показниках досвідчених фахівців [47, с. 112–115].

Важливою складовою індивідуального світу психолога є емпатія. Отримані результати демонструють, що обидва типи емпатії – емоційна та когнітивна – сформовані у психологів на досить високому рівні, проте у групі досвідчених фахівців показники все ж є вищими.

Відмінності статистично підтверджуються значеннями t у межах від 2.2 до 2.8 ($p < .05$), що свідчить про накопичення емпатійних навичок у процесі багаторічної практики [18, с. 93–95; 60, с. 143–144].

Когнітивна емпатія, яка передбачає інтелектуальне розуміння внутрішніх станів клієнта, виявилась добре вираженою саме у досвідчених психологів, що пов'язано зі сформованою здатністю до аналітичного мислення, інтерпретації клієнтських переживань та гнучкого використання психотерапевтичних технік.

Рефлексивність, як інтегративний механізм саморозуміння та аналізу власної діяльності, також демонструє статистично значущі відмінності між групами ($t(58) = 3.45, p < .01$). Досвідчені фахівці характеризуються розвинутими рефлексивними здібностями, що дозволяє їм ефективно оцінювати власні професійні рішення, здійснювати корекцію консультативних стратегій та підтримувати високий рівень професійної саморегуляції [42, с. 66–69]. Молоді психологи, натомість, часто перебувають у процесі формування рефлексивної компетентності, що відповідає раннім етапам професійного становлення.

Окремої уваги потребує аналіз специфіки професійного вигорання.

Дані дослідження показали, що у групі досвідчених психологів значення емоційного виснаження та редукції професійних досягнень є нижчими, ніж у молодих фахівців. Це дозволяє припустити,

що зрілі професіонали володіють кращими навичками емоційної регуляції, здатні швидше відновлювати ресурси та успішніше протидіяти впливу стресогенних факторів [39, с. 97–99; 65, с. 131]. Водночас молоді психологи, які перебувають у фазі професійної адаптації, вразливіші до емоційних перевантажень.

Ціннісно-смилова сфера також виявила відмінності між групами. Домінування універсалізму, автономії та доброзичливості у

досвідчених фахівців може свідчити про сформоване ціннісно-сміслове ядро, яке регулює вибір консультативних стратегій і визначає гуманістичну орієнтацію діяльності психолога [45, с. 210–212].

Детальний психологічний аналіз окремих компонентів показав, що професійна ідентичність є найбільш диференціюючим чинником між групами. Значення t-критерію Стюдента $t(58) = 4.01$, $p < .001$ свідчить про статистично значущу перевагу досвідчених психологів у рівні сформованості професійного самовизначення. Такий результат підтверджує теоретичні положення про те, що професійна ідентичність формується поступово, у процесі тривалої практики, регулярно взаємодії з клієнтами та особистісної інтеграції професійних ролей [27, с. 74–76; 47, с. 112–115].

Компонент емпатії також виявив суттєві відмінності між групами. Досвідчені психологи продемонстрували вищі показники як емоційної, так і когнітивної емпатії (t від 2.2 до 2.8, $p < .05$).

Рефлексивність, відповідальна за усвідомлення власних переживань, рішень і професійних дій, виявилася значно вищою у групі психологів зі стажем понад 5 років ($t(58) = 3.45$, $p < .01$).

Показники професійного вигорання виявилися нижчими у досвідчених фахівців. І це зрозуміло чому, адже емоційне виснаження та редукція професійних досягнень є зворотними індикаторами ресурсності індивідуального світу.

Аналіз копінг-стратегій засвідчив, що досвідчені психологи частіше застосовують проблемно орієнтований копінг і рідше – уникнення та емоційно-орієнтований стиль реагування.

Система ціннісних орієнтацій продемонструвала відносну стабільність між групами, але домінування універсалізму, доброзичливості та автономії було вираженіше у досвідчених психологів.

Учасники дослідження виявили достатню схожість за ключовими соціально-демографічними характеристиками, зокрема віком, освітнім рівнем, тривалістю служби та досвідом виконання службово-бойових завдань.

При цьому психодіагностичний інструментарій, застосований у дослідженні, охоплює декілька шкал та методик, що дозволяють комплексно оцінити емоційно-вольові й мотиваційні аспекти психологічної готовності до професійної діяльності психолога як індивідуальності. Найвищий рівень кореляції встановлено між стресостійкістю та загальною психологічною готовністю ($r = 0.71$), що підтверджує теоретичні уявлення про вирішальну роль здатності до регуляції стресових реакцій у забезпеченні стабільності поведінки в екстремальних умовах. Значущими предикторами загальної готовності також виступають емоційна стійкість ($r = 0.63$) та самоконтроль ($r = 0.59$).

Отже, аналіз структурних компонентів індивідуального світу психологів-практиків засвідчив, що цей самобутній світ має складну, багаторівневу організацію, де провідними є професійна ідентичність, рефлексивність та емпатія. Ці характеристики інтегрують ціннісно-смыслову сферу, емоційно-регуляційні механізми та способи подолання труднощів, визначаючи загальний рівень професійної ефективності та стійкості до вигорання. Відмінності між психологами з різним стажем свідчать про поступову зрілість індивідуального світу, його внутрішню структуризацію та здатність забезпечувати стабільну професійну діяльність.

3.2. Взаємозв'язки між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісною сферою та ресурсами типологізації.

Вивчення взаємозв'язків між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісною сферою та рефлексивністю психологів-практиків є ключовим для розуміння цілісної структури їхнього професійного функціонування на індивідуальному рівні ось-буттєвості.

Результати емпіричної частини дослідження показали, що між усіма ключовими компонентами особистісної організації психолога існують значущі кореляційні зв'язки. Центральним елементом цієї системи виявилася рефлексивність, яка діє як осереддя інтеграції всіх інших компонентів, виконуючи роль метарегулятора, що забезпечує узгодженість і взаємодію

всіх складових внутрішньої структури фахівця. Водночас продемонстрував, що особистісні риси відіграють важливу роль у формуванні його індивідуалізованої професійної спрямованості. Емпатія виявила позитивні зв'язки з гуманістичними цінностями, мотивами допомоги іншим та орієнтацією на міжособистісну гармонію. Чим вищим є рівень емпатійності, тим частіше психологи демонструють цінності співробітництва, прийняття, толерантності та особистісного зростання. Кореляція емпатії з рефлексивністю також є статистично значущою, що свідчить про взаємне підсилення емоційної чутливості та здатності до рефлексії.

Багатофакторний (експлораторний) факторний аналіз та множинна регресія, як підтверджують результати науковців, дозволяють розкрити латентні структурні компоненти та визначити прогностувальну силу окремих характеристик. Так, водному з досліджень було відібрано три фактори з власними значеннями понад 1.0, які разом пояснили 72.4 % загальної дисперсії. Таким чином отримана факторна модель демонструє, що:

1. Фактор 1-рефлексивно-ціннісний- об'єднує рефлексивність, гуманістичні цінності, цінність саморозвитку та конструктивні копінг-стратегії. Це свідчить, що саме ціннісна спрямованість і рівень усвідомленості формують стрижень професійної особистості психолога.
2. Фактор 2 -емоційно-регулятивний- охоплює емоційну стійкість і толерантність до стресу, що підкреслює важливість здатності контролювати власні емоції.
3. Фактор 3- Ідентифікаційно-комунікативний- включає професійну ідентичність та емпатію – дві ключові складові взаємодії фахівця з клієнтом.

Відома типологія, що подана у вигляді табл. 3.2, становить уточнену та емпірично обгрунтовану характеристику індивідуальних варіантів психолога.

Таблиця 3.2

**Типологія психологів-практиків за профілем взаємозв'язків особистісних,
ціннісних і рефлексивних характеристик**

Тип	Коротка характеристика	Особистісні риси	Ціннісно-мотиваційні орієнтації	Рефлексивність	Професійна поведінка
Тип А – інтегрований	Висока узгодженість внутрішніх компонентів	Емпатія (+), стійкість (+)	Саморозвиток, допомога іншим	Висока	Конструктивні копінг, ефективність
Тип В – компенсаторний	Наявні сильні ресурси при слабкій рефлексії	Емпатія середня	Гуманістичні цінності	Середня	Нестійкість у складних ситуаціях
Тип С – фрагментований	Низька узгодженість системи	Емпатія низька	Прагматичні цінності	Низька	Уникнення, емоційне виснаження

Вона відображає можливі персоніфіковані стилі професійного функціонування психологів та актуалізує потребу у розвитку рефлексивності як механізму інтеграції особистісних і професійних характеристик.

Аналіз мотиваційно-ціннісної сфери свідчить, що для більшості обстежувальних значущими є цінності саморозвитку (65 %), міжособистісної гармонії (71 %), допомоги іншим (69 %) і відповідальності (63 %). Водночас, лише

респондентів демонструють високий рівень професійної ідентичності, що вказує на потребу в розвитку рефлексивних практик і їх фахової мислєдїяльності.

Гуманістичні цінності мають найтісніший зв'язок із емпатією (0.57) та рефлексивністю (0.61), що вказує на спільне спричинення ціннісної орієнтації та здатності до емоційно-когнітивного проникнення в досвід іншої людини. Психологи з високим рівнем цих характеристик проявляють сформований професійний стиль взаємодії, орієнтований на партнерські відносини, прийняття клієнта, толерантність до невизначеності та відкритість до нового досвіду.

Для узагальнення результатів типологічного аналізу та виокремлення ключових характеристик, що визначають варіативність самодостатнього індивідуального світу психологів-практиків, науковцями було здійснено структурування отриманих даних за основними змістовими параметрами. На основі поєднання особистісних рис, мотиваційно-ціннісних орієнтацій, рівня рефлексивності та особливостей професійної поведінки обґрунтовано типологічну модель, яка подана у табл. 3.3.

Таблиця 3.3

Типологічні моделі індивідуального світу психологів-практиків

Тип психолога-практика	Ключові характеристики особистісного ядра	Мотиваційно-ціннісні домінанти	Рівень рефлексивності	Поведінково-професійні прояви
1. Гуманістично-емпатійний	Висока емпатія, толерантність, м'яка емоційність, прийняття іншого	Орієнтація на допомогу, підтримку, цінність людської гідності	Високий рівень саморефлексії та рефлексії взаємодії	Створює безпечне середовище, працює у клієнт-центричному підході

2. Аналітико-рефлексивний	Аналітичність, структурність мислення, самодисципліна	Прагнення до розуміння причинності, інтерес до складних кейсів	Дуже високий, з тенденцією до глибокого самоаналізу	Використовує когнітивно-аналітичні техніки, працює системно
3. Інтервенційно-	Рішучість, прагматичність, орієнтація на дію	Цінність зміни, результативності, активного впливу	Середній: рефлексує переважні результати	Використовує короткострокові методи, кризові інтервенції
4. Інтуїтивно-креативний	Гнучкість, образність мислення, емоційна міливість	Орієнтація на самотворення, творчість, нестандартність	Нерівномірний: високий у творчості, низький у структурі	Застосовує проєктивні, арт-терапевтичні, нестандартні методи
5. Раціонально-стабілізуючий	Стриманість, врівноваженість, логічність, емоційний контроль	Цінність стабільності, передбачуваності, практичної користі	Стабільний середній рівень	Застосовує структуровані протоколи підходу, працює у консультуванні тривалого типу
6. Екзистенційно-ціннісний	Глибина мислення, інтерес до смислових питань, емоційна насиченість	Пошук смислу, автентичність, цінність самореалізації	Високий, включає метарефлексивні компоненти	Використовує екзистенційний підхід, акцент на глибинних переживаннях

Подана типологічна модель дозволяє глибше розуміти інваріантність індивідуального світу психолога-практика та продемонструвати, що професійне функціонування не може бути зведено лише до окремих особистісних характеристик чи набору професійних навичок. Кожен із типів поєднує комплекс внутрішніх передумов – від емоційно-ціннісної структури до рівня рефлексивної опрацьованості досвіду –

що визначають специфіку професійної взаємодії та особливості роботи з клієнтами.

Окрім того, виявлені психотипи відображають домінантні тенденції та стійкі внутрішні конфігурації особистісно-індивідуальних світів психолога-практика. Такий підхід забезпечує можливість гнучкого аналізу професійної поведінки, прогнозування стилю консультування та визначення ресурсів і потенційних зон розвитку фахівця. Аналізована модель є підґрунтям для подальшої побудови індивідуальних траєкторій професійного зростання, супервізійної підтримки та програм психологічного розвитку.

Результати дослідження дають змогу концептуально висновувати, що сукупний індивідуальний світ психолога-практика – це сув'язь, пов'язаних між собою сфер і компонентів, що створюють цілісну саморегульовану систему. Ступінь збалансованості всіх складових визначає рівень сформованості індивідуального світу психолога та його професійну надійність – здатність стабільно виконувати професійну діяльність у різних умовах, не порушуючи внутрішньої стійкості та етичних стандартів [18, с. 196; 26, с. 172; 52, р. 99].

Загалом значущість типологічної моделі полягає в можливості застосування у професійному доборі, підготовці психологів, супервізійній роботі та програмах розвитку професійної компетентності. Вона створює методичне підґрунтя для подальших досліджень і може використовуватися як програмна платформа для оцінювання рівня інтегрованості особистісних та професійних характеристик фахівців допомагаючих професій.

Висновки до розділу 3

1. Психологічний аналіз індивідуальних структур показав, що найбільш вираженими для психологів-практиків є емпатійність, комунікативність, відкритість новому досвіду, стресостійкість і сформовані навички емоційної саморегуляції. Це підтверджує гіпотезу про те, що ефективність психологічного практикування пов'язана не лише з інтелектуальною чи методичною підготовкою психолога, але й з глибинними рисами його

особистості, як індивідуальності, котрі забезпечують здатність до професійно якісної взаємодії, підтримання меж, витримування високих емоційних навантажень і прийняття відповідальних рішень у складних ситуаціях.

2. Виявлені емпіричні взаємозв'язки між досліджуваними змінними дозволили простежити внутрішню логіку організації індивідуального світу психолога. Зокрема, встановлено, що рефлексивність є інтегративним механізмом, який забезпечує узгодження мотиваційно-ціннісних орієнтацій з професійною діяльністю та регулювання емоційних станів. До того ж високий рівень рефлексії корелює з емоційною зрілістю, здатністю до саморегуляції й адекватним усвідомленням власних меж, що суттєво підвищує ефективність професійного функціонування. Також було з'ясовано, що мотиваційно-ціннісна сфера пов'язана з особистісними рисами гуманістичної спрямованості, внутрішньою мотивацією та професійною ідентифікацією. Саме ці компоненти забезпечують загальну стійкість персоніфікованого світу психолога в умовах високих навантажень, емоційної напруги та складності клієнтських запитів.

3. Центральним компонентом індивідуального світу Я психолога є професійна ідентичність, яка визначає ціннісно-сміслову підґрунтя діяльності та інтегрує всі інші складові індивідуальності. Водночас між компонентами існують численні двосторонні зв'язки, що свідчить про їх взаємну детермінованість і взаємне підсилення: емоційна регуляція впливає на поведінкові прояви та професійні дії, мотивація сприяє розвитку рефлексивності, а особистісні риси визначають якість комунікації й здатність психолога до ефективного консультування.

4. Доведено, що має місце, системний характер індивідуального світу психолога, що вимагає його цілісного психологічного аналізу. Крім того цей індивідуальний світ не є статичним утворенням, а становить особистісну динаміку, набір процесів професійного становлення та саморозвитку, єдність рефлексивних, емоційно-регуляторних і мотиваційних ресурсів індивідуальності психолога.

5. Отож системне тлумачення емпіричних даних дозволило глибоко розкрити внутрішню структуру та функціональну динаміку індивідуального світу психологів-практиків, визначити його ключові компоненти, механізми та взаємозв'язки, а також обґрунтувати можливості практичного застосування отриманих результатів у професійній підготовці та супервізійній роботі.

ВИСНОВКИ

Проведене психологічне дослідження уможливило сформувати цілісне уявлення про самотній індивідуальний світ психологів-практиків як складну, багатокomпонентну та динамічну психосистему, що визначає якість його професійної діяльності, стиль взаємодії з клієнтами та ефективність вирішення професійних завдань. Результати дослідження дозволили розкрити внутрішню структуру цього утворення, виявити механізми інтеграції його компонентів та обґрунтувати функціональні закономірності їхнього впливу на практичну діяльність психолога.

На теоретичному етапі шляхом аналізу сучасних концепцій особистості, професійного розвитку та гуманістичної психології встановлено, що непересічний індивідуальний світ охоплює систему внутрішніх смислів, ціннісних орієнтацій, мотиваційних установок, емоційно-регуляторних процесів, когнітивних моделей та рефлексивних механізмів. Це багатовимірне утворення засадує професійну суб'єктність психолога та забезпечує здатність до усвідомленого керування власною діяльністю, регуляції емоційних станів і формування сталого консультативного стилю. Цей світ психолога-практика є одним із ключових чинників, який визначає успішність конструювання психотерапевтичного або консультативного альянсу, рівень емпатійного розуміння клієнта, професійну відповідальність та здатність підтримувати психологічну стійкість у складних ситуаційних міжособистісних стосунках.

У ході теоретичного аналізу підкреслено, що професійна діяльність психолога істотно відрізняється від діяльності представників інших професій, оскільки характеризується високою емоційною насиченістю, потребою у тривалому контакті з переживаннями інших людей, необхідністю підтримання внутрішньої рівноваги та здатністю забезпечувати безпечний простір для клієнта. Це зумовлює підвищені вимоги до структури індивідуалісного світу психолога, зокрема до його емпатійних здібностей,

рефлексивної чутливості, саморегуляції, ціннісної усталеності та здатності до розуміння власних меж і спроможностей.

Емпірична частина дослідження дала можливість уточнити зміст і вираженість ключових компонентів індивідуального світу психологів-практиків. Було встановлено, що найбільш розвиненими характеристиками є емпатійність, комунікативна компетентність, відкритість новому досвіду, толерантність до невизначеності, стресостійкість та сформовані навички емоційної саморегуляції. Дані показали, що ці характеристики формують психологічне підґрунтя професійної діяльності, забезпечують здатність установлювати довірливий контакт із клієнтом, здійснювати точну емоційну діагностику, підтримувати баланс між задіянням та професійною дистанцією, а також знижують ризики професійного вигорання самого психолога.

Водночас виявленостійкі і статистично значущі взаємозв'язки між особистісними рисами, мотиваційно-ціннісною сферою та рефлексивністю. Показано, що саме рефлексивність виконує роль центрального інтегративного осереддя, який координує взаємодію різних психологічних компонентів. Вона забезпечує узгодженість між внутрішніми цінностями й поведінковими стратегіями, сприяє формуванню професійної ідентичності, підтримує здатність аналізувати власні дії та емоційні реакції, створює передумови для розвитку професійної зрілості. Високий рівень рефлексивності асоціюється зі здатністю підтримувати психологічну рівновагу в умовах стресу, ухвалювати оптимальні рішення в неоднозначних ситуаціях, забезпечувати етичність і відповідальність професійних дій.

Охарактеризовано модель індивідуального світу психолога-практика, репрезентує взаємодію низки функціональних блоків - від мотиваційно-ціннісного до рефлексивного. У її центрі перебуває професійна ідентичність – системоутворювальний компонент, що об'єднує всі інші складові та визначає цілісність особистості як непересічного професіонала. Обґрунтовано, що індивідуальний світ психолога є рухливою системою, що

постійно змінюється під впливом професійного досвіду, його рефлексивних практик, емоційного навантаження та взаємодії з клієнтами.

Узагальнюючи результати, стверджуємо, що індивідуальний світ психолога-практика є системним, багатоаспектним утворенням, яке виконує регулятивну, інтегративну, компенсаторну та прогностичну функції у професійній діяльності. Він забезпечує здатність фахівця адаптуватися до високого емоційного навантаження, формувати стійкі професійні межі, підтримувати гуманістичний характер консультативної взаємодії та здійснювати адекватну самооцінку своїх професійних можливостей.

Таким чином, проведене дослідження дозволило не лише емпірично підтвердити системну організацію неповторної картини індивідуального світу психолога-практика, й обґрунтувати його ключову роль у забезпеченні ефективної, етичної та психологічно безпечної професійної діяльності. Отримані результати відкривають нові перспективи для подальших досліджень у царині психології професійного розвитку та сприяють удосконаленню освітньої підготовки майбутніх фахівців.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артем'єва Т. Професійна підготовка практичних психологів у закладах освіти. Київ: Слово, 2019. 284 с.
2. Бочелюк В. Й., Бочелюк В. В. Основи психологічного консультування. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 368 с.
3. Бондаренко О. Ф. Теорія і практика психологічної допомоги. Харків: Основа, 2018. 256 с.
4. Василенко Т. Психологія професійної діяльності. Київ: Каравела, 2017. 304 с.
5. Вергун О. Професійна ідентичність психолога: сучасний погляд. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2021. 212 с.
6. Вознесенська О. Психотерапевтична компетентність: структура і розвиток. Київ: Академія, 2020. 144 с.
7. Гальчинський В. Організація та етика психологічної практики. Київ: Логос, 2022. 192 с.
8. Фурман О.Є. Особистісний розвиток психолога-практика. Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2019. 240 с.
9. Фурман О.Є. Психологічна рефлексія як чинник професійної діяльності. Психологія, № 4, 2021. С. 15–27.
10. Данилюк І.В. Становлення професійної компетентності психолога. Тернопіль: Астон, 2018. 168 с.
11. Дубровська Т. Психологія емоційної регуляції. Київ: Видавництво Ліра, 2020. 208 с.
12. Жданова Н. Психологія саморегуляції. Київ: Либідь, 2021. 276 с.
13. Заброцький М. Методологія психологічного дослідження. Київ: КНЕУ, 2020. 220 с.
14. Карпенко З.С. Концепції особистості: сучасний дискурс. Львів: Світ, 2018. 320 с.

15. Клименко В.В. Психологічний супровід: теорія та практика. Київ: Освіта України, 2020. 276 с.
16. Князева Г. Індивідуальність у психології. Київ: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2017. 256 с.
17. Кокун О. Психологія професійного становлення особистості. Київ: Міленіум, 2019. 312 с.
18. Корольчук М., Корольчук Т. Психодіагностика професійної діяльності. Київ: Кондор, 2021. 288 с.
19. Кузьміна О. Психологія емоційної стійкості. Київ: Педагогічна думка, 2020. 200 с.
20. Лазурський О.С. Психологія індивідуальності. Київ: Либідь, 2017. 248 с.
21. Лук'янова Л. Емоційна компетентність фахівця. Київ: Педагогічна думка, 2019. 168 с.
22. Москалець В.П. Психологія особистості [текст] підручник, 3-тє вид., перероб., доповн. / В. П. – Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. – 364 с
23. Михайлова І. Емпатія в професійній діяльності. Київ: Академія, 2021. 176 с.
24. Панок В.Г. Професійна діяльність психолога: сучасні вимоги. Київ: Главник, 2020. 210 с.
25. Пенькова Н. Стратегії розвитку професійної самосвідомості. Одеса: Астропринт, 2019. 188 с.
26. Пилипенко І. Психологія особистості у професійному контексті. Київ: Каравела, 2017. 256 с.
27. Приходько І. Технології психологічної допомоги. Київ: Академвидав, 2018. 244 с.
28. Романовська Д. Психологічна підтримка і супервізія. Київ: Логос, 2022. 164 с.
29. Савчин М. Особистість: структура і розвиток. Івано-Франківськ: Плай, 2018. 312 с.

30. Сергієнко О. Психологія самосвідомості. Київ: Педагогічна думка, 2021. 220 с.
31. Слободянюк О. Рефлексивні механізми професійної діяльності. Львів: Світ, 2020. 180 с.
32. Соколова О. Професійна майстерність психолога. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 240 с.
33. Татенко В. Методологія психології: гуманістичний підхід. Київ: Либідь, 2017. 368 с.
34. Томенко В. Психологічні основи консультування. Київ: Каравела, 2018. 284 с.
35. Тягло О. Психологічна рефлексія. Харків: ХНУ, 2019. 168 с.
36. Шеремет О. Психотерапія: сучасні підходи. Київ: Академія, 2018. 276 с.
37. Яценко Т. С. Глибина психологія. Київ: Кондор, 2018. 356 с.
38. Яценко Т. С. Основи психодинамічного консультування. Київ: Академія, 2021. 288 с.
39. Яшина Л. Теоретико-методологічні засади професійної психологічної допомоги. Київ: Либідь, 2022. 198 с.
40. American Psychological Association. Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. Washington, 2017. 56 p.
41. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action. New York: Prentice Hall, 2017. 544 p.
42. Baron-Cohen S. Zero Degrees of Empathy. London: Penguin, 2018. 208 p.
43. Beck A. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: Penguin, 2019. 368 p.
44. Burns D. Feeling Good: The New Mood Therapy. New York: Avon Books, 2020. 736 p.
45. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Belmont: Cengage, 2021. 528 p.