

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Західноукраїнський національний університет
Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психології та соціальної роботи

БОЙКО Ольга Василівна

**Предметне поле, методи і завдання прикладної
психології / Subject Field, Methods, and Tasks
of Applied Psychology**

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

Виконала студентка групи
ПСзм-21
О. В. Бойко

науковий керівник:
д. психол. н., професор
А. В. Фурман

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«___» _____ 2025 р.

Завідувач кафедри
_____ **А. Н. Гірняк**
підпис

ТЕРНОПІЛЬ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СУТНОСТІ І ЗАВДАНЬ ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ	7
1.1. Концептуалізація поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці.....	7
1.2. Наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології	24
Висновок до розділу 1.....	38
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	39
2.1. Методика організації емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності	39
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності	47
Висновок до розділу 2.....	61
РОЗДІЛ 3. ОБГРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	62
3.1. Програма розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності та її експериментальна апробація.....	62

3.2. Психологічні рекомендації майбутнім психологам щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності.....	72
Висновок до розділу 3.....	80
ВИСНОВКИ.....	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	84
ДОДАТКИ.....	90

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному світі, який характеризується динамічними соціальними трансформаціями, технологічними змінами та глобальними викликами, психологічне знання набуває особливої суспільної значущості. Людина дедалі частіше опиняється в умовах невизначеності, інформаційного перевантаження, зростаючої конкуренції та соціальної нестабільності. В таких обставинах саме психологія покликана допомогти особистості зрозуміти себе, а також зберегти психічну рівновагу та ефективно адаптуватися до мінливих умов життєдіяльності.

Зазначимо, що сучасне суспільство висуває нові вимоги до професійної діяльності, освіти, управління, міжособистісного спілкування. Зростає потреба у психологічно компетентних фахівцях, здатних забезпечити підтримку, консультування, корекцію, профілактику деструктивних станів і поведінкових відхилень. Відтак психологія виходить за межі академічної науки й активно інтегрується у практику, стаючи потужним інструментом оптимізації життєвих процесів людини. У цьому контексті прикладна психологія посідає особливе місце в системі сучасних наукових знань. Вона є містком між теоретичними

положеннями загальної психології та конкретними сферами людської діяльності, де психологічне знання набуває практичного виміру.

Зміни, що відбуваються у сучасному світі, зумовлюють необхідність переосмислення предметного поля, методів і завдань прикладної психології. З одного боку, вона спирається на класичні теоретичні моделі, з іншого – постійно оновлює свій інструментарій відповідно до вимог нового часу. Інноваційні тенденції розвитку сучасної психологічної науки передбачають інтеграцію з нейронауками, соціологією, педагогікою, менеджментом та ін., що розширює її предметну сферу та забезпечує міждисциплінарний характер досліджень. Крім того, прикладна психологія / психологічна практика стає важливим ресурсом відновлення психологічного здоров'я, підтримки адаптаційних можливостей особистості, розроблення програм психопрофілактики й реабілітації.

Як свідчить аналіз науково-психологічних джерел (Г. Балл, І. Бех, А. Гірняк, Є. Глива, О. Гуменюк, О. Кузьо, В. Панок, В. Роменець, В. Рибалка, В. Татенко, Т. Титаренко, А.В. Фурман, Т. Цигульська, Т. Яценко та ін.), особливість прикладної психології полягає в її орієнтації на вирішення конкретних життєвих завдань: підвищення ефективності праці, гармонізація міжособистісних відносин, профілактика стресових і кризових станів, розвиток професійної компетентності, формування особистісної відповідальності та психологічної культури. Завдяки цьому прикладна психологія не лише описує психічні явища, а й активно впливає на процеси розвитку особистості.

Вивчення наукової літератури також показує, що предметне поле прикладної психології надзвичайно широке і охоплює проблеми мотивації та поведінки, особистісного розвитку, міжособистісної взаємодії, професійної діяльності, емоційної регуляції, психологічного благополуччя та ін. Дослідження в цій галузі базуються на системному підході, що поєднує експериментальні, психодіагностичні, проєктивні, соціометричні, спостережні та аналітичні методи. Застосування таких інструментів дає змогу забезпечити обґрунтовану практичну допомогу особистості. Важливим є й створення належних умов для формування відповідальної, стійкої, соціально активної

особистості, до того ж здатної до саморегуляції, самоактуалізації й самоздійснення.

Спостереження показують, що у сфері освіти та професійної підготовки майбутніх фахівців також зростає потреба у формуванні практичних навичок психодіагностики, консультування, тренінгової роботи. Сучасний психолог має бути не лише дослідником, а й практиком, який уміє застосовувати дієві методи оцінювання психічних станів, розробляти програми розвитку особистості, працювати з групами ризику. Тому оволодіння методами прикладної психології є передумовою підвищення якості професійної підготовки майбутніх фахівців. Важливість цього напряму наукового осмислення прикладної психології також обумовлюється необхідністю осмислення нових методів впливу на особистість, які відповідають сучасним психосоціальним реаліям.

Загалом прикладна психологія сьогодні постає не лише як напрям наукових досліджень, а як практична система знань, що спрямована на гармонізацію внутрішнього світу людини, підвищення її життєстійкості, професійної успішності та соціальної адаптованості. Усвідомлення змісту, структури й функцій прикладної психології є важливим кроком до розвитку сучасної психологічної науки та розширення її впливу на суспільні процеси. Проте недостатня дослідженість теоретичних і практичних аспектів прикладної психології, зокрема в аспекті висвітлення її предметного поля, методів і завдань, зумовили актуальність проблеми та вибір теми кваліфікаційної роботи: **«Предметне поле, методи і завдання прикладної психології».**

Мета дослідження – теоретичне й експериментальне обґрунтування предметного поля, методів і завдань прикладної психології.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати різноманітність концептуальних інтерпретацій поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці.
2. Охарактеризувати наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології.
3. Емпірично дослідити особливості готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності.

4. Обґрунтувати й апробувати програму розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності, розробити відповідні психологічні рекомендації для фахівців сфери прикладної психології.

Об'єкт дослідження – прикладна психологія як науково-психологічна проблема.

Предмет дослідження – особливості предметного поля, методів і завдань прикладної психології.

Методи дослідження:

- *теоретичні* – аналіз психологічних джерел, вивчення, систематизація та узагальнення теоретичних та емпіричних даних, що дало змогу визначити концептуалізації поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці й охарактеризувати наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології;

- *емпіричні* – методи психологічної діагностики (використано такі діагностичні методики, як: 1) методика діагностики навчальної мотивації студентів (А. Реан та В. Якунін); 2) методика визначення структури емоційної спрямованості особистості (за В. Семиченко); 3) методика «Локус контролю» Дж. Роттера; 4) методика «Мотивація до навчання у вищі» (Т. Ільїна)), що дало змогу дослідити готовність студентів до професійно-прикладної діяльності;

- *статистичні* – методи описової статистики для кількісної і якісної обробки здобутих емпіричних даних.

Теоретичне значення дослідження полягає в комплексному науково-практичному обґрунтуванні предметного поля, методів і завдань прикладної психології. Зокрема, проаналізовано концептуальні інтерпретації поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці, розкрито наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології, обґрунтовано форми, методи, засоби розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності, уточнено зміст понять «прикладна психологія», «практична психологія», «предметне поле прикладної психології», «методи прикладної психології», «завдання прикладної психології».

Практичне значення результатів дослідження полягає в обґрунтуванні програми розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності, а також в розробці відповідних психологічних рекомендацій для фахівців сфери прикладної психології. Здобуті в результаті проведеного дослідження теоретичні дані й практичні результати можуть використовувати фахівці-психологи для підвищення продуктивності й ефективності власної професійно-прикладної діяльності, а також викладачі психологічних дисциплін закладів вищої освіти – для вдосконалення якості освітньо-професійної підготовки майбутніх фахівців спеціальності С4 Психологія.

Структура та обсяг дослідження. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, а також списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 98 сторінок, основний зміст включає 83 сторінки. Список використаної літератури складає 74 джерела. Кількість додатків – 4.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СУТНОСТІ І ЗАВДАНЬ ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Концептуалізація поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці

Психологія як наука і практика невід’ємно пов’язана з життям людини та суспільства, оскільки спрямована на розуміння, пояснення та корекцію психічних процесів і поведінки. У цьому контексті особливе значення набуває прикладна психологія, яка поєднує теоретичні знання з практичними методами впливу на психіку та поведінку людини. Концептуалізація прикладної психології у зарубіжній та вітчизняній науці дає змогу окреслити наукові та методологічні підходи, виділити специфіку різних форм психологічної практики – наукової, позанаукової та побутової – і показати, яким чином теорія, досвід та інтуїція інтегруються у ефективні практичні методи й методики.

Зазначимо, що дослідження сутності прикладної психології та феномену психологічного практикування є багатоаспектним і методологічно складним завданням сучасної науки. У науковому просторі досі немає єдиного підходу до визначення її предмета, структури та функцій, що зумовлює існування численних інтерпретацій і підходів до її розуміння. Сьогодні спостерігаємо зростання кількості наукових праць, присвячених окремим аспектам психологічної практики, проте переважна більшість із них торкається лише часткових питань і не має на меті цілісного розв’язання проблеми концептуалізації поняття «прикладна психологія».

Як стверджує А.В. Фурман, на сучасному етапі розвитку суспільства спостерігається помітне зростання кількості професій, напрямів діяльності та спеціалістів, які декларують використання методів і принципів прикладної психології. Застосування психологічних знань стало невід’ємною складовою різних сфер соціального життя – від освіти та управління до медицини, бізнесу, спорту й військової справи. Разом із тим виникає суттєве протиріччя між

широким використанням психологічних практик у повсякденному житті та недостатнім теоретичним обґрунтуванням самої прикладної психології як окремої галузі знань. Це свідчить про нагальну потребу у науковому осмисленні її предметного поля, методологічних засад і термінологічного апарату [62].

Починаючи з ХХ століття, у світовій науці відбувся потужний розвиток різноманітних напрямів психологічної практики: психотерапії, психологічного консультування, психологічної допомоги, психокорекції, коучингу, а також психологічного супроводу, тренінгових форм навчання. Психологічні практики, а також їх окремі елементи, широко застосовуються у бізнесі, маркетингу, політиці, юриспруденції, правоохоронній та військовій діяльності, у сфері освіти, культури, спорту, а також у реабілітаційних програмах для постраждалих унаслідок кризових подій. Фактично важко знайти соціальну сферу, де б не використовувалися методи прикладної психології. Недаремно Ж. Піаже назвав ХХ століття «століттям психології»; однак із позицій сьогодення більш точним було б означення – століття прикладних галузей психології, століття активного впровадження психологічної практики в життя людини та суспільства [60].

Водночас різке зростання кількості фахівців, організацій і служб, що надають психологічні послуги, спричинило появу значного розмаїття методів, технологій і форм психологічного впливу. Це різноманіття є настільки масштабним, що часом виникає сумнів, чи всі ці форми діяльності справді належать до психології як науки. Сьогодні прикладна психологія охоплює напрями, які межують із педагогікою, соціологією, медициною, економікою, менеджментом, і тому потребує уточнення свого предмета, мети та функцій [40]. Саме тому все більшої актуальності набуває теоретичне осмислення феноменів психологічної практики та процесів професійного психологічного впливу.

Як доводить О. Кузьо, без систематизації цих процесів подальший розвиток психології як цілісної наукової й прикладної дисципліни є доволі проблематичним. Автор пише, що Л. Виготський на початку ХХ століття

наголошував, що криза в психології полягає в розщепленні її на дві відносно автономні сфери – наукову (теоретичну) і практичну (прикладну). При цьому саме практика, її інтенсивний розвиток і суспільна затребуваність виступають основною рушійною силою цього процесу. Практична діяльність психолога не лише спирається на теорію, а й стимулює її вдосконалення, формує нові напрями наукового пошуку та підходи до розуміння людини [22].

У вітчизняній психологічній науці поняття «психологічна практика» розглядається у широкому контексті різних типів людської діяльності – поряд із педагогічною, медичною, релігійною, економічною, управлінською тощо. Це дає змогу осмислювати її не лише як професійну взаємодію між психологом і клієнтом, а й як соціально значущий процес реалізації наукових знань у життєвій, освітній чи виробничій діяльності. Отже, «поруч із наукою як системою теоретичних знань існують різновиди діяльності, що втілюють ці знання у практику, забезпечуючи тим самим розвиток суспільства» [41, с. 74].

У зарубіжній науковій традиції концептуалізація прикладної психології розпочалася наприкінці XIX – на початку XX століття у працях Г. Мюнстерберга, В. Джемса, Е. Торндайка, які наголошували на необхідності перенесення психологічних знань із лабораторії у реальне життя. Саме вони заклали підвалини таких галузей, як психологія праці, педагогічна, клінічна, судова та військова психологія. Згодом ці напрями отримали власні методологічні засади та психодіагностичні інструменти, що перетворило прикладну психологію на потужну міждисциплінарну систему [40].

В українській науці процес становлення прикладної психології активізувався у другій половині XX століття. Праці Г. Балла, В. Роменця, Н. Чепелевої, Т. Яценко, І. Булах та інших учених заклали теоретичні основи вивчення практичної діяльності психолога, її соціальних функцій, етичних принципів і методів впливу. Українська школа прикладної психології поєднує гуманістичні й діяльнісні підходи, розглядаючи психологічне практикування як процес взаємодії, спрямований на особистісні зміни, розвиток самосвідомості та саморегуляції людини. Тому прикладна психологія в сучасному розумінні – це не лише система практичних заходів чи набір технік, а цілісний науково-

практичний напрям, покликаний забезпечити взаємозв'язок між психологічною теорією і реальними потребами людини. Її концептуалізація у вітчизняній та зарубіжній науці засвідчує перехід від вузького тлумачення як «застосування знань» до ширшого – як самостійної галузі, що інтегрує наукове пізнання, методи впливу й етичні стандарти професійної діяльності психолога [41].

У процесі формування наукових підходів до визначення змісту прикладної психології дедалі більшої уваги набуває питання співвідношення між суб'єктом і об'єктом психологічної практики. У центрі прикладного психологічного знання завжди перебуває людина як носій свідомості, емоцій, волі та міжособистісних взаємин, а тому об'єктом психологічної практики є не абстрактна система чи феномен, а інша особистість або соціальна група, з якою фахівець вступає у цілеспрямовану взаємодію. Водночас сучасні концепції психологічної діяльності розглядають ситуації, коли суб'єкт і об'єкт збігаються, тобто коли психологічний вплив спрямований на самого себе. Такі форми застосування методів отримали в науці найменування самостереження, самонавіювання, самоаналіз або внутрішня рефлексія, які розглядаються як різновид самопрактикування.

Варто наголосити, що використання понять «суб'єкт» і «об'єкт» у прикладній психології є певною мірою умовним, адже в центрі взаємодії завжди перебувають дві особистості, що володіють власною суб'єктністю. Такий підхід утвердився як у вітчизняній, так і в зарубіжній науковій традиції.

У працях З. Фрейда, К. Юнга, К. Роджерса, Ф. Перлза, Л. Виготського, С. Рубінштейна, Б. Ананьєва підкреслено, що психологічна взаємодія – не об'єктно-суб'єктний, а суб'єкт-суб'єктний процес, у якому обидві сторони мають активну позицію. Так, у психоаналітичній теорії це відображено у поняттях трансферу та контр-трансферу, у гуманістичній психології – у феномені емпатійного контакту [37].

У світовій психологічній думці (М. Вертгеймер, Г. Олпорт, Дж. Келлі, А. Маслоу, Р. Мей та ін.) прикладна психологія осмислюється як сукупність практичних методів і процедур, спрямованих на зміну внутрішнього світу

людини, гармонізацію її взаємодії з оточенням та розв'язання конкретних проблем. Українська наукова школа (Б. Ананьєв, Г. Костюк, В. Роменець, С. Максименко, Т. Яценко та ін.) підкреслює, що прикладна психологія не лише оперує практичними техніками, а й реалізує психолого-гуманістичну функцію – розвиток особистості через діалог, рефлексію та самопізнання [60].

Зарубіжні дослідники розглядають прикладну психологію переважно як міждисциплінарне поле, що поєднує теоретичні знання і технології їх використання у професійній, освітній, медичній, організаційній, юридичній та інших сферах. У сучасних концепціях (American Psychological Association, British Psychological Society) вона визначається як галузь, у межах якої психологічні принципи застосовуються для вирішення реальних проблем людини і соціуму. Вітчизняна традиція тяжіє до розуміння прикладної психології як інтегративної практичної діяльності, що базується на теоретичних знаннях, але має на меті зміну психічних станів, поведінкових моделей, установок, відносин.

Зміст прикладної психології безпосередньо пов'язаний із формами психологічної практики, яка реалізується як через безпосереднє міжособистісне спілкування, так і через опосередковану діяльність – навчальну, художню, релігійну, символічну або ігрову. Головною метою прикладного впливу є трансформація психічного стану, уявлень, ставлень чи поведінкових патернів особистості або групи. У цьому аспекті прикладна психологія виступає не лише як технологія, а як форма соціального й духовного розвитку, що поєднує знання, практику і гуманістичні цінності [48].

У науковій літературі підкреслюється, що прикладна психологія може реалізовуватися за згодою об'єкта впливу (співпраця, партнерство, довіра, психотерапевтичний альянс) або без прямої згоди (маніпулятивні технології, психологічний тиск, сугестія). Цей аспект детально аналізується в контексті етичних засад професії: у західній традиції – через принципи етичного кодексу АРА, у вітчизняній – через положення Етичного кодексу психолога України.

Психологічна практика, як складова прикладної психології, має специфічні засоби реалізації. Вона може використовувати елементи мистецтва

(малювання, ліплення, драматизацію), фізичної активності, символічних дій або спілкування, проте її кінцева мета завжди психологічна – гармонізація внутрішнього світу людини, розвиток її самосвідомості, формування ефективних механізмів подолання стресу, тривоги, агресії, конфліктності тощо [61].

Залежно від рівня впливу, у структурі прикладної психології виокремлюють три типи практик:

1. Індивідуальні – орієнтовані на роботу з особистістю (індивідуальна консультація, психоаналітична сесія, сповідь, психологічна діагностика, психокорекційна бесіда).

2. Групові – здійснюються у форматі взаємодії невеликої групи людей (групова терапія, соціально-психологічний тренінг, рольові та імітаційні ігри, психодрама, навчальні семінари).

3. Масові – спрямовані на вплив на великі соціальні спільноти або аудиторії (соціальні кампанії, проповіді, масові ритуали, політичні акції, інформаційні маніпуляції у ЗМІ та соціальних мережах) [44].

Особливий інтерес становлять форми, де суб'єкт і об'єкт психологічної практики збігаються – медитація, внутрішній діалог, самоспостереження, автотренінг, самонавіювання, які розглядаються як способи саморегуляції і саморозвитку. У зарубіжній психології ці практики осмислюються крізь призму концепцій *mindfulness*, *self-help*, *self-coaching*, *self-efficacy*, тоді як у вітчизняній – у контексті ідей рефлексивної саморегуляції [61].

У процесі становлення прикладної психології як окремої галузі наукового знання важливим постає питання про теоретичні та методичні засади психологічної практики. Що саме може виступати підґрунтям для професійної діяльності психолога-практика? Яка система знань, цінностей і уявлень визначає зміст і спрямованість його роботи з людиною? Ці питання мають принципове значення для осмислення процесів концептуалізації прикладної психології як у зарубіжному, так і у вітчизняному науковому просторі. Вони окреслюють філософсько-методологічне поле, у межах якого відбувається

взаємодія науки і практики, теорії і досвіду, свідомого і несвідомого в людській діяльності.

У сучасній науці загально визнано, що психологічна практика здійснюється на основі певної системи знань і переконань суб'єкта, які визначають методологічну спрямованість його діяльності. Ця система може бути науковою, позанауковою або емпірично-побутовою, а в реальних умовах – еkleктично поєднувати елементи всіх трьох рівнів. Залежно від джерела походження й характеру цих знань виділяють такі основи психологічного практикування:

1) наукові знання, що спираються на досягнення експериментальної психології, філософії, фізіології, соціології, когнітивних і нейронаук;

2) позанаукові або містичні уявлення, які ґрунтуються на віруваннях, гіпотетичних постулатах, міфологічних системах, релігійних доктринах;

3) життєвий і професійний досвід, який відображає інтуїтивне розуміння психологічних закономірностей у контексті здорового глузду та соціального спілкування;

4) еkleктичне поєднання зазначених джерел, що формує так звану «повсякденну» або «життєву» психологію, де наукові та інтуїтивні уявлення існують одночасно, взаємодоповнюючи одне одного [72].

У зарубіжній науці (W. James, H. Eysenck, K. Lewin, D. Myers, R. Sternberg та ін.) підкреслюється, що саме синтез різних типів знань визначає прикладний характер психології, адже практик змушений поєднувати науково доведені принципи з індивідуальними спостереженнями й культурними інтерпретаціями поведінки людини. У вітчизняній психологічній традиції (Б. Ананьєв, С. Рубінштейн, Л. Виготський, Г. Костюк, В. Татенко, Т. Яценко) наголошується, що науковість психологічної практики визначається не лише методами, а й світоглядною позицією фахівця – його здатністю осмислювати психіку як систему, що розвивається у соціокультурному контексті [48].

Аналізуючи різні форми психологічної практики, слід зазначити, що на практиці чітко розмежувати наукові, позанаукові та емпіричні підходи не завжди можливо. У діяльності психолога часто поєднуються елементи різних

джерел. Наприклад, при проведенні консультативної бесіди фахівець може водночас спиратися на емпіричний досвід міжособистісного спілкування, психоаналітичні або гуманістичні концепції, а також власну інтуїцію. Таким чином, психологічна практика – це динамічне поле інтеграції різнорідних знань, де наука і життєвий досвід утворюють єдиний процес рефлексії.

Наукова основа прикладної психології передбачає орієнтацію на об'єктивно перевірені дані, експериментально підтверджені закономірності й валідизовані методики. Така практика реалізується переважно фахівцями з відповідною освітою, які дотримуються стандартів професійної етики і методології. Вона спирається на психологічні теорії особистості (З. Фройд, К. Юнг, Е. Еріксон, К. Роджерс, А. Бандура), когнітивні моделі мислення та поведінки (А. Бек, Дж. Елліс), емпірично підтверджені методи психодіагностики та корекції. Серед методів, що утворюють наукове ядро прикладної психології, виокремлюють стандартизовані тести, опитувальники, проєктивні методики, експериментальні процедури, спостереження, аналіз діяльності, інтерв'ю, психометричні шкали. Усі вони ґрунтуються на вимогах надійності, валідності та об'єктивності, що забезпечують достовірність результатів. Психодіагностика особистості в такому контексті постає як прикладна галузь, де знання з експериментальної психології перетворюються на інструмент допомоги [71].

Разом із тим, у структурі прикладної психології зберігаються й позанаукові (містичні) підходи, які претендують на пояснення людської природи через гіпотези, що виходять за межі наукової верифікації. Деякі з них апелюють до понять «енергетичних полів», «біополя», «ментального випромінювання», «аури». Хоча такі теорії не мають достатньої експериментальної підтримки, вони впливають на розвиток психопрактик – езотеричної психології, біоенергетики, нейролінгвістичного програмування, гіпнотерапії чи психосинтезу. Вони відображають прагнення людини інтуїтивно осмислити глибинні процеси психіки, що не завжди піддаються науковому вимірюванню [55].

У вітчизняній науковій думці ці явища оцінюються з позицій критичного реалізму, які підкреслюють необхідність розмежування наукових і духовно-релігійних практик, хоча визнають, що обидві мають спільну гуманістичну мету – допомогу людині у пошуку сенсу та внутрішньої рівноваги. Водночас значна частина психологічних практик спирається на життєвий і професійний досвід фахівця. Такий досвід формується на основі спостережень, особистих інсайтів, морально-етичних переконань і соціального контексту. Повсякденна психологія, як форма інтуїтивного знання, не має системності наукової теорії, але саме вона часто стає джерелом емпатії, розуміння і творчості у процесі роботи з людьми. Тому сучасна концептуалізація прикладної психології передбачає не відмову від емпіричного досвіду, а його наукове осмислення і методологічне впорядкування.

Загалом у зарубіжній та вітчизняній науковій традиції прикладна психологія розглядається як інтегративна система знань і практик, у межах якої взаємодіють три типи основ: 1) наукова – як сфера об'єктивного, раціонального, експериментально підтвердженого знання; 2) духовно-ціннісна – позанауковий вимір смислотворення; 3) життєво-досвідна – як поле особистісного пізнання і рефлексії. Таке поєднання створює концептуальний фундамент прикладної психології, яка є не лише прикладенням теорії до практики, а й самостійною формою пізнання людини через дію, взаємодію та досвід. Її концептуалізація у вітчизняній та зарубіжній науці свідчить про еволюцію від вузькопрофесійного до гуманістичного розуміння психологічної допомоги, що поєднує науковість, етичність і духовність у єдиному полі психологічної культури [74].

У сучасному дискурсі поняття прикладної психології розглядається як системне поле знань, спрямоване на практичне застосування теоретичних здобутків психології у реальному соціальному, освітньому, медичному, організаційному та культурному середовищах. Зарубіжні та вітчизняні дослідники наголошують, що еволюція прикладної психології безпосередньо пов'язана з процесами переосмислення ролі науки у вирішенні конкретних життєвих і суспільних проблем людини. Концептуалізація цього поняття відбувається у межах різних наукових парадигм – від емпірично-

позитивістської до гуманістичної, екзистенційної, феноменологічної та постнекласичної.

Під прикладною психологією у західній науковій традиції (У. Джеймс, Дж. Кеттел, Г. Мюнстерберг, К. Левін, К. Роджерс) розуміють галузь психології, орієнтовану на практичне розв'язання завдань, що виникають у процесі взаємодії людини з різними соціальними інституціями – освітою, виробництвом, правом, медициною, бізнесом тощо. У вітчизняній науці (Г. Костюк, С. Рубінштейн, Б. Ананьєв, Т. Яценко, В. Панок) прикладна психологія розглядається як сфера, у якій теоретичні знання трансформуються у технології психологічного впливу, корекції, супроводу, діагностики та розвитку особистості [41].

Загальноприйнятим є розуміння, що прикладна психологія не є лише практикою, відокремленою від науки, а радше – інтегративним простором, де теорія, методологія та практика зливаються в єдину систему професійної діяльності. Саме тому у процесі її концептуалізації особливу увагу приділяють питанням теоретичних засад психологічної практики, джерел формування її світоглядного та методологічного базису. У межах цього підходу позанаукові, емпірично непідтверджені уявлення про поведінку людини розглядаються як один із маргінальних, але історично значущих чинників формування прикладних психологічних знань. Позанаукова практика, характерна для ранніх етапів розвитку психології, ґрунтується на некритичному сприйнятті певних уявлень, догм або вірувань, що сприймаються людиною як «психологічні істини». Основою знань є не емпіричне підтвердження, а віра – як форма психологічного прийняття певних закономірностей без раціонального аналізу чи доказової бази.

Так, в історії зарубіжної та української культури можна простежити різні прояви позанаукового психологічного мислення – від шаманських ритуалів, езотеричних обрядів, ворожінь, релігійних практик до сучасних форм неофітських рухів і «енергетичних» концепцій. У подібних практиках часто стверджується, що кожен об'єкт матеріального світу має власну «душу» або «енергетичне поле», здатне впливати на людину. На цій основі формуються

методи, які умовно позиціонуються як психологічні: носіння амулетів, оберегів, медитації із символічними предметами, спілкування з природою, «енергетичне очищення» чи «зчитування інформації» з предметів. Подібні форми позанаукової практики ґрунтуються не на доказовій методології, а на суб'єктивній віковій вірі у надприродні закономірності світу [22].

Вітчизняна наука, починаючи з XIX століття (М. Ланге, Г. Сковорода, пізніше – К. Платонов, П. Блонський), поступово переходила від містичного та життєво-досвідного тлумачення психіки до її наукового розуміння як складної системи внутрішніх процесів, що піддаються об'єктивному аналізу. Проте елементи життєвої (повсякденної) психології залишалися і залишаються важливою складовою формування практичних навичок психолога.

Життєвий досвід, на відміну від позанаукової віри, виступає проміжною ланкою між інтуїтивним і науковим пізнанням психіки. Він формується у процесі повсякденної взаємодії людини з навколишнім світом, через накопичення поведінкових стратегій, способів комунікації, емоційних реакцій, що довели свою ефективність. Проте здоровий глузд, який є основою життєвого досвіду, не завжди відображає об'єктивну картину дійсності. Так, ще у Новий час Декарт і Галілей вказували на обмеженість «очевидного досвіду» як джерела пізнання, наголошуючи на необхідності раціональної верифікації. В українській традиції поняття життєвої психології набуло особливого значення завдяки

працям

К. Платонова, який увів поняття «соціонімічних професій» («людина – людина»). Саме представники їх – учителі, лікарі, соціальні працівники, психологи – накопичують у процесі діяльності значний масив життєвого і професійного досвіду, який надалі стає джерелом практичного психологічного знання [15].

Як пише Т. Яценко, поступово життєвий досвід інтегрується з науковими теоріями, утворюючи синтетичну форму пізнання – професійну інтуїцію. Згідно з поглядами вченої, інтуїція у психологічній практиці є «згорнутою формою досвіду», внутрішньо узагальненою системою знань і навичок, що дає змогу фахівцю швидко і якісно ухвалювати рішення у складних ситуаціях. Саме на

цьому рівні відбувається становлення прикладної психології як інтегративного простору між наукою, досвідом і практикою [73].

Питання визначення сутності та меж прикладної психології належить до фундаментальних. Її концептуалізація як окремої галузі психологічного знання пов'язана з потребою суспільства у практичному використанні теоретичних напрацювань психологічної науки для розв'язання конкретних життєвих, освітніх, організаційних і соціальних проблем людини. Саме тому дослідники як у зарубіжній, так і у вітчизняній науці постійно звертаються до питання уточнення її предметного поля, завдань і методів. Для кращого розуміння специфіки прикладної психології доцільно розглянути різні види психологічного практикування, що мають спільну онтологічну основу, проте різняться за рівнем наукової верифікованості, методологічними підходами, змістом діяльності та вимогами до суб'єкта, який її здійснює [36].

У сучасній науковій традиції (у працях Б. Ананьєва, С. Рубінштейна, Дж. Кеттелла, Г. Айзенка, К. Роджерса та ін.) підкреслюється, що центральним об'єктом будь-якої психологічної практики є людина у всій багатовимірності її проявів – як індивід, особистість, суб'єкт діяльності та індивідуальність. Однак саме у прикладній психології цей об'єкт набуває особливого значення, оскільки предметом її діяльності виступає не людина як біологічна істота, а її психічна реальність – сукупність процесів, станів, властивостей, почуттів, переконань, установок, рис характеру, а також зміст свідомого й несвідомого життя. Тому прикладна психологія зосереджується на практичному оперуванні знаннями, що спрямовані на зміну, корекцію або розвиток психічних явищ, поведінки, емоційних станів, міжособистісних стосунків та інших характеристик психічного функціонування людини. Її метою є не лише теоретичне осмислення психічних процесів, а й цілеспрямований вплив на особистість у контексті її професійного, освітнього, соціального чи особистісного розвитку [32].

Порівняння різних типів психологічної практики дає змогу чіткіше окреслити наукову основу прикладної психології. Так, у науковій практиці домінує аналітично-статистичний підхід, який передбачає використання верифікованих і експериментально перевічених методів дослідження, що

забезпечують надійність отриманих результатів. У позанауковій (наприклад, у парапсихології, езотеричних або містичних підходах) переважають міфологічні або інтуїтивні способи впливу, які не піддаються експериментальній перевірці, але можуть давати певний практичний ефект. Побутова психологічна практика спирається на життєвий досвід, інтуїцію, спостереження та здоровий глузд, проте позбавлена наукової системності та узагальнення [48].

У Додатку А наведено результати порівняльного аналізу основних параметрів психологічної практики – об'єкта, предмета, підходів, засобів, методологічної бази, мети та вимог до суб'єкта діяльності. Такі критерії дозволяють побачити, що всі види психологічної практики орієнтовані на людину, але лише наукова (і, відповідно, прикладна) психологія забезпечує системність, обґрунтованість і ефективність впливу завдяки використанню перевірених методів і дотриманню професійних етичних норм. Розбіжності між видами психологічної практики виявляються насамперед на рівні підходів до розуміння її предмета, мети, методологічного забезпечення. Саме ці відмінності формують епістемологічне підґрунтя сучасного тлумачення прикладної психології, яка в зарубіжній і вітчизняній науковій традиції розглядається як синтез наукового пізнання і практичного впровадження психологічних знань у реальні соціальні, освітні, професійні та міжособистісні контексти.

Науковий підхід у психологічній практиці базується на загальнонауковій методології та принципах наукової верифікації, що забезпечують достовірність, відтворюваність і об'єктивність результатів. У межах такого підходу прикладна психологія виступає не просто як практична діяльність, а як науково обґрунтована система впливу, що ґрунтується на перевірених емпіричних даних і концептуальних моделях психічної діяльності людини. Це означає, що практичний психолог використовує процедури аналізу та синтезу, узагальнення, операціоналізації понять, а також обирає методи, адекватні цілям і завданням дослідження і консультативної взаємодії. Важливою є доказовість результатів, їх статистична обґрунтованість і можливість відтворення в аналогічних умовах. Психологічні явища пояснюються через систему

встановлених закономірностей психіки, що дає змогу уникнути довільних інтерпретацій і суб'єктивізму [27].

У зарубіжній психології науковий підхід у практичній сфері став підґрунтям формування таких галузей, як *counseling psychology*, *clinical psychology*, *occupational psychology*, де основний акцент робиться на інтеграції теоретичних моделей із реальними запитами клієнта. В українській науковій традиції цей підхід знаходить вираження у концепції психологічного супроводу особистості, що поєднує методологічну строгість науки з гуманістичною орієнтацією на розвиток людини. Таким чином, прикладна психологія постає як медіатор між академічною наукою і практикою допомоги, що забезпечує перенесення наукових принципів у практичні технології.

На противагу цьому, позанауковий підхід у психологічній практиці спирається не на доказові знання, а на віру, інтуїцію, містичні або езотеричні уявлення. У такій парадигмі суб'єкт практики виходить із переконання про існування невидимих «енергетичних» або «інформаційних» потоків, залежності між розташуванням небесних тіл і людською поведінкою, впливу надприродних сил на психіку. Ці припущення не мають емпіричного підтвердження, але формують основу для маніпуляцій свідомістю або підсвідомістю клієнта. Як наслідок, «методики», створені на базі подібних «теорій», часто є статистично недостовірними, що призводить до непередбачуваних, а іноді й шкідливих наслідків для людини. У цьому контексті прикладна психологія протистоїть позанауковим практикам, відмежовуючись від них через критерій наукової обґрунтованості та відповідальності перед клієнтом [40].

Побутова психологічна практика посідає проміжне місце між науковим і позанауковим підходами. Вона ґрунтується на еkleктичному поєднанні життєвого досвіду, здорового глузду, фрагментарних знань і соціокультурних стереотипів. Для суб'єкта цієї практики головне – не пізнання закономірностей психічної діяльності, а практична результативність: «допомагає чи ні». Такі практики виникають спонтанно, поза науковими рамками, але можуть бути ефективними на емпіричному рівні, особливо у сферах повсякденного

спілкування і виховання. Однак відсутність глибокого розуміння психологічних механізмів і невміння передбачати можливі побічні ефекти роблять цей підхід методологічно ненадійним. Іноді навіть серед професійних психологів, як в Україні, так і за кордоном, трапляється тенденція до механічного наслідування методів без усвідомлення їх теоретичних основ, коли на запитання «чому був застосований цей прийом?» відповідають: «так нас навчили» [48].

Різниця у підходах закономірно визначає розбіжності у методологічних основах трьох типів психологічного практикування. У науковій і прикладній психології методологія є засобом передбачення, контролю та оцінки ефекту, що гарантує відтворюваність результатів, їхню об'єктивність і етичну прийнятність. Такий підхід дає змогу не лише прогнозувати позитивні наслідки впливу, але й попереджати можливу шкоду для клієнта або невідповідність певної техніки його особливостям. Натомість методологічні основи позанаукових практик є суб'єктивними й часто апелюють до індивідуальної віри або харизми практикуючого. У таких випадках терапевтичний ефект може бути зумовлений не самою «методикою», а механізмом самонавіювання або плацебо-ефектом, що унеможлиблює об'єктивну перевірку результатів. Побутова методологія ще більш спрощена: вона базується на принципі «спрацювало – отже, ефективно» [59]. Такий підхід позбавлений системності та верифікації, але залишається поширеним через свою доступність і практичність.

Окреме питання, яке потребує особливої уваги при аналізі прикладної психології, стосується методів і методик здійснення психологічної практики. Для зручності аналізу методи практики розподілено на три великі групи: індивідуальні, групові та масові. У межах цих категорій визначено специфіку застосування методів і технік у науковій, позанауковій та побутовій психології, що дає змогу побачити обмеження кожного з підходів (Додаток Б).

Слід зауважити, що кожен з видів психологічного практикування характеризується певними своєрідними методами, які відображають його світоглядні засади та визначають відмінності між практиками. Разом із тим, це не виключає можливості запозичення окремих методів з іншого виду практики.

Наприклад, у позанауковій практиці можуть застосовуватися методи, що зовні нагадують наукові: опитувальники, комп'ютерні програми, структуровані інтерв'ю. Проте процедурна схожість не є критерієм науковості; використання зовнішньо наукових інструментів у позанауковому контексті не робить його науковим. Так, астрологічна «діагностика» з використанням тестових опитувальників або комп'ютерної обробки інформації не набуває статусу наукової діяльності, оскільки її результати не піддаються верифікації та не мають експериментального підтвердження [60].

Методи і методики психологічної практики тісно пов'язані з вимогами до фахівця, який її здійснює. Зокрема, зміст діяльності визначає необхідність певних інтелектуальних, етичних і професійних компетенцій. У першу чергу слід відзначити спільні характеристики, що об'єднують усі три основні категорії психологів-практиків: наукових, позанаукових та побутових. Перш за все це схильність до психологічної практики як виду діяльності. Під схильністю у цьому контексті розуміється комплекс психологічних і особистісних рис, що забезпечують ефективність суб'єкта в процесі надання психологічної допомоги. Така схильність включає, зокрема, мотивацію до взаємодії з людьми, здібності до міжособистісного спілкування, навички соціальної взаємодії та, за потреби, маніпулятивні й акторські вміння, які дозволяють коректно і гнучко впливати на поведінку іншої людини [74].

Важливою складовою є певні когнітивні стилі, орієнтовані на іншого. Це, насамперед, спостережливість, здатність «читати» настрої, емоційні стани та внутрішні зміни іншої особи, а також розвинена емпатія, зокрема її когнітивні компоненти, здатність до соціального інтелекту та вміння ставити себе на місце іншого. Особливу увагу варто приділити такій рисі, як інтуїція, що виступає ключовою в діяльності психолога. Для суб'єктів побутової психологічної практики інтуїція часто є основним інструментом ухвалення рішень та вибору методів впливу. У психологів формується професійна інтуїція, яка базується на системному науковому осмисленні власної практики та практики колег, на інтеграції емпіричного досвіду з науковими знаннями і теоретичними моделями.

Для суб'єкта практики, що ґрунтується на позанаукових концепціях, центральною характеристикою є віра у власну «теорію» та її ефективність. Для такого практику існування, наприклад, привидів або «енергетичних потоків» є беззаперечним фактом. Відповідно, обґрунтування використання певних прийомів або методів здійснюється саме через призму цих уявлень. Іноді такі практики застосовують цілком адекватні психологічні прийоми, які дають позитивний результат, проте їхнє пояснення базується на містичних або непідтверджених наукових гіпотезах. Часто для ефективності таких практик клієнт повинен повірити у дієвість процедури, сприймаючи суб'єкта практики як носія сакрального знання та досвіду [52].

Побутова, або ужиткова психологія, формує методологічну базу на здоровому глузді та життєвому досвіді практику. У цьому випадку застосовуються методи, що пройшли перевірку життям, зокрема індивідуальні звички, усталені форми поведінки, а також колективний досвід: обряди, ритуали, традиції та інші форми соціальної практики, що передавалися з покоління в покоління. Такий підхід відрізняється високою практичною орієнтацією та адаптивністю до конкретних життєвих ситуацій, однак не завжди забезпечує наукове обґрунтування застосовуваних методів [41].

Психологічна практика є невід'ємною складовою культурного та соціального життя, а також важливою формою міжособистісного спілкування. Вона здійснюється за допомогою цілеспрямованого впливу однієї особистості – суб'єкта психологічної практики – на іншу особистість або групу осіб – об'єкт практики. Цей вплив реалізується через різні форми безпосереднього або опосередкованого спілкування, включно з інтерактивними, колективними та індивідуальними видами діяльності, а також через спеціально організовані практичні процедури, спрямовані на зміну психічних станів, поведінки та міжособистісних взаємодій. Головною метою психологічної практики є свідоме або несвідоме внесення суб'єктом змін у поведінку, емоційні та когнітивні процеси, ставлення, переконання, риси та якості особистості об'єкта практики. При цьому зміни можуть стосуватися як індивідуального розвитку людини, так

і її соціальних взаємодій, колективних зв'язків, а також формування або корекції соціальної поведінки та світогляду [44].

Психологічна практика історично формувалася і розвивалася у трьох основних напрямках. Перший напрямок базувався на побутовій (життєвій) психології, на знаннях і навичках, перевірених практикою життєдіяльності, усталених звичках, традиціях та ритуалах. Другий напрямок – позанаукова психологія, що ґрунтується на міфологічних, релігійних, містичних або псевдонаукових уявленнях, які не завжди піддаються науковій перевірці, але іноді забезпечують певний практичний ефект. Третій напрямок – наукова психологія, яка застосовує систематизовані наукові знання, обґрунтовані методи дослідження, експериментальні процедури та теоретичні концепції, що дозволяють досягти передбачуваних і відтворюваних результатів. Історично можна простежити еволюційну динаміку: побутова практика дала початок позанауковій, а остання стала основою для формування наукової практики. Таким чином, наукова психологічна практика є наймолодшою серед згаданих видів, проте найсистематизованішою та теоретично обґрунтованою [1].

У реальній практичній діяльності часто спостерігається синтез елементів трьох видів практик. Іноді складно чітко відокремити, які конкретні методи або прийоми належать до наукової, а які – до позанаукової чи побутової практики. Водночас всі види психологічної практики активно запозичують методи, прийоми та технології один у одного, трансформуючи їх та змінюючи статус. Наприклад, методи, що колись застосовувалися лише у побутовій практиці, після наукового обґрунтування та вдосконалення можуть інтегруватися у наукову психологію, стаючи її ефективними інструментами. Таке явище підкреслює необхідність чіткого визначення методологічних засад психологічної практики та розробки критеріїв відбору адекватних практичних методів. Воно також передбачає специфічну діяльність психолога-практика – перетворення теорій, методів і методик наукової, позанаукової та побутової психологічних практик у конкретні технології практичної діяльності. Саме цю діяльність доцільно визначати як прикладну психологію, яка виступає мостом між теоретичними знаннями і їх практичним застосуванням, забезпечуючи

ефективність психологічного впливу на поведінку, свідомість та соціальну активність людей.

Отже, у процесі концептуалізації поняття «прикладна психологія» як у зарубіжній, так і у вітчизняній науці поступово утверджується розуміння її як системи практичних впливів, спрямованих на людину і здійснюваних людиною, у межах яких суб'єкт і об'єкт взаємодії мають рівноправну, активну позицію. Прикладна психологія постає не лише як сфера практичного застосування теоретичних знань, а як самостійний напрям наукового пізнання і гуманістичної діяльності, що забезпечує розвиток особистості, оптимізацію міжособистісних стосунків і підвищення якості життя людини в умовах сучасного суспільства.

1.2. Наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології

Сучасне осмислення прикладної психології вимагає чіткого визначення її предметного поля, методів дослідження та завдань, що стоять перед фахівцями. Наукові підходи до трактування цих аспектів базуються на інтеграції досягнень теоретичної психології та методології наукового пізнання з практичним досвідом психологічного втручання, що реалізується у різних сферах соціальної та індивідуальної діяльності людини. Предметна спрямованість прикладної психології охоплює вивчення психічних процесів, особливостей розвитку особистості, закономірностей міжособистісної взаємодії та чинників соціального середовища, що впливають на життєвий шлях індивіда.

Виникнення психології як самостійної наукової дисципліни пов'язане із запровадженням специфічних експериментальних методів дослідження, розробка і застосування яких обумовлювалися потребою вирішення конкретних соціальних, виробничих, управлінських та культурних завдань. Психологія у своїй суті виступає як пояснювальна наука, здатна інтерпретувати явища навколишнього світу та психіку людини, існуючи стільки ж, скільки існують свідомість людини, філософія і наукове знання загалом [66].

Психологія стає дійсно експериментальною, тобто науковою, саме через актуалізацію практичних проблем і пошук їх вирішення за допомогою наукових методів. На початку ХХ ст. виникають експериментальні галузі загальної, соціальної, інженерної, вікової та диференційної психології, що сприяє формуванню фундаменту для розвитку прикладної психології. Кінець ХХ ст. характеризується швидким ростом саме прикладних напрямів психології – екологічної психології, психології реклами, психології управління, педагогічної, юридичної психології та багатьох інших. Хоча на деякий час розвиток прикладної психології у вітчизняній науці відстав від світових тенденцій, не можна заперечувати, що розвиток психологічної теорії та експерименту багато в чому базувався на практичних потребах суспільства [60].

Аналіз взаємозв'язку психологічної теорії і практики демонструє, що психологічна практика виконує подвійну функцію. З одного боку, вона активно «споживає» наукові знання, включаючи психологічні закони, закономірності, методи та теорії, а також результати конкретних експериментальних досліджень. З іншого боку, практичні завдання та результати застосування методик стимулюють науку до формулювання нових експериментальних і теоретичних проблем, сприяють поясненню феноменів, що виникають у процесі практичного психологічного впливу. Взаємне проникнення теоретичної і практичної психології є необхідною умовою прогресу психологічної науки загалом.

Прикладна психологія сформувалася як результат запитів різних сфер професійної діяльності людини та необхідності вирішення конкретних соціально-економічних, виробничих і культурних проблем. Її розвиток і сьогодні залишається тісно пов'язаним із прогресом техніки, удосконаленням виробничих процесів, розвитком гуманітарної сфери, трансформацією суспільних відносин. Розвиненими сучасними напрямками прикладної психології є психологія менеджменту та управління, психологія освіти, політична психологія, психологія соціальних служб і громад, психологія спорту, військова психологія, клінічна та юридична психологія, екологічна та консультативна психологія тощо [41].

Для ілюстрації масштабів прикладної психології можна звернутися до структури Американської психологічної асоціації (АРА), яка протягом ХХ ст. формувалася шляхом добровільного об'єднання або виділення професійних груп психологів без чіткої системи, керуючись найпопулярнішими серед фахівців напрямками практики. Очевидно, що більшість підрозділів Асоціації в сучасному розумінні відносяться саме до прикладної психології, що підтверджує її глобальне значення та різноманіття професійних функцій [22].

Аналіз джерел щодо застосування понять «наукова», «практична» та «прикладна» психологія у вітчизняній та зарубіжній літературі виявляє значні відмінності у їх трактуванні, а іноді й певну плутанину. Кожен автор, який використовує ці терміни, надає їм власного, специфічного змісту, що ускладнює формування єдиного концептуального поля. У більшості розвинутих країн проводиться чітке розмежування між науковою (академічною) психологією та практичною, прикладною психологією, при цьому терміни «наукова» та «академічна» у сучасних дослідженнях вважаються тотожними.

У вітчизняній психологічній традиції іноді розрізняють практичну та прикладну психологію (зокрема, Ю. Гільбух, В. Рибалка, Т. Яценко), де практична психологія трактується як безпосередня психологічна практика – консультування, психотерапія та інші види професійної діяльності, а прикладна – як науково-методичне забезпечення діяльності практикуючих фахівців, тобто трансляція результатів психологічної науки у практичні технології взаємодії з людьми. Можливо, таке розмежування практичної та прикладної психології зумовлене різним тлумаченням англійського терміну *applied*, яким у західній психології позначають прикладні галузі. У більшості західних країн не виділяють три види психології; існує, по суті, лише наукова та прикладна психологія. На думку В. Панка, розуміння прикладної психології як окремого компоненту науки обґрунтовується різними рівнями наукового пізнання та інтерпретації фактів. У цьому сенсі прикладна психологія постає інструментом застосування досягнень наукової психології для вирішення конкретних соціальних, професійних та культурних проблем [73].

Наукова психологія, у свою чергу, досліджує закономірності виникнення, функціонування і розвитку психіки як форми активного відображення дійсності. Вона спирається на специфічні психологічні методи, а також на загальнонаукові підходи до пошуку, інтерпретації та верифікації досліджуваних явищ, результатом чого є науковий факт, закон або модель психічного процесу. Психологічна практика, навпаки, орієнтована на діагностично-корекційну та профілактичну роботу з індивідом чи групою, спрямовану на підтримку психічного здоров'я, запобігання небажаних явищ у поведінці та розвитку особистості. Досягнення цих цілей здійснюється за допомогою спеціальних психологічних методів, методик і технологій практичної діяльності [27].

Навіть якщо психологічна практика спирається на позанаукові чи побутові підходи, вона вимагає від наукової психології не лише глибокого теоретичного осмислення предметного поля, а й надання дієвих методів та технологій для діагностики, корекції, профілактики та інших видів практичної роботи. Часто методи наукової психології не можуть бути безпосередньо використані у діяльності психотерапевта або психолога-консультанта; вони потребують адаптації та інтеграції з результатами суміжних наук (педагогіка, соціологія, медицина) або з ефективними практичними прийомами з побутової та позанаукової психології (сугестія, арт-терапія, сповідь) [31].

Методи, принципи та конкретні психологічні закони, які є здобутком академічної науки, не можуть бути безпосередньо застосовані у психологічній практиці без відповідної адаптації та трансформації. У процесі безпосереднього перенесення наукових знань у практичну діяльність виникають численні ускладнення, несумісності та труднощі, пов'язані як із специфікою конкретної особистості чи групи, так і з соціальним і культурним контекстом, у якому реалізується психологічна практика. Саме тому виникає необхідність у створенні проміжної ланки, що функціонувала б як місток між науковою психологією та практикою – такою ланкою є прикладна психологія, головною функцією якої є адаптація та трансляція фундаментальних психологічних законів, принципів і методологічних підходів для розв'язання конкретних психологічних і соціальних проблем індивіда та груп [42].

Результатом наукової діяльності у сфері психології є встановлені закони, закономірності, методологічні підходи, наукові факти, принципи та методи дослідження. На противагу цьому, результатом діяльності психолога-практика стає формування психологічно здорової, соціально адаптованої та гармонійної особистості, що проявляється у її індивідуальності та здатності до ефективної взаємодії з соціальним середовищем. Водночас прикладна психологія продукує конкретні методики, прийоми, технології, спрямовані на надання психологічної допомоги, які враховують індивідуальні, вікові та соціальні особливості об'єкта практикування. Таким чином, вона виконує роль посередника, який переводить абстрактні наукові знання у конкретні практичні дії та технології.

Прикладна психологія визначається як самостійна галузь професійної діяльності, метою якої є систематичне розроблення та впровадження у практику цілісних технологій і методів психологічної роботи. Це досягається шляхом інтеграції, тобто синтезу знань, методів та закономірностей наукової, позанаукової та побутової психології з безпосереднім досвідом і практичними навичками фахівців. Особливістю прикладної психології є те, що вона має власну специфічну мету, методологію, принципи та категорійно-поняттєвий апарат, які відрізняють її від академічної науки та від традиційної психологічної практики.

Підсумовуючи дискусію щодо сутності прикладної психології, можна стверджувати, що вона виступає особливою галуззю професійної діяльності психолога, яка виділяється своєю системністю, науковою обґрунтованістю і методологічною структурованістю. Практикуючий психолог реалізує свої професійні функції через застосування специфічних прийомів, методів і технологій, які ґрунтуються на знанні законів поведінки та психічного розвитку людини і збагачені досвідом роботи самого спеціаліста та його колег. Основними видами діяльності фахівця у сфері прикладної психології є клінічна та прикладна психодіагностика, психотерапія, психологічне консультування, профілактична робота, а також корекція індивідуальних рис, поведінки та психічного розвитку людини з урахуванням її соціокультурного та вікового контексту [20].

Аналіз логіко-наукових, соціально-історичних та культурних чинників розвитку психології у ХХ столітті демонструє, що наукова (академічна) та прикладна психологія мають суттєві відмінності, які проявляються не лише у формальних ознаках, а й у завданнях, методології, принципах, структурі змісту і формах розвитку. Це свідчить про нагальну необхідність ретельного дослідження теоретико-методологічних засад, на основі яких сучасна прикладна психологія здатна ефективно функціонувати та розвиватися. Саме усвідомлення цих підстав дає змогу визначити специфіку прикладної психології як самостійної галузі знань та професійної діяльності, що інтегрує наукові результати у практичну роботу з людьми в різних соціальних і життєвих контекстах [28].

Спроби безпосереднього залучення надбань академічної психології у практичну діяльність виявили ряд протиріч, що пов'язані з неможливістю прямого перенесення наукових методів у практичне середовище. Виявилось, що дослідницькі інструменти, які ефективно функціонують у лабораторних або експериментальних умовах, не завжди є придатними для використання практикуючими фахівцями, такими як психотерапевти, психологи-консультанти або спеціалісти соціально-психологічних служб. У багатьох випадках виникає потреба у спеціальній, часто дуже копіткій і ретельно структурованій роботі з адаптації наукового методу до конкретних потреб практичного застосування. Цей процес, який іноді позначають як практичну адаптацію, впровадження або клінічне тестування методик, підтверджує важливість формування окремого напрямку, орієнтованого на трансляцію наукових знань у практичні технології.

Поглиблення та розвиток психологічної теорії у останні роки ще більше підкреслюють необхідність системного дослідження категоріального апарату та методології прикладної психології, визначення її специфіки та місця серед різних форм професійної діяльності, включаючи психологічну практику, позанаукову і побутову діяльність. Сучасна наука ставить завдання не лише вивчення психічних процесів людини, але й трансляції цього знання у практичні інструменти, що забезпечують ефективне функціонування

психологічної допомоги у різних соціальних, освітніх та кризових контекстах [33].

Якщо здійснювати розрізнення психології на наукову, позанаукову, побутову та прикладну, спираючись на протиставлення науки, містики, повсякденного знання і практики, виникає нагальна потреба у чіткому визначенні предмету та методології прикладної психології. Особливо важливим є порівняння її предметного поля та методологічного апарату з аналогічними характеристиками наукової, побутової та позанаукової психології. Саме це дає змогу окреслити межі компетенцій прикладної психології і з'ясувати її роль як посередника між фундаментальною наукою та психологічною практикою.

Що стосується сутності самих понять «наукова» і «прикладна» психологія, то сучасні теоретико-психологічні джерела визначають психологію як науку, що досліджує закономірності, принципи виникнення, функціонування і розвитку психічних процесів, особистості та міжособистісних взаємодій. Поділ психології на наукову, побутову, позанаукову та прикладну демонструє, що психологія існує не лише як академічна дисципліна, а й як комплекс професійних практик: психологічна реабілітація, психокорекція, психотерапія, психогігієна, психологічна профілактика та інші форми діяльності. Ці практики, хоча й спираються на наукові досягнення, не є безпосередньо галузями наукової психології, а розвиваються як окремі сфери професійної діяльності [17].

Для визначення місця прикладної психології у системі психологічного знання важливим є порівняння різних видів психологічного пізнання, виявлення їхніх методів, принципів та специфічних об'єктів дослідження. Історично першим видом пізнання психічної реальності була побутова психологія (повсякденна, ужиткова), що формувалася в рамках традицій, соціальних норм, звичок, інтуїції та практичного досвіду взаємодії людей. Вона визначала способи управління поведінкою та розвитком інших людей у межах соціальних і культурних контекстів і одночасно виступала основою ранньої психологічної практики. Побутова психологія функціонує як культурно закріплений досвід, що реалізується через традиції, соціальні

практики та фольклор, надаючи ефективні, хоч і неформалізовані, способи впливу на психіку людини.

Наукова і побутова психологія різняться як за методологічною основою, так і за підходами до предмету дослідження. Наукова психологія використовує систематизовані методи дослідження, емпіричні і експериментальні підходи, теоретичний аналіз і верифікацію фактів, тоді як побутова психологія спирається на практичний досвід і культурні традиції. Прикладна психологія, своєю чергою, інтегрує знання наукової психології з багатством побутової практики, враховуючи етнокультурні та соціальні особливості клієнтів і груп [32].

Позанаукова психологія представляє окремий тип знання, що базується на релігійних або псевдорелігійних уявленнях, містичних концепціях, а також передбаченнях, особистих переконаннях і неспітверджених науковими методами гіпотезах. Її основу складає віра у певні закономірності або механізми психічної реальності, що часто ґрунтується на системах міфів і легенд. Водночас існують явища психіки та поведінки людини, які на сучасному етапі наукового розвитку не мають достатньо обґрунтованого наукового пояснення. Ігнорувати ці сфери не можна, адже психологічна допомога, що надається з позицій позанаукової або побутової психології, часто виявляється ефективною [5].

Наукова психологія, як аналітична дисципліна, зосереджується на психічних явищах, закономірностях розвитку психіки, рисах особистості, психічних якостях суб'єкта та механізмах міжособистісної взаємодії. Вона розкладає об'єкт на складові, досліджує взаємозв'язки між ними і намагається відтворити цілісну, функціонуючу структуру психіки. Науковий підхід забезпечує формування системи психологічних фактів, закономірностей і методів, які можуть бути подальше використані прикладною психологією для розробки ефективних методик, технологій та стратегій професійного психологічного впливу на конкретні групи та індивідів [10].

Для ілюстрації процесу психологічного дослідження доцільно звернутися до класичної схеми, що демонструє етапи побудови психологічного знання. У

загальних рисах ця схема включає: теоретичний аналіз предметної області, виокремлення і формулювання проблеми дослідження; операціоналізацію ключових понять; вибір методики або комплексу методів здобуття необхідної інформації; проведення констатуючих експериментів; обробку і статистичний аналіз отриманих даних; встановлення закономірностей та формулювання наукових фактів; проведення формуючого експерименту, тобто моделювання в реальному просторі та часі виявлених закономірностей; підсумковий аналіз результатів і опис об'єкта дослідження з визначенням закономірностей.

Як свідчить ця структура, основна мета наукового дослідження полягає у відтворенні або моделюванні явища, що існує у реальній дійсності, та встановленні його закономірностей як елемента більшої системи. Навіть у випадках, коли дослідник спрямовує зусилля на формування певного психічного процесу або механізму, слід підкреслити два ключові моменти: по-перше, мова йде не про формування особистості в цілому, а про розвиток конкретної риси, властивості або психологічної якості; по-друге, об'єктом формування є не конкретна особистість, а методика, яка демонструє ефективність у визначеній категорії людей. Саме аналітично-статистичний підхід до вивчення психічних явищ є характерною ознакою наукової психології [22].

Прикладна психологія, у свою чергу, виступає як спеціалізована сфера професійної діяльності, головним змістом якої є розробка на основі наукової методології та практичного досвіду технологій, методик і прийомів здійснення психологічної практики. Практична психологія передбачає застосування цих методів для корекції поведінки, розвитку психічних якостей та підтримки особистісного росту індивіда, враховуючи унікальні обставини його життєвого шляху, соціальний контекст і індивідуальні особливості. Важливо підкреслити, що прикладна психологія не є тотожною ні науковій, ні побутовій, ні позанауковій психології. Вона функціонує як аплікація наукових досягнень у вирішенні конкретних практичних завдань надання психологічної допомоги, водночас інтегруючи знання та методи інших типів психологічного знання.

Аналіз предметного поля прикладної психології дає змогу виділити три специфічні функції, які вона виконує у системі психологічного знання:

1. Синтез різномірних методологічних і теоретичних підходів до психіки та закономірностей її розвитку. Цей процес включає інтеграцію наукового, позанаукового та побутового рівнів пізнання для створення ефективних методів розвитку і формування особистості, надання психологічної підтримки в складних життєвих обставинах. Цю функцію часто визначають як науково-впроваджувальну, науково-методичну або науково-прикладну.

2. Аналіз і узагальнення досвіду психологічного практикування. При цьому здійснюється систематизація методів, прийомів і технологій, що застосовуються у різних сферах психологічної практики, із врахуванням індивідуальних особливостей клієнтів, вікових і соціальних характеристик, їхніх життєвих ситуацій і перспектив. Ця функція сприяє перетворенню практичного досвіду на обґрунтовані методики і технології психологічного впливу.

3. Розробка і впровадження у практику методів і технологій психологічної діяльності. Вона є результатом синтезу різних типів психологічного знання, а також продуктом інтеграції практичного досвіду, накопиченого в процесі психологічного практикування. Розроблені технології і методики орієнтовані на конкретні категорії індивідів та груп і враховують їх індивідуальні риси [20].

Порівняння методологічних засад різних типів психологічного знання – наукового, позанаукового, побутового та прикладного – дає змогу виявити їх суттєві відмінності, що стосуються як об'єкта і предмета дослідження, так і мети, підходів, методів та очікуваних результатів професійної діяльності (Додаток В).

На рівні об'єкта дослідження наукова психологія фокусує увагу на загальних закономірностях виникнення, функціонування та розвитку психіки. Ці закономірності виявляються завдяки використанню загальнонаукових методів пізнання, включно з математично-статистичними підходами. Таким чином, результатом дослідження є не цілісна особистість, а окремі психологічні

функції або процеси, типологія особистостей, так звана «середньостатистична людина», набір статистично значущих характеристик, рис та функцій.

Позанаукова і побутова психологія, на відміну від наукової, працюють з конкретною людиною, що перебуває у типових життєвих обставинах. Типові життєві ситуації дозволяють психологу визначати прийоми і методи практикування. У позанауковій психології вибір методів обґрунтовується світоглядними засадами і власною «теорією» (міфологією), тоді як у побутовій психології застосовуються життєвий досвід, традиції, інтуїція та практичні навички. Відмінність полягає в тому, що у позанауковій психології об'єкт має бути віднесений до певного типу (відповідно до системи вірувань або міфології), тоді як у побутовій психології він розглядається як неповторна індивідуальність.

У прикладній психології об'єкт завжди розглядається як конкретна індивідуальність у специфічних життєвих обставинах. Це необхідно для того, щоб розроблені технології та методики надання психологічної допомоги були максимально ефективними, враховували унікальні проблеми та обставини життя конкретної особистості, а також поєднували елементи наукового аналізу та практичного досвіду. Таким чином, прикладна психологія функціонує на стику наукового, позанаукового та побутового знання, синтезуючи різні підходи для досягнення конкретних практичних результатів – розвитку, адаптації та психологічної підтримки індивідів у реальних життєвих ситуаціях [32].

З точки зору предметного поля, наукова психологія орієнтується на вивчення психіки як системи, її розвитку, механізмів та законів, що забезпечують регуляцію поведінки і внутрішньої активності людини. Предметом дослідження наукової психології є абстрактні, загальні закономірності функціонування психіки, що виявляються через застосування загальнонаукових методів пізнання, включно з експериментальними та математичними підходами. У результаті формуються наукові узагальнення, типології особистості, а також знання про «середньостатистичну людину» та статистично значущі психологічні риси.

У позанауковій та побутовій психології предмет дослідження має більш конкретний, прикладний характер. Тут ключовим є життєва ситуація об'єкта практикування та проблематика, яку вона породжує. Саме допомога людині у вирішенні труднощів конкретної життєвої ситуації є предметом практикування цих видів психології. Різниця полягає у методологічному підході: позанаукова психологія спочатку класифікує особистість за певним типом, відповідно до «теоретичних» або міфологічних уявлень, а вже потім застосовує відповідні методи впливу. Натомість побутова психологія не потребує таких процедур і працює з людиною як з унікальною індивідуальністю [3].

Прикладна психологія, у свою чергу, змушена розглядати людину як цілісну систему, що взаємодіє зі своїм соціальним та природним оточенням, і робити це системно та синтетично. Розробка науково обґрунтованих методів психологічної допомоги передбачає врахування таких компонентів:

1. Індивідуальних та типових рис особистості, її психофізіологічних, когнітивних та емоційних особливостей.
2. Особливостей життєвого шляху конкретної людини, або її індивідуальної історії, що формує унікальний досвід та стратегії поведінки.
3. Чинників актуальної життєвої ситуації, включно з проблемами, що виникають унаслідок розвитку особистості, соціальних обставин.
4. Життєвих перспектив, інтенцій та планів людини, які визначають можливості її розвитку та адаптації у конкретному соціальному контексті [16].

Особливу увагу варто приділити поняттю «підхід», що використовується у Додатку В. Під підходом розуміють сукупність методологічних позицій, які забезпечують реалізацію світоглядної та практичної функцій кожного виду психологічного знання. Порівняння підходів демонструє відмінності:

1. Аналітико-статистичний та системно-структурний підхід наукової психології орієнтований на детальне розчленування психічних явищ, виявлення закономірностей і відтворення цілісної психіки на основі отриманих даних.
2. Нормативно-етичний підхід позанаукової психології передбачає приведення поведінки, ціннісних орієнтацій та світогляду особистості до встановлених канонів або правил, визначених міфологічними, релігійними чи

ідеологічними системами. Вони зазвичай формулюються у вигляді заповідей, приписів або обрядових норм, що обмежують вільний саморозвиток.

3. Інтуїтивний та синтетичний підхід побутової психології відображає розуміння людини як унікальної цілісності, неподільної за своєю природою. Об'єкт побутової психології – конкретна жива людина, що сприймається в її індивідуальності та неповторності. Цей підхід забезпечує гнучкість і практичну ефективність у повсякденній взаємодії.

4. Структурно-синтетичний підхід прикладної психології поєднує аналітичні принципи наукової психології та синтетичний, цілісний підхід побутової психології. Він дає змогу конструювати методи і технології психологічного впливу на основі системного розуміння особистості, її структури, потреб та життєвих обставин [33].

Визначення предмету прикладної психології стає більш точним у цьому контексті. Предметом можна вважати методологію побудови технологій, методів і методик застосування психологічних знань у практиці, яка реалізується на основі комплексного розуміння індивідуальності конкретної особистості. Такий підхід включає аналіз її життєвого шляху, проблем і перспектив, а також врахування унікальних обставин її життя. Прикладна психологія як науково-практична дисципліна забезпечує інтеграцію аналітичного знання та практичного досвіду для ефективного розв'язання реальних проблем людини у соціальному, професійному та особистісному контекстах.

Ще одним важливим елементом порівняльного аналізу, який заслуговує на додаткове уточнення, є питання методів у різних видах психологічного знання. Звертається увага на специфіку некласичних і постнекласичних підходів, що вказує на багатомірність і гнучкість методологічних засад психологічного пізнання та практики. Проте, виходячи з класичних наукових традицій, методи наукової психології насамперед слід віднести до категорії дослідницьких, спрямованих на системне вивчення психічних явищ, встановлення закономірностей розвитку психіки та обґрунтування типологій особистості [32].

У свою чергу, методи позанаукової та побутової психології є переважно практичними. Позанаукова психологія спирається на методологію «теорії» або міфологічних систем і передбачає застосування практичних прийомів, обрядів чи ритуалів відповідно до встановлених норм. Побутова психологія, в свою чергу, орієнтована на досвід та інтуїцію і реалізується через повсякденні способи взаємодії з людиною, які відпрацьовані традиціями та соціальною практикою.

Прикладна психологія займає проміжну позицію між дослідженням та практикою, поєднуючи аналітичні засади наукової психології та практичний досвід, накопичений у побутовій і позанауковій психології. Це поєднання реалізується у формі психологічних технологій – цілісних методичних систем, що включають три взаємопов'язані компоненти:

1. Діагностичний компонент, який передбачає виявлення індивідуально-неповторних рис особистості, аналіз її життєвого шляху, особливостей соціального середовища та актуальної проблематики;

2. Інтерпретаційний або пояснювальний компонент, що дає змогу осмислити отримані дані та встановити закономірності розвитку психічних процесів у конкретної людини;

3. Корекційно-розвивальний компонент, спрямований на створення умов для зміни поведінки, розвитку ресурсів особистості та формування адаптивних стратегій взаємодії з оточенням [39].

Основна ціль застосування психологічної технології полягає у системному та цілісному впливі на індивідуальний розвиток особистості, враховуючи сукупність її унікальних психологічних якостей, потреб, життєвого шляху та планів на майбутнє. Завдяки системно-синтетичному підходу, що поєднує аналітичне вивчення елементів психіки та синтетичне бачення особистості як цілісного феномена, психологічна технологія стає гнучким інструментом, здатним адаптуватися до конкретних обставин практикування.

Процес розробки психологічної технології можна визначити як психологічне проектування, яке спрямоване на вирішення конкретних завдань індивідуального розвитку, адаптації або соціальної взаємодії. Він базується на

комплексному використанні наукових даних, а також досвіду побутового і позанаукового психологічного практикування. Адаптація технології до конкретної життєвої ситуації об'єкта є обов'язковою, що забезпечує її ефективність і релевантність у реальних умовах психологічної практики [46].

Отже, специфіка прикладної психології полягає у синтезі наукових закономірностей та методології з практичним досвідом різних форм науково-психологічного знання, що дає змогу їй займати проміжне місце між теоретичною психологією та психологічною практикою. Прикладна психологія виконує роль мосту між знанням та практикою, акумулюючи різноманітні методологічні та практичні підходи, і спеціалізується на проектуванні розвитку конкретної особистості в контексті її унікальних життєвих обставин через розробку та впровадження корекційно-розвивальних технологій.

Висновок до розділу 1

1. У процесі концептуалізації поняття «прикладна психологія» як у зарубіжній, так і у вітчизняній науці поступово утверджується розуміння її як системи практичних впливів, спрямованих на людину і здійснюваних людиною, у межах яких суб'єкт і об'єкт взаємодії мають рівноправну, активну позицію. Прикладна психологія постає не лише як сфера практичного застосування теоретичних знань, а як самостійний напрям наукового пізнання і гуманістичної діяльності, що забезпечує розвиток особистості, оптимізацію міжособистісних стосунків і підвищення якості життя людини в умовах сучасного суспільства.

2. Специфіка прикладної психології полягає у синтезі наукових закономірностей та методології з практичним досвідом різних форм науково-психологічного знання, що дає змогу їй займати проміжне місце між теоретичною психологією та психологічною практикою. Прикладна психологія виконує роль мосту між знанням та практикою, акумулюючи різноманітні методологічні та практичні підходи, і спеціалізується на проектуванні розвитку конкретної особистості в контексті її унікальних життєвих обставин через розробку та впровадження корекційно-розвивальних технологій.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1. Методика організації емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності

Сучасна освіта у сфері психології орієнтована на підготовку фахівців, здатних ефективно реалізовувати професійно-прикладну діяльність у різних соціальних і психологічних контекстах, що потребує не лише теоретичної підготовки, але й систематичного розвитку практичних компетентностей. У цьому контексті особливе значення набуває вивчення рівня готовності майбутніх психологів до професійної діяльності, оскільки така готовність включає комплекс знань, умінь, навичок та особистісних якостей, необхідних для ефективної роботи з клієнтами, групами та соціальними інститутами.

Для вирішення завдань емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності було розроблено діагностичний комплекс, до якого увійшли такі психодіагностичні методики:

1. Методика діагностики навчальної мотивації студентів (А. Реан та

В. Якунін).

2. Методика визначення структури емоційної спрямованості особистості (за В. Семиченко).

3. Методика «Локус контролю» Дж. Роттера.

4. Методика «Мотивація до навчання у виші» (Т. Ільїна).

Методика визначення структури емоційної спрямованості (В. Семиченко) дає змогу оцінити орієнтаційну складову мотиваційної сфери особистості, визначаючи рангові пріоритети різних типів емоційних переживань, що безпосередньо впливають на ефективність майбутньої професійної діяльності. Ця методика базується на класифікації емоцій, запропонованій Б. Додоновим, яка орієнтована на потреби та мотиви людини і фокусує увагу на тих емоціях, що надають найбільшу цінність діяльності та безпосередньо впливають на рівень зацікавленості в роботі чи навчанні, роблячи її насиченою, змістовною та мотивованою. Емоції, які включає класифікація, є саме тими, що формують базу мотивації, активізують внутрішні ресурси особистості і спонукають до цілеспрямованої професійної активності, що є критично важливим для підготовки майбутніх психологів, оскільки їхня професійна діяльність потребує високого рівня емоційної стійкості та орієнтації на ефективну допомогу іншим.

Водночас, як зауважує Є. Ільїн, розгляд емоцій у цьому контексті може спричинити методологічні неточності, оскільки відбувається певне змішування понять емоцій, потреб і бажань, що потребує уточнення термінологічного апарату. У зв'язку з цим, на думку В. Семиченко, доцільніше трактувати виділені емоції як окремі типи емоційної спрямованості, що відображають пріоритети внутрішньої мотиваційної організації особистості та її готовність до професійної діяльності. Саме такий підхід забезпечує коректну інтерпретацію отриманих результатів і дає змогу більш точно оцінювати орієнтаційні та ціннісні компоненти професійної готовності майбутніх психологів.

Емоційні типи охоплюють десять груп, які безпосередньо впливають на вмотивованість особистості в різних професійних контекстах:

1. Альтруїстичні емоції формуються на базі потреби допомагати іншим та сприяти їхньому благополуччю. Вони проявляються у переживанні співчуття,

турботи, радості за досягнення інших, відданості та емпатії, що безпосередньо стимулює соціально-орієнтовану поведінку майбутнього психолога.

2. Комунікативні емоції виникають у контексті потреби у взаємодії з іншими та прагнення до емоційної близькості, включають відчуття симпатії, вдячності, поваги, а також бажання бути почутим і зрозумілим, що є фундаментом для розвитку ефективних комунікативних навичок психолога.

3. Глоричні емоції пов'язані з потребою в самоствердженні та визнанні, проявляються у прагненні досягти успіху, здобути авторитет і схвалення, що відображає потребу психолога у формуванні професійної компетентності та впевненості у власних діях.

4. Праксичні емоції виникають у процесі діяльності та оцінки її результатів, пов'язані з інтересом до успіху у професійній практиці, задоволенням від виконаної роботи, що сприяє формуванню трудової мотивації та відповідальності майбутніх психологів.

5. Пугнічні емоції активуються через потребу подолання труднощів та небезпек, стимулюючи ризиковану, проте конструктивну активність, яка розвиває стресостійкість і готовність до професійних викликів.

6. Романтичні емоції проявляються у прагненні до новизни та незвіданого, формують інтерес до експериментальної та дослідницької діяльності, а також гнучкість у прийнятті професійних рішень.

7. Гностичні емоції пов'язані з когнітивними потребами та прагненням до систематизації знань, вирішення проблем та інтелектуального розвитку, що є важливим для науково-обґрунтованої практики психолога.

8. Естетичні емоції зумовлені потребою в естетичному сприйнятті та емоційній чутливості, проявляються у відчутті витонченого, піднесеного, що стимулює розвиток емпатії та здатності цінувати переживання клієнтів.

9. Гедоністичні емоції виникають у зв'язку з задоволенням тілесних і душевних потреб, сприяють формуванню внутрішньої гармонії, психологічного комфорту, необхідного для стабільної професійної діяльності.

10. Акізитивні емоції пов'язані з прагненням до накопичення, освоєння нових ресурсів та здобуття досвіду, що мотивує до професійного само-

вдосконалення та розвитку компетентностей.

У процесі роботи майбутнім психологам пропонувалося проранжувати тексти, що описували приємні переживання, співвідносні з кожним із типів емоційної спрямованості, від найбільш до найменш пріоритетного. Таке ранжування дає змогу оцінити суб'єктивну цінність різних емоційних проявів і отримати кількісні дані для подальшого порівняння з іншими методиками, що досліджують мотиваційні, орієнтаційні та емоційні аспекти готовності до професійно-прикладної діяльності. Для зручності математичної обробки та коректної інтерпретації результатів ранги було переведено у бальні оцінки від 0 до 9, що забезпечує можливість їх уніфікованого аналізу та графічного відображення, сприяючи оцінці готовності майбутніх психологів до діяльності.

Методика діагностики навчальної мотивації, запропонована А. Реаном та В. Якуніном, є ефективним інструментом у системі емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності, оскільки дає змогу комплексно оцінити структуру мотивів, що визначають навчальну активність та спрямованість на професійне самовдосконалення. Використання цієї методики дає змогу виявити, яким чином різні типи мотиваційних установок впливають на вибір навчального закладу, спеціалізації та подальший розвиток професійних компетентностей майбутніх психологів, а також визначити пріоритетність окремих мотивів у навчанні.

Навчальна мотивація майбутніх психологів характеризується складною системою мотивів, кожен із яких по-різному впливає на готовність до професійної діяльності та засвоєння необхідних знань. На основі опитувальника А. Реана та В. Якуніна було запропоновано ряд мотивів, які охоплюють комунікативні, професійні, учбово-пізнавальні, широкі соціальні мотиви, мотиви уникнення невдачі, а також мотиви престижу. Ці мотиви не лише визначають зацікавленість студентів у навчанні, але й впливають на формування їхньої професійної ідентичності та готовності до практичної діяльності, оскільки спонукають до розвитку ключових компетентностей, необхідних для ефективної роботи психолога у різних соціальних і професійних

контекстах. При цьому психологи самостійно визначали значимість кожного мотиву, відзначаючи ті, що мали для них найбільшу цінність, а також менш пріоритетні, що дає змогу досліднику побачити індивідуальні відмінності в мотиваційній структурі та визначити особливості підготовки до професійно-прикладної діяльності.

Детальніше розглянемо зміст кожної категорії мотивів. Комунікативні мотиви формуються на базі потреби у взаємодії з іншими людьми та розвитку комунікативних навичок, що є необхідними для майбутніх психологів під час роботи з клієнтами, колегами або соціальними групами. Вони стимулюють бажання здобути знання, які забезпечать ефективну комунікацію та можливість встановлювати довірливі професійні відносини, що є фундаментом майстерності психолога-практика. Професійні мотиви проявляються у прагненні досягти високого рівня компетентності у вибраній професії, забезпечити глибоке засвоєння теоретичних і практичних знань та підготовку до їх подальшого застосування у професійній діяльності. Вони формують прагнення до професійного самовдосконалення та розвитку відповідних практичних навичок, що є критично важливими для майбутньої психологічної практики.

Учбово-пізнавальні мотиви характеризуються активним зацікавленням у навчальному процесі, прагненням отримати нову інформацію, систематизувати знання та підвищити свою компетентність, що сприяє формуванню стійкої професійної мотивації та здатності до самостійного навчання. Соціальні мотиви відображають орієнтацію на застосування здобутих знань для забезпечення власного соціального становища, розвитку кар'єри та отримання визнання у професійному та соціальному середовищі, що важливо для майбутніх психологів, які працюють у соціально значущих сферах діяльності.

Мотиви уникнення невдачі проявляються у прагненні уникнути негативних наслідків, таких як відставання від однолітків або втрата престижу, і хоча вони не завжди є продуктивними стимулюючими факторами, для деяких майбутніх психологів вони можуть слугувати додатковим стимулом для наполегливості у навчанні. Мотиви престижу визначаються бажанням бути

першим, лідером у навчальній та професійній діяльності, отримувати визнання та перевагу над іншими, що стимулює конкурентоспроможність та професійну активність, водночас формуючи у студентів прагнення до самовдосконалення та досягнення високих стандартів практичної діяльності.

Методика «Мотивація навчання у вищому навчальному закладі», запропонована Т. Ільїною, є ефективним інструментом організації емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності, оскільки дає змогу виявити структуру навчальної мотивації та пріоритети студентів у процесі здобуття знань і формування професійних компетентностей. Ця методика включає три основні шкали, що відображають різні аспекти мотиваційної спрямованості студентів: перша шкала – «отримання знань», яка характеризує прагнення майбутніх психологів під час навчання у закладі вищої освіти оволодіти необхідними теоретичними знаннями та активно пізнавати нову інформацію, що є фундаментом для формування професійної компетентності та готовності до практичної діяльності; друга шкала – «оволодіння професією», що визначає мотиваційне прагнення студентів набувати практичних умінь та навичок, які безпосередньо стануть у пригоді у їхній майбутній професійній діяльності як психологів; третя шкала – «отримання диплому», яка характеризує орієнтацію на формальне завершення навчання, прагнення здобути документ про освіту, іноді через пошук обхідних шляхів під час контролю знань та оцінювання результатів.

В опитувальник методики для підвищення його надійності та запобігання прямому впливу соціально бажаних відповідей включено низку фонових тверджень, які у подальшому не підлягають обробці, але виконують важливу функцію маскування основних шкал. Загалом методика містить 50 тверджень, проте практичне значення мають лише 16 з них, що включено у три зазначені шкали. Зокрема, на шкали «отримання знань» та «отримання диплому» відведено по п'ять ключових тверджень, у той час як на шкалу «оволодіння професією» – шість. Кожне твердження оцінюється за бальною системою, що дає змогу отримати кількісну характеристику рівня мотивації для кожної шкали окремо, а також комплексну інтегральну оцінку мотиваційної спрямованості

майбутніх психологів. Максимальний бал, який можна набрати за шкалою «отримання знань», становить 12,6, тоді як за шкалами «оволодіння професією» та «отримання диплому» – по 10 балів, що забезпечує можливість порівняння окремих складових мотивації та визначення їхньої відносної значущості у формуванні готовності до професійної діяльності.

Застосування методики в контексті дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності дає змогу не лише виявити мотиви навчальної активності, але й простежити взаємозв'язок між різними типами мотивацій та їхнім впливом на формування професійної компетентності, здатності до самостійного професійного розвитку та готовності до практичної реалізації набутого знання у майбутній психологічній практиці. Крім того, отримані результати дають змогу виявити індивідуальні та групові особливості мотиваційної структури, оцінити ступінь зацікавленості у навчанні та практичній підготовці, а також визначити пріоритети у розвитку професійно-практичних навичок, що є важливим для побудови системи підготовки психологів до ефективної професійної діяльності в сучасних соціально-психологічних умовах.

Методика «Локус контролю» Дж. Роттера є однією з найбільш поширених психодіагностичних процедур, що дає змогу виявляти типи суб'єктивного контролю та визначати, чи схильні майбутні психологи до інтернального або екстернального типу поведінки, що має критичне значення для оцінки їхньої готовності до професійно-прикладної діяльності. Опитувальник складається з 44 пунктів, структурованих таким чином, щоб охопити різноманітні аспекти суб'єктивного контролю в різних сферах життя та діяльності.

Для розширення можливостей практичного застосування методика пропонується у двох варіантах, які відрізняються форматом відповідей: варіант А використовується для дослідницької роботи і передбачає шести-бальну шкалу оцінювання, де «+3» означає повну згоду з твердженням, а «-3» – повну незгоду; варіант Б застосовується переважно для психодіагностики і передбачає бінарну систему «згоден – не згоден».

Застосування методики у контексті дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності дає змогу оцінити рівень їхньої суб'єктивної відповідальності за результати власної діяльності, здатність брати на себе відповідальність за прийняті рішення та прогнозувати наслідки власних дій, що є надзвичайно важливим у майбутній професійній практиці. У межах методики виділяються шість основних шкал, кожна з яких оцінює суб'єктивний контроль у конкретній сфері життєдіяльності та професійної активності:

1. Шкала загальної інтернальності (Із) дає змогу визначити ступінь усвідомлення досліджуваним власної відповідальності за значущі події у житті. Високі показники свідчать про наявність у майбутнього психолога внутрішнього контролю та переконання, що події формуються його власними діями, що є основою для формування професійної автономії. Низькі показники вказують на схильність приписувати життєві результати випадку або впливу інших, що може знижувати готовність до професійної діяльності та відповідальність.

2. Шкала інтернальності в галузі досягнень (Ід) відображає сприйняття студентом власних успіхів та здатності впливати на позитивні результати своєї діяльності. Високі показники цієї шкали свідчать про віру у власні можливості, що є чинником розвитку професійної компетентності у практичній роботі з клієнтами. Низькі показники свідчать про схильність приписувати свої успіхи зовнішнім чинникам, що може обмежувати розвиток професійної самостійності.

3. Шкала інтернальності в галузі невдач (Ін) оцінює рівень усвідомлення відповідальності за негативні події. Високі показники свідчать про здатність майбутніх психологів аналізувати власні помилки та брати на себе відповідальність за їх наслідки, що є ключовою компетенцією у професійній діяльності. Низькі показники вказують на розвинену тенденцію перекладати відповідальність за невдачі на інших або зовнішні обставини, що може обмежувати ефективність саморегуляції та прийняття професійних рішень.

4. Шкала інтернальності у сімейних стосунках (Іс) дає змогу оцінити

усвідомлення майбутнім психологом власної ролі у міжособистісних відносинах і сімейній сфері. Високі показники свідчать про здатність брати на себе відповідальність за важливі соціальні взаємодії, що є важливим для формування навичок етичної та відповідальної поведінки в професії. Низькі показники вказують на переклад відповідальності за сімейні події на інших членів родини.

5. Шкала інтернальності у виробничих відносинах (Ів) оцінює усвідомлення контролю над робочими процесами, стосунками у колективі та професійним розвитком. Високий Ів свідчить про готовність майбутніх психологів брати активну участь у професійних комунікаціях і проєктах, низький – про схильність покладатися на зовнішні фактори, що може обмежувати ефективність командної взаємодії та професійне зростання.

6. Шкала інтернальності стосовно здоров'я та хвороб (Іх) показує рівень усвідомлення студентом власної відповідальності за підтримку фізичного та психічного здоров'я. Високі показники Іх свідчать про активну позицію у збереженні здоров'я, що критично важливо для професійної стійкості психолога; низькі – про схильність покладатися на випадок чи дії інших, що може зменшувати здатність до саморегуляції у професійній діяльності.

Отже, з метою емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності використано такі психодіагностичні методики, як: методика діагностики навчальної мотивації студентів (А. Реан та В. Якунін); методика визначення структури емоційної спрямованості особистості (за В. Семиченко); методика «Локус контролю» Дж. Роттера; методика «Мотивація до навчання у виші» (Т. Ільїна). Їх комплексне використання дало змогу повно і всебічно дослідити особливості готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності

З метою емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності проведено емпіричне дослідження серед студентів 3-4 курсів соціально-гуманітарного факультету Західноукраїнського національного університету. Дослідницька вибірка склала 50 студентів.

За допомогою методики В. Семиченко було проведено детальне вивчення структури емоційної спрямованості майбутніх психологів, що дозволило виявити пріоритети емоційних переживань та визначити ті емоції, які відіграють найбільш значущу роль у їхній професійній орієнтації та взаємодії з іншими людьми. Результати дослідження наведені на рисунку 2.1.

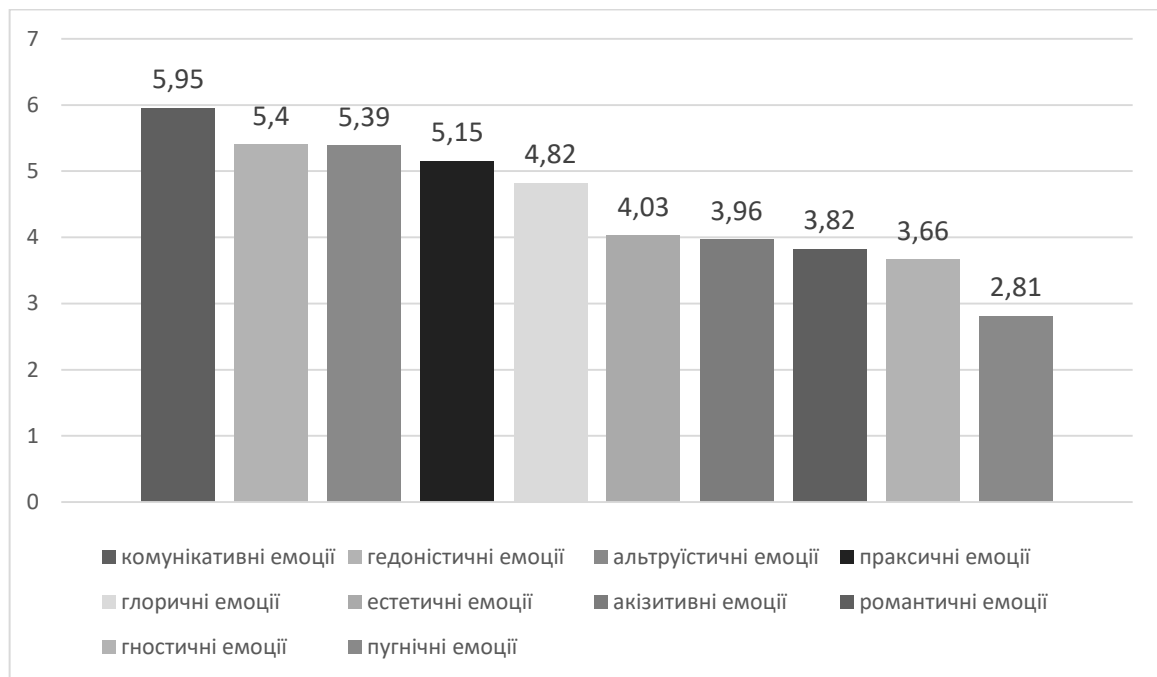


Рис. 2.1. Розподіл показників емоційної спрямованості майбутніх психологів

Комунікативні емоції (середній показник 5,95 балів). Цей тип емоцій характеризується прагненням до взаємодії з іншими людьми, готовністю встановлювати контакти, обмінюватися інформацією та співпрацювати. Для майбутніх психологів комунікативні емоції мають особливе значення, оскільки професійна діяльність передбачає постійне спілкування з клієнтами, колегами та представниками суміжних професій. Високий ранг цих емоцій свідчить про орієнтацію студентів на активну комунікацію та емпатичне взаєморозуміння, що є критично важливим для формування професійної компетентності.

Гедоністичні емоції (середній показник 5,40 балів). Вони відображають прагнення отримувати задоволення від комфортних умов, психологічного благополуччя та приємних переживань у процесі навчання. Для студентів психологічних спеціальностей це означає, що вони цінують гармонію у навчальному середовищі та прагнуть уникати ситуацій конфлікту чи надмірного стресу. Водночас надмірна гедоністична спрямованість може частково стримувати готовність до професійної діяльності, оскільки психологічна практика часто пов'язана з роботою у складних емоційних умовах, де необхідно вміти працювати з негативними емоціями клієнтів.

Альтруїстичні емоції (середній показник 5,39 балів). Цей тип емоцій виражає готовність допомагати іншим, співчувати, підтримувати, діяти на благо інших людей. Високий рівень альтруїстичних емоцій у майбутніх психологів свідчить про їхню спрямованість на соціальну підтримку, про здатність ставити інтереси клієнта на перше місце, що безпосередньо пов'язано з професійною етикою та ефективною діяльністю психолога.

Праксичні емоції (середній показник 5,15 балів). Вони проявляються через задоволення від самого процесу діяльності, від реалізації власних умінь та відчуття результативності. Для майбутніх психологів праксичні емоції сприяють формуванню інтересу до професійної практики, бажання освоювати нові методики, аналізувати кейси та брати активну участь у практичних заняттях.

Глоричні емоції (середній показник 4,82 балів). Цей тип емоцій пов'язаний із прагненням до визнання, лідерства та публічного схвалення. У майбутніх психологів глоричні емоції можуть мотивувати до досягнень у навчанні та участі в професійних конкурсах, проте надмірна орієнтація на славу може знижувати увагу до потреб клієнтів та етичних аспектів роботи.

Естетичні емоції (середній показник 4,03 балів). Вони характеризують здатність цінувати красу, гармонію та творчість у професійній діяльності. Для психолога естетичні емоції сприяють розвитку емоційної чутливості та творчих підходів у вирішенні психологічних завдань.

Акзигитивні емоції (середній показник 3,96 балів). Цей тип емоцій проявляється у прагненні накопичувати знання, досвід, нематеріальні ресурси. Для студентів психологічного профілю це відображає інтерес до професійного самовдосконалення, накопичення практичних навичок та інструментів роботи.

Романтичні емоції (середній показник 3,82 балів). Вони характеризують здатність переживати сильні емоційні стани, емоційну залученість та фантазійне сприйняття світу. У професійній діяльності психолога романтичні емоції можуть стимулювати емпатію та чутливість до клієнта, але потребують балансу для уникнення суб'єктивності у роботі.

Гностичні емоції (середній показник 3,66 балів). Вони відображають інтерес до пізнання, усвідомлення, інтелектуальну допитливість. Для майбутніх психологів це ключовий компонент професійної готовності, оскільки ефективна діяльність вимагає розуміння психологічних процесів, аналізу поведінки та внутрішнього світу людини. Низькі показники вказують на недостатню орієнтацію на пізнання, що може обмежувати глибину професійного аналізу.

Пугнічні емоції (середній показник 2,81 балів). Цей тип емоцій пов'язаний із задоволенням від змагання, конкуренції, стресових ситуацій. Для майбутніх психологів низький показник свідчить про небажання брати участь у конфліктних або конкурентних ситуаціях, що є особливістю професійної орієнтації на співпрацю та підтримку, а не на суперництво.

Структура емоційної спрямованості майбутніх психологів відображена на рис. 2.2.

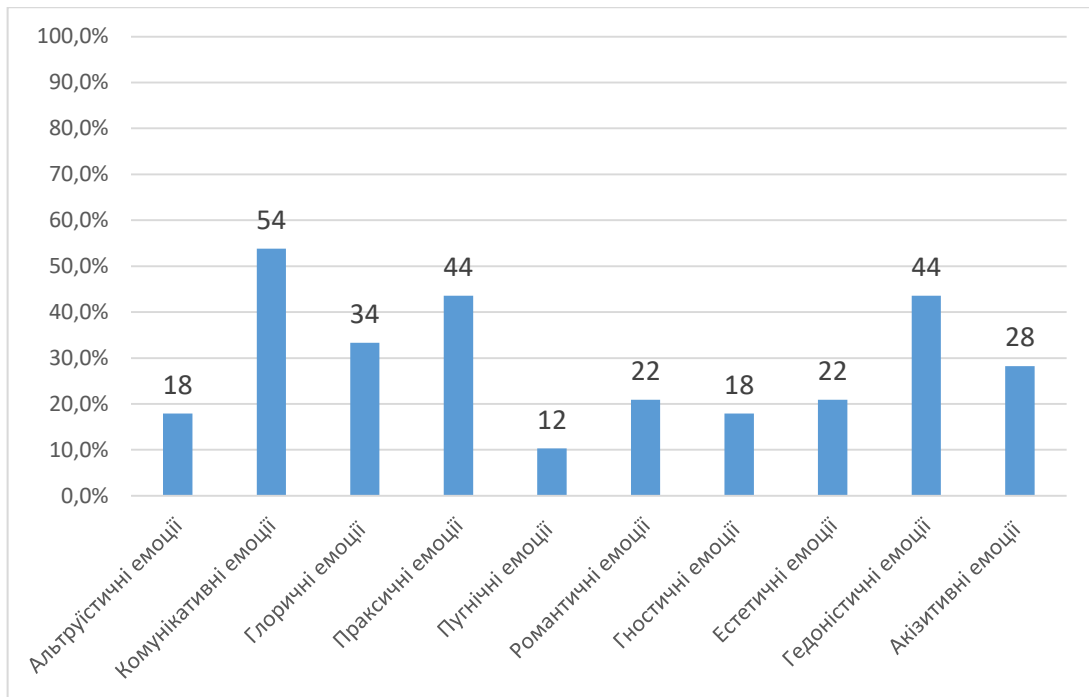


Рис. 2.2. Розподіл показників структури емоційної спрямованості майбутніх психологів за методикою В. Семиченко (%)

Аналіз отриманих результатів показав, що комунікативні емоції, які виявляють прагнення до ефективного спілкування та налагодження міжособистісних контактів, на перший план ставили 54% опитаних, що свідчить про значущість взаємодії з іншими людьми для професійної орієнтації майбутніх психологів. Гедоністичні емоції, що відображають прагнення до задоволення від комфорту та психологічної безпеки, займали високі позиції у 44 % студентів, що демонструє їхню чутливість до емоційного комфорту під час навчального та практичного процесу. При цьому майбутні психологи, які мають гедоністичну спрямованість, намагаються уникати ситуацій конфліктного характеру або надмірного стресу, що може проявлятися, наприклад, у ситуаціях конкурсного оцінювання або під час складних практичних завдань.

Практична спрямованість діяльності, відображена через практичні емоції, була пріоритетною для 44% респондентів, що свідчить про їхнє бажання отримувати задоволення від самого процесу професійної діяльності, відчуття залученості та захоплення навчальною і практичною роботою. Глоричні емоції, пов'язані з прагненням до визнання та самоствердження, були пріоритетними

для 34% майбутніх психологів, а акізитивні емоції – для 28%, що вказує на помірну зацікавленість у матеріальних, а також символічних досягненнях. Альтруїстичні емоції, які свідчать про готовність допомагати іншим, були важливими для 28% респондентів, а романтичні та естетичні емоції отримали високий ранг у 22% майбутніх психологів.

Звертає на себе увагу те, що гностичні емоції, які відображають інтелектуальне пізнання, здобуття нових знань та розуміння сутності явищ, були пріоритетними лише для 18% респондентів, що вказує на певну дисгармонію між професійною спрямованістю психолога, яка передбачає глибоке розуміння внутрішнього світу людини, та фактичною структурою емоційної спрямованості студентів. Найменшу увагу майбутні психологи приділяли пугнічним емоціям – лише 12% віддали цьому типу емоцій високий ранг, що свідчить про їхню схильність уникати конкуренції та конфліктних ситуацій, характерних для деяких аспектів професійного навчання та оцінювання.

Методика «Вивчення мотивів навчальної діяльності студентів» (А. Реан, В. Якунін) дає змогу всебічно оцінити структуру провідних мотивів навчальної діяльності та визначити, наскільки ці мотиви сприяють формуванню професійної готовності майбутніх психологів до практичної діяльності. У процесі аналізу даних визначалася частота вибору кожного мотиву у вибірці (рис. 2.3).

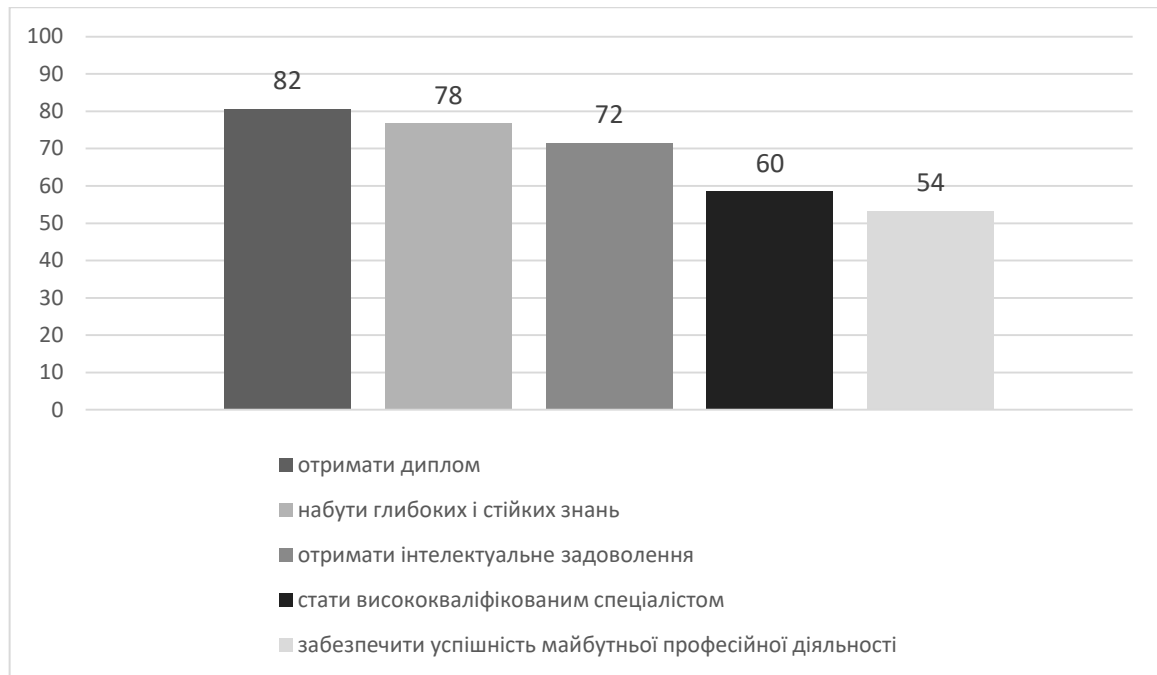


Рис. 2.3 Структура мотивів учбової діяльності майбутніх психологів за методикою А. Реана, В. Якуніна (%)

Результати показали, що провідними мотивами навчальної діяльності для студентів – майбутніх психологів є:

1. Отримати диплом (82% студентів). Цей мотив відображає прагнення формального завершення навчання. Для майбутніх психологів такий мотив свідчить про бажання здобути офіційне підтвердження своїх компетентностей, що може розглядатися як перший крок у професійній самореалізації. Водночас домінування цього мотиву підкреслює потребу у розвитку внутрішньої мотивації, оскільки формальний диплом сам по собі не забезпечує глибокої готовності до практичної психологічної діяльності.

2. Набути глибоких і стійких знань (78% студентів). Цей мотив належить до категорії навчально-пізнавальних і вказує на високий рівень пізнавального інтересу, прагнення розуміти складні психологічні явища та здобувати міцну теоретичну базу. Для майбутніх психологів він є фундаментальним, оскільки знання є необхідною умовою професійної компетентності та здатності до аналізу поведінки та психічних станів клієнтів.

3. Отримати інтелектуальне задоволення (72% студентів). Цей мотив відображає внутрішню зацікавленість навчальним процесом, бажання пізнавати нове та отримувати емоційне задоволення від власного інтелектуального

розвитку. У контексті професійної діяльності психолога такий мотив сприяє розвитку аналітичного мислення, самостійності та готовності до вирішення складних практичних завдань.

4. Стати висококваліфікованим спеціалістом (60% студентів). Цей мотив демонструє усвідомлене прагнення студентів досягти високого рівня компетентності, володіти професійними навичками та здібностями, необхідними для ефективної роботи. Для майбутніх психологів такий мотив є ключовим у формуванні готовності до професійно-прикладної діяльності.

5. Забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності (54% студентів). Цей мотив тісно пов'язаний із прагненням до практичної реалізації отриманих знань і навичок, досягнення результативності у професійній діяльності та адаптації до реалій ринку праці. Він відображає усвідомлення студентами того, що якість підготовки безпосередньо впливає на їхній професійний успіх.

Проведений аналіз показав, що серед майбутніх психологів переважають формально зовнішні мотиви, такі як отримання диплома, поряд із внутрішньою мотивацією пізнання, що вказує на наявність потенціалу для активного засвоєння знань та розвитку професійних компетентностей. Водночас наявність високих показників професійних мотивів (стати висококваліфікованим спеціалістом; забезпечення успішності майбутньої діяльності) свідчить про свідомий вибір професії та готовність застосовувати набуті знання у практичній діяльності.

Методика «Мотивація навчання у виші» (за Т. Ільїною) дала змогу всебічно проаналізувати особливості учбової мотивації майбутніх психологів (рис. 2.4).

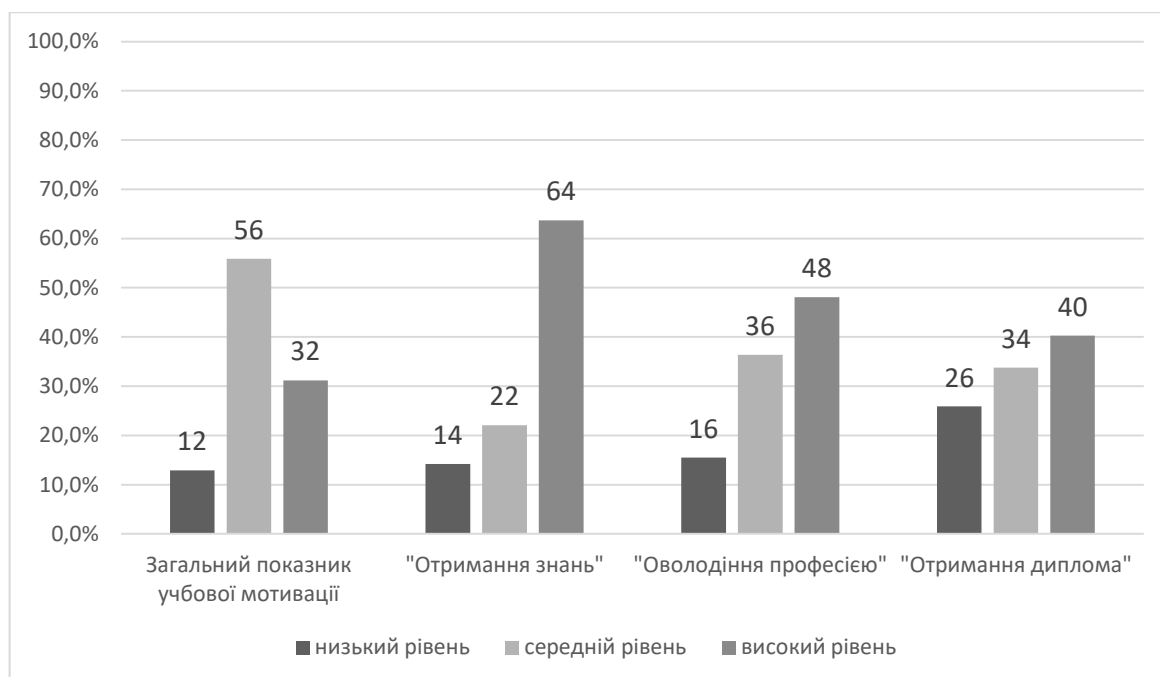


Рис. 2.4. Розподіл показників рівнів мотивації навчання у ВНЗ у майбутніх психологів за методикою Т. Ільїної (%)

Аналіз результатів показав, що загальний показник учбової мотивації у більшості студентів майбутніх психологів знаходиться на середньому рівні (56%). Високий рівень мотивації зафіксовано у 32% респондентів, а низький рівень – у 12% студентів. Це свідчить про достатню мотиваційну базу для навчальної діяльності, проте окремим студентам необхідна додаткова підтримка для формування стабільної внутрішньої мотивації.

Щодо окремих мотивів, результати розподілилися наступним чином: мотив отримання знань домінує серед студентів – 64% опитаних виявили високий рівень цього мотиву. Це свідчить про їхнє прагнення не просто формально здобути освіту, а оволодіти глибокими знаннями та системними уявленнями з психології, що є ключовим для професійно-прикладної підготовки. Мотив оволодіння професією, який відображає прагнення студентів здобути практичні навички та компетентності, необхідні для ефективної роботи психологом, виявився значущим для 48% респондентів. Нарешті, мотив отримання диплому, що характеризує формальну зовнішню ознаку успішного завершення навчання, був визначений як провідний лише для 40% студентів.

Викладені дані свідчать, що серед майбутніх психологів провідним мотивом навчання є пізнавальний, що відповідає внутрішній мотивації до оволодіння знаннями та розуміння психологічних явищ, на другому місці – професійна мотивація, а найменше значення має формальний зовнішній мотив отримання диплому. Така структура мотиваційної сфери є позитивною для розвитку професійної компетентності та готовності до практичної діяльності, оскільки внутрішні та професійні мотиви забезпечують активне засвоєння знань та формування необхідних навичок.

Детальний аналіз окремих пунктів опитувальника показав додаткові аспекти учбової мотивації. Так, 40% респондентів погодилися з твердженням «Я не бачу сенсу в більшості робіт, що ми виконуємо у ВНЗ». Це свідчить про наявність часткової невдоволеності організацією навчального процесу та певні дисбаланси між змістом навчальних завдань і їхньою практичною цінністю для майбутніх психологів. 24% студентів висловили згоду з твердженням «При можливості я вступив би до іншого вишу», що вказує на незадоволеність або очікування більш адаптованої до потреб студентів навчальної програми.

Згода з твердженням «Зазвичай я спочатку берусь за більш легкі задачі, а більш важкі залишаю на кінець» (52%) вказує на тенденцію до мотивації уникнення невдачі, тобто схильності обирати менш ризикові шляхи у навчальному процесі. Лише 18% погодилися з твердженням «Я був змушений вступити до вишу, щоб зайняти бажане місце в суспільстві, уникнути служби в армії», що свідчить про низький рівень зовнішнього примусу у виборі професії серед майбутніх психологів. Високий рівень професійної мотивації у 62% студентів підтверджується погодженням з твердженням «Мені важко змусити себе вивчати дисципліни, що не стосуються моєї майбутньої спеціальності». Це свідчить про орієнтацію майбутніх психологів на зміст навчання, безпосередньо пов'язаний з їхньою майбутньою професійною діяльністю.

Незважаючи на це, 64% респондентів погодилися з твердженням «Найкраще я виконую завдання, коли мене періодично стимулюють, підганяють», що вказує на значимість зовнішньої мотивації, навіть у студентів із перевагою внутрішньої мотивації. Це протиріччя можна пояснити тим, що

студенти розуміють ефективність власного навчання через зовнішнє підкріплення, оскільки більшість їхнього досвіду навчання відбувалася в умовах стимулювання та контролю з боку викладачів. Така особливість підкреслює необхідність використання комбінованих методів мотивації, які поєднують внутрішнє зацікавлення з адекватними зовнішніми стимулами, що сприятиме більш усвідомленому засвоєнню знань та розвитку професійної готовності.

Для діагностики однієї з найважливіших соціально-психологічних характеристик особистості майбутніх психологів – локалізації контролю, що характеризує усвідомлення відповідальності за власні дії та наслідки в різних сферах життя, – була використана методика «Локус контролю» Дж. Роттера. Цей інструмент дає змогу виявити інтернальний або екстернальний тип поведінки, який безпосередньо впливає на формування готовності до професійно-прикладної діяльності, оскільки висока здатність усвідомлювати власну відповідальність є компонентом професійної компетентності психолога.

Аналіз розподілу середніх значень показників локалізації контролю показав, що студентам-психологам притаманний високий рівень загальної інтернальності – 7,8 бала (рис. 2.5). Це свідчить про те, що більшість майбутніх психологів усвідомлюють свій вплив на події та результати власної діяльності, проявляють відповідальність у плануванні та прийнятті рішень, що є важливим аспектом професійної підготовки.

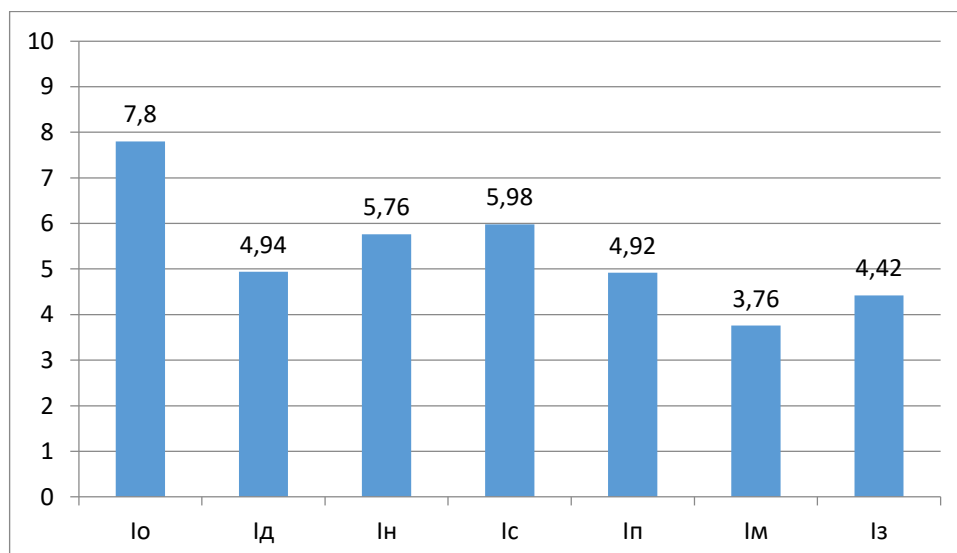


Рис. 2.5. Розподіл середніх значень показників локалізації контролю у майбутніх психологів за методикою Дж. Роттера (%)

При детальному розгляді окремих сфер локалізації контролю виявлено, що інтернальний тип переважає у сфері сімейних стосунків (5,98) та у сфері невдач (5,76). Це свідчить про те, що студенти усвідомлюють свою відповідальність за побудову міжособистісних відносин у сім'ї, а також за свої помилки та негативні наслідки власних дій, що формує у них здатність до саморефлексії та адекватного оцінювання власних вчинків у професійній діяльності.

Водночас у сфері міжособистісних стосунків (3,76) і щодо здоров'я (4,42) переважає екстернальний тип локалізації контролю, що означає, що майбутні психологи у цих сферах частково перекладають відповідальність на зовнішні обставини або інших людей. Наприклад, вони не завжди відчують контроль над успішністю комунікації з оточуючими та над станом власного здоров'я, що може впливати на їх здатність самостійно організувати професійне середовище та піклуватися про власну професійну стійкість.

Показники за шкалами інтернальності у сфері досягнень (4,94), а також інтернальність у професійній сфері (4,92) перебувають на рівні норми, що свідчить про адекватне усвідомлення студентами зв'язку між власними діями та результатами у навчальній і майбутній професійній діяльності.

Детальний аналіз дозволив зробити висновки щодо рівня усвідомлення майбутніми психологами меж своєї відповідальності у різних сферах життя та професійної діяльності. Як показує рис. 2.6, в цілому для 86% студентів переважає інтернальний тип локалізації контролю, що свідчить про значну усвідомленість власних дій і здатність контролювати результати своєї діяльності.

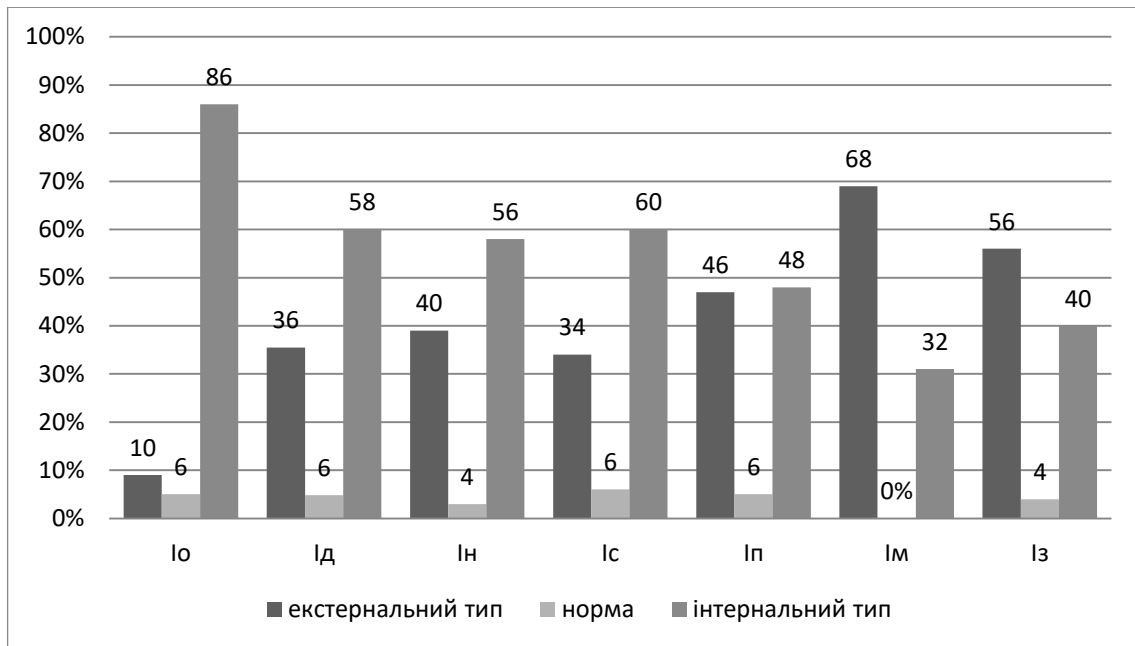


Рис. 2.6. Розподіл показників локалізації контролю у майбутніх психологів за методикою Дж. Роттера (%)

Зокрема, 60% майбутніх психологів демонструють інтернальний тип у сфері сімейних стосунків, що вказує на усвідомлення відповідальності за події у власному сімейному житті та здатність адекватно впливати на міжособистісні процеси. Такий рівень локалізації контролю у сімейній сфері є важливим для майбутніх психологів, оскільки формує здатність до емпатійної взаємодії та управління міжособистісними конфліктами.

Також 60% студентів виявили інтернальний локус контролю у сфері досягнень, що свідчить про переконання, що успіхи та досягнення є результатом власних зусиль і що вони здатні цілеспрямовано досягати професійних і особистих цілей у майбутньому. 58% майбутніх психологів проявили високий рівень інтернальності в області невдач, що відображає розвиток здатності брати на себе відповідальність за негативні наслідки, аналізувати власні помилки та використовувати їх для професійного зростання.

У сфері професійних відносин 48% студентів демонструють інтернальний тип локалізації контролю, що означає усвідомлення ними важливості власних дій для організації продуктивної взаємодії в колективі, ефективної роботи в професійних ситуаціях та власного просування в кар'єрному просторі.

Натомість 68% майбутніх психологів показали екстернальний локус контролю у сфері міжособистісних стосунків, що свідчить про певну залежність від поведінки оточуючих у побудові ефективної комунікації та взаємодії. Також більшість студентів перекладає відповідальність за стан здоров'я на зовнішні фактори та професіоналів (лікарів), що проявляється у екстернальному локусі контролю стосовно здоров'я та хвороби. Це може обмежувати їхню здатність самостійно організовувати профілактичні або реабілітаційні заходи, що є складовою формування професійної стійкості та самозбереження.

Узагальнення здобутих за всіма діагностичними методистками даних дало змогу виділити три рівні готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності (рис. 2.7).

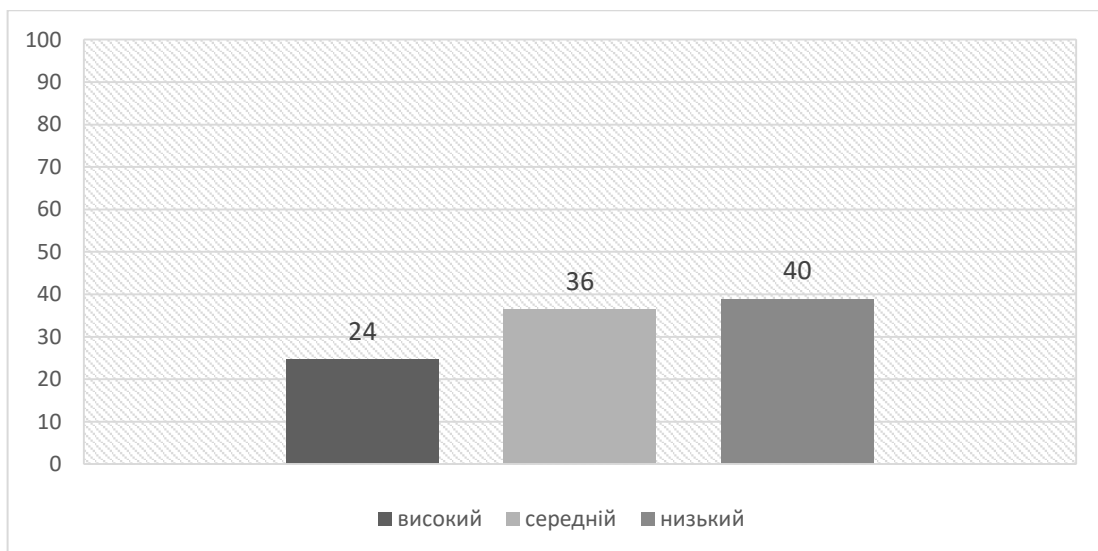


Рис. 2.7. Розподіл рівнів розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності(%)

Високий рівень готовності (24%) характеризується значною внутрішньою мотивацією до навчальної і професійної діяльності. Студенти, що демонструють цей рівень, активно обирають навчальні завдання, які сприяють оволодінню професійними знаннями та практичними навичками. Вони керуються пізнавальною спрямованістю, що проявляється у прагненні глибоко розуміти психологічні процеси, методики та техніки, а також у здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях. Високий рівень внутрішньої

мотивації підтримується професійними мотивами, прагненням стати кваліфікованим психологом та забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності. Такі студенти розуміють зв'язок між своїми навчальними діями та професійними результатами, що корелює з інтернальним типом локалізації контролю. Загальна інтернальність свідчить про усвідомлення власної відповідальності за успіхи в навчанні та професійній підготовці. У сфері досягнень ці студенти демонструють інтернальний локус контролю, що свідчить про переконання, що результати навчання залежать від власних зусиль і планомірної діяльності. Вони готові брати на себе відповідальність за освоєння знань і розвиток професійних компетенцій, прагнуть до самовдосконалення та підвищення кваліфікації. Високий рівень готовності також проявляється у сфері міжособистісних стосунків і командної роботи, де студенти усвідомлюють необхідність ефективної взаємодії з колегами, наставниками та клієнтами. Вони здатні до конструктивного вирішення конфліктів і прийняття професійно-етичних рішень, орієнтуючись на професійні стандарти та інтереси клієнта. Емоційна готовність до професійно-прикладної діяльності характеризується переважанням комунікативних, альтруїстичних та праксичних емоцій, що забезпечує здатність до емпатійної взаємодії, активного слухання та підтримки клієнта. Такі майбутні психологи проявляють стійкий інтерес до практичної діяльності, здатні до саморегуляції та контролю власних емоцій у професійних ситуаціях.

Середній рівень готовності (36%) відзначається наявністю внутрішньої мотивації, проте вона менш стабільна та більш залежна від зовнішніх стимулів. Студенти цього рівня проявляють інтерес до оволодіння професійними знаннями, але частково можуть орієнтуватися на формальні ознаки навчальної діяльності, такі як отримання диплому. Вони усвідомлюють відповідальність, однак у деяких сферах локалізації контролю можуть демонструвати ознаки екстернальності. Зокрема, у сфері міжособистісних стосунків та здоров'я такі майбутні психологи часто відчувають вплив зовнішніх обставин на результати своєї діяльності. Це проявляється у прагненні перекладати відповідальність за ефективність взаємодії на колег чи зовнішні фактори, що може обмежувати

їхню здатність до самостійного управління професійними процесами. Мотиваційна структура студентів характеризується поєднанням пізнавальних і професійних мотивів із частковим впливом формальних мотивів, таких як отримання диплома. Вони демонструють готовність до практичної діяльності, але часто потребують підтримки викладачів, наставників або колег для організації власної навчальної та професійної активності. Емоційна складова проявляється у помірному розвитку комунікативних, альтруїстичних і праксичних емоцій. Студенти можуть брати участь у практичних завданнях і тренінгах, однак іноді відчують труднощі у самостійній адаптації до нових професійних ситуацій.

Низький рівень готовності (40%) характеризується слабкою внутрішньою мотивацією до навчання і професійної діяльності. Студенти часто орієнтуються на зовнішні стимули, зокрема на формальне оцінювання та очікування викладачів. Провідним мотивом навчальної діяльності є отримання диплому, що не забезпечує стійкої мотивації для засвоєння професійних знань та розвитку практичних навичок. Локус контролю частково екстернальний. У студентів виникає переконання, що успіхи у навчанні та професійній діяльності залежать від зовнішніх обставин, випадку або дій інших людей. У сфері міжособистісних стосунків та комунікації вони часто не відчують власної відповідальності за ефективність взаємодії з клієнтами або колегами. Емоційна сфера студентів характеризується переважанням гедоністичних, романтичних та пугнічних емоцій із низьким проявом комунікативних, праксичних та альтруїстичних емоцій. Це проявляється у небажанні брати участь у складних завданнях, униканні відповідальності та недостатньому прагненні до самовдосконалення.

Результати проведеного емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності показали, що хоча певна частина студентів демонструє високий рівень внутрішньої мотивації, а також інтернальний локус контролю та адекватну емоційну готовність, значна частина досліджуваних залишається на середньому або низькому рівні готовності. Це свідчить про те, що підготовка майбутніх психологів у поточних умовах не

завжди забезпечує належну інтеграцію мотиваційних, когнітивних і емоційних компонентів, необхідних для ефективної професійно-прикладної діяльності.

Отже, результати дослідження демонструють необхідність посилення навчальної, практичної та психолого-педагогічної підтримки студентів, спрямованої на формування стійкої внутрішньої мотивації, розвитку інтернального локусу контролю та ефективних професійно-значущих емоцій. Без додаткової роботи у цих напрямках підготовка майбутніх психологів ризикує залишатися частково декларативною, що може негативно впливати на їхню здатність до ефективної професійно-прикладної діяльності.

Висновок до розділу 2

1. З метою емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності використано психодіагностичні методики: методика діагностики навчальної мотивації студентів (А. Реан та В. Якунін); методика визначення структури емоційної спрямованості особистості (за В. Семиченко); методика «Локус контролю» Дж. Роттера; методика «Мотивація до навчання у виші» (Т. Ільїна).

2. Результати проведеного емпіричного дослідження готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності показали, що хоча певна частина студентів демонструє високий рівень внутрішньої мотивації, а також інтернальний локус контролю та адекватну емоційну готовність, значна частина досліджуваних залишається на середньому або низькому рівні готовності. Це свідчить про те, що підготовка майбутніх психологів у поточних умовах не завжди забезпечує належну інтеграцію мотиваційних, когнітивних і емоційних компонентів, необхідних для ефективної професійно-прикладної діяльності.

РОЗДІЛ 3

ОБГРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1. Програма розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності та її експериментальна апробація

У сучасних умовах розвитку суспільства актуальною стає підготовка майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності. Підготовка фахівців у сфері психології потребує не лише глибоких теоретичних знань, але й практичних умінь, здатності ефективно застосовувати психологічні методи та технології в різних соціальних і професійних контекстах. Обґрунтування програми розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності дає змогу системно визначити зміст навчання, методи формування компетенцій та критерії оцінювання їхнього рівня, що, в свою чергу, забезпечує високу ефективність професійної підготовки.

Мета програми – сформувати готовність майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності шляхом інтеграції теоретичних знань, практичних умінь і професійних компетенцій, необхідних для застосування психологічних методів і технологій у різних сферах соціальної практики.

Завдання програми:

1. Забезпечити системне засвоєння основних теоретичних положень наукової та прикладної психології.
2. Розвивати практичні навички застосування психологічних методів діагностики, консультування, корекції та профілактики у професійній діяльності.
3. Формувати професійну самосвідомість, етичну відповідальність і готовність до самостійного прийняття рішень у сфері психологічної практики.
4. Підвищувати рівень соціально-психологічної компетентності для ефективної взаємодії з різними категоріями клієнтів та колег.
5. Забезпечити розвиток здатності до інтеграції теоретичних знань і практичного досвіду для вирішення конкретних прикладних завдань у психологічній діяльності.

6. Формувати уміння оцінювати результати діяльності та впроваджувати корекційні заходи для підвищення ефективності професійної практики.

Зазначимо, що програма реалізована у формі соціально-психологічного тренінгу, який передбачає активну участь студентів у процесі навчання. В її основі лежать тренінгові заняття, інтерактивні ігри та практичні вправи, спрямовані на формування професійних компетенцій, розвиток практичних навичок і підвищення готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності. Такий підхід забезпечує поєднання теоретичних знань із практичною діяльністю, стимулює самостійне мислення, активну взаємодію з колегами та розвиток соціально-психологічної компетентності.

Зміст програми розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності узагальнено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

**Програма розвитку готовності майбутніх психологів
до професійно-прикладної діяльності**

Тема заняття	Мета заняття	Вправи та ігри
1. Вступ до прикладної психології	Ознайомлення з основними напрямками прикладної психології, формування розуміння ролі психолога в різних сферах суспільного життя	«Мозковий штурм: види психології», «Коло асоціацій: роль психолога», «Групова дискусія: професійні сфери», «Вправа «Професійна карта», «Ситуативне моделювання ролей»
2. Самопізнання і професійна самоідентифікація психолога-практика	Розвиток усвідомлення власних сильних сторін, ресурсів та мотивації для професії психолога	«Дерево життя», «Моя професійна мрія», «Рефлексивне коло», «Мозаїка цінностей», «Тест на професійні схильності»
3. Комунікативні навички психолога-практика	Формування навичок ефективної комунікації та взаємодії	«Активне слухання», «Вербальні бар'єри», «Рольова гра: клієнт–психолог», «Телефонна лінія», «Вправа «Емоційне віддзеркалення»
4. Етика та професійна відповідальність психолога-практика	Ознайомлення з етичними принципами професії, розвиток навичок прийняття етичних рішень	«Етичні кейси», «Дилемні ситуації», «Міні-дебати», «Етичний кодекс в дії», «Рольова гра: конфлікт інтересів»
5. Психологічне діагностування в структурі діяльності психолога-практика	Формування базових умінь психологічного діагностування	«Спостереження за груповою взаємодією», «Опитування клієнта», «Тестова практика», «Аналіз кейсів», «Складання психологічної анкети»
6. Психологічне консультування в структурі діяльності	Розвиток навичок психологічного консультування	«Рольова гра: психолог-консультант», «Ситуативне моделювання», «Вправи на емпатію», «Зворотний зв'язок у

психолога-практика		парах», «Сценарне консультування»
7. Робота психолога-практика з групою	Розвиток групових компетенцій, лідерства та навичок врегулювання конфліктів	«Командні завдання», «Лідерські позиції», «Групові дебати», «Розв'язання конфліктів», «Тренінг довіри»
8. Стрес і психологічна стійкість психолога-практика	Формування навичок саморегуляції та стресостійкості	«Дихальні техніки», «Прогресивна м'язова релаксація», «Вправи на усвідомленість», «Рольова гра: стресова ситуація», «Антистрес-кейс»
9. Практика вирішення проблем сучасного психолога	Формування практичних навичок вирішення професійних ситуацій	«Аналіз кейсів», «Групове обговорення проблем», «Рольові ігри», «Мозковий штурм рішень», «Ситуаційне моделювання»
10. Проектування професійного розвитку психолога-практика	Розробка персональної стратегії професійного розвитку та планування кар'єри	«Професійний маршрут», «Кар'єрне дерево», «Модель ідеального психолога», «План дій на рік», «Рефлексивне коло»

Охарактеризуємо зміст занять програми розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності.

Заняття 1. Вступ до прикладної психології.

Заняття починається з інтерактивної лекції, під час якої викладач презентує напрями прикладної психології, включаючи клінічну, соціальну, освітню, організаційну психологію. Студенти обговорюють приклади застосування психологічних знань у професійній діяльності. Використовується вправа «Мозковий штурм», де учасники формулюють власні асоціації з поняттям «прикладна психологія», що допомагає активізувати увагу та мислення. Далі відбувається гра «Професійні ролі», у якій студенти отримують картки з описом різних функцій психолога і розігрують типові ситуації, демонструючи необхідні компетенції. Наступна вправа – «Пошук ресурсів», де групи шукають приклади використання психологічних методів у різних сферах життя та представляють свої знахідки класу. Використовується обговорення «Плюси і мінуси професії», що дає змогу студентам усвідомити виклики та переваги діяльності психолога. Гра «Швидка діагностика» знайомить студентів із базовими прийомами спостереження за поведінкою та комунікацією людей. Вправа «Стеж за емоціями» тренує уважність до невербальних проявів емоцій співрозмовника. Використовується обговорення кейсів із практики, де студенти пропонують способи вирішення проблеми клієнта. Кожна вправа

супроводжується рефлексією та обговоренням, що сприяє формуванню аналітичного та критичного мислення. Наприкінці заняття відбувається підсумкове обговорення: студенти діляться враженнями та аналізують, які знання та навички здобули.

Заняття 2. Самопізнання і професійна самоідентифікація психолога-практика.

Заняття розпочинається зі вступної бесіди про важливість самопізнання у професії психолога та вплив усвідомлення власних ресурсів на ефективність професійної діяльності. Використовується вправа «Дерево життя», де студенти малюють своє дерево, позначаючи коріння – життєві цінності, стовбур – особисті ресурси, а гілки – професійні цілі. Далі відбувається гра «Мої професійні якості», у якій студенти отримують картки з різними рисами характеру і в парах обговорюють, які якості їм притаманні і як вони можуть застосовуватися у практиці. Наступна вправа – «Колесо балансу», де учасники оцінюють рівень розвитку різних сфер свого життя та визначають пріоритети для професійного зростання. Гра «Рольові міні-сценки» дає змогу студентам відпрацьовувати поведінку психолога у типовій ситуації, використовуючи власні сильні сторони та ресурси. Використовується також вправа «Мої мотиваційні фактори», де студенти у формі обговорення визначають, що найбільше стимулює їх до професійного розвитку та навчання. Гра «Асоціативний ланцюг» допомагає активізувати креативне мислення та розкриття прихованих талантів. Вправа «Мій професійний портрет» передбачає самостійне описання власних професійних цілей і очікувань від кар'єри психолога. Далі проводиться обговорення «Мрія vs Реальність», де студенти аналізують відповідність власних очікувань реальним професійним вимогам. Використовується також вправа «Суперсила психолога», де кожен студент визначає свою ключову компетенцію, яку він може застосовувати у роботі з клієнтами. Гра «Обмін ролями» дає змогу студентам відчувати себе як у ролі психолога, так і в ролі клієнта, що розвиває емпатію та розуміння інших. Використовується вправа «Моє внутрішнє «Я», яка спрямована на усвідомлення емоційних станів і внутрішніх ресурсів.

Заняття 3. Комунікативні навички психолога-практика.

Заняття починається з короткої теоретичної частини, де обговорюється значення комунікації у роботі психолога, її роль у побудові довірчих стосунків та командній взаємодії. Перша вправа – «Активне слухання» – передбачає роботу в парах, де один студент розповідає коротку історію, а другий має переказати її словами, максимально точно відображаючи зміст і емоції. Друга вправа – «Емпатійний міст» – допомагає студентам навчитися розпізнавати емоції співрозмовника та формулювати власну реакцію у формі підтримки. Третя гра – «Рольові діалоги» – передбачає зміну ролей психолога і клієнта у типових ситуаціях, де студенти відпрацьовують навички уточнення, перефразування та запитання для глибшого розуміння потреб клієнта. Четверта вправа – «Командна карта» – розвиває навички роботи в колективі: студенти спільно створюють схему вирішення проблемної ситуації, обговорюючи різні підходи та дії. П'ята гра – «Словесний ланцюг» – спрямована на розвиток гнучкості мислення та швидкої реакції у комунікації, коли студенти продовжують історію по черзі, використовуючи асоціації та уяву. Далі проводиться вправа «Невербальна комунікація», де учасники працюють у парах, передаючи інформацію тільки жестами, мімікою та інтонацією, аналізуючи власні труднощі та відкриття. Наступна вправа – «Зворотний зв'язок» – дає змогу студентам давати один одному конструктивні коментарі щодо комунікаційних навичок у діалогах.

Заняття 4. Етика та професійна відповідальність психолога-практика.

Заняття починається з короткого вступу, де обговорюється значення етики у психологічній практиці, роль професійних стандартів та кодексу етики. Перша вправа – «Етичний калейдоскоп» – передбачає групову роботу, де студенти розглядають конкретні приклади етичних дилем і визначають можливі варіанти рішень, обговорюючи наслідки кожного з них. Друга вправа – «Моделювання ситуацій» – дає змогу студентам у парах відпрацювати реакції на складні професійні ситуації, наприклад, конфіденційність, конфлікт інтересів або непрофесійну поведінку клієнта. Гра «Рольові етичні дискусії» передбачає розподіл ролей (психолог, клієнт, колега) та відтворення типових

етичних конфліктів із подальшим обговоренням рішень і їх наслідків. Четверта вправа – «Прийняття рішень у непередбачуваних обставинах» – стимулює студентів аналізувати ситуації, де етичні принципи суперечать практичним обставинам, і шукати компромісні рішення. П'ята гра – «Етичне дерево рішень» – дає змогу створити наочно схему прийняття рішень, де кожен вибір веде до різних наслідків і оцінюється за професійними та моральними критеріями. Наступна вправа – «Обговорення кейсів» – студенти працюють із реальними прикладами професійних етичних конфліктів та пропонують варіанти їх розв'язання. Використовується гра «Моральна дилема», де учасник отримує індивідуальну ситуацію та презентує обґрунтоване рішення перед групою. Вправа «Етичне дзеркало» допомагає студентам оцінити власні професійні пріоритети та моральні установки через взаємний аналіз дій і рішень. Гра «Професійна відповідальність у дії» передбачає моделювання конкретних робочих ситуацій, де потрібно оперативно приймати етичні рішення.

Заняття 5. Психологічне діагностування в структурі діяльності психолога-практика.

Заняття розпочинається із короткої теоретичної частини, де викладач пояснює значення діагностування у професійній діяльності психолога та його місце у процесі роботи з клієнтом. Перша вправа – «Спостереження в дії» – полягає в тому, що студенти у парах спостерігають поведінку один одного під час виконання простих завдань і записують ключові моменти, аналізуючи вербальні та невербальні сигнали. Друга вправа – «Опитування клієнта» – дає змогу студентам відпрацьовувати навички проведення інтерв'ю, формулюючи запитання, щоб отримати достовірну інформацію. Гра «Тестова лабораторія» – передбачає ознайомлення з базовими психологічними тестами, розподіл ролей (психолог-клієнт), проведення тестування та інтерпретацію отриманих результатів під керівництвом викладача. Вправа «Аналіз кейсів» – студентам пропонуються конкретні ситуації з попередньо зібраними діагностичними даними, і вони мають визначити особливості психічного стану клієнта та обґрунтувати власні висновки. Гра «Діагностичний марафон» – інтерактивне завдання, де група отримує різні види діагностичних інструментів і має швидко

визначити, який метод найкраще підходить для певної ситуації, аргументуючи свій вибір. Наступна вправа – «Взаємне тестування» – студенти проводять короткі психологічні тести один з одним і аналізують отримані результати, обговорюючи їхню достовірність та можливі похибки.

Заняття 6. Психологічне консультування в структурі діяльності психолога-практика.

Заняття розпочинається з принципів психологічного консультування, типів запитів та етапів проведення консультації. Перша вправа – «Рольова консультація» – передбачає розподіл студентів на пари: один виступає в ролі консультанта, інший – клієнта. Клієнт отримує картку із ситуацією, а консультант має використати активне слухання та техніки емпатії для збору інформації. Друга гра – «Аналіз запитів» – студенти отримують реальні або змодельовані запити клієнтів і визначають їхній психологічний зміст та можливі напрямки роботи. Третя вправа – «Метод активного слухання» – тренує здатність концентруватися на словах клієнта, його емоціях і невербальних сигналах, повторюючи та уточнюючи почуте для кращого розуміння. Четверта гра – «Міні-консультація в групі» – передбачає роботу у трійках, де один студент грає консультанта, інший – клієнта, а третій – спостерігача, який дає зворотний зв'язок щодо ефективності застосованих технік. П'ята вправа – «Розв'язання конфліктних ситуацій» – моделює складні консультаційні випадки, де студент має визначити стратегічний підхід до роботи з емоційно напруженим клієнтом. Використовується гра «Консультаційний калейдоскоп», де студенти швидко змінюють ролі та отримують нові ситуації для практики, що допомагає розвивати адаптивність і гнучкість у роботі. Вправа «Емоційне віддзеркалення» спрямована на тренування навички відображення емоцій клієнта через вербальні та невербальні сигнали. Гра «Структура консультації» передбачає моделювання повної консультації від початку до завершення з дотриманням етичних норм.

Заняття 7. Робота психолога-практика з групою.

Заняття починається з обговорення ролі психолога у груповій роботі, типів групових процесів і основних функцій лідера. Перша вправа – «Ланцюг

довіри» – передбачає формування кола, де учасники по черзі передають повідомлення, відпрацьовуючи навички слухання. Друга гра – «Моделювання лідерських ролей» – студенти отримують ролі в групі та виконують завдання, аналізуючи ефективність різних стилів лідерства. Третя вправа – «Груповий мозковий штурм» – тренує колективне прийняття рішень, навчає стимулювати ідеї, фокусувати увагу на конструктивних пропозиціях та враховувати думку кожного. Четверта гра – «Конфліктна ситуація» – моделює конфлікти між учасниками, де студенти відпрацьовують навички медіації, активного слухання та пошуку компромісних рішень. П'ята вправа – «Розподіл ролей у команді» – передбачає формування командних завдань, де кожен учасник займає певну функцію, розвиваючи відповідальність і командну взаємодію. Гра «Емоційний калейдоскоп» допомагає відпрацьовувати сприйняття емоцій інших учасників, навички емпатії та вербального і невербального реагування. Наступна вправа – «Ситуаційне моделювання» дає змогу відпрацьовувати роль психолога під час реальних групових завдань, аналізуючи ефективність своєї взаємодії.

Заняття 8. Стрес і психологічна стійкість психолога-практика.

Заняття починається з обговорення поняття стресу, його впливу на діяльність психолога та способів підтримки професійної стабільності. Перша вправа – «Мапа стресових ситуацій» – передбачає, що студенти визначають власні джерела стресу у професійній діяльності, обговорюють їх у парах і вчаться усвідомлювати їхні психологічні наслідки. Друга гра – «Емоційний дзеркальний контакт» – спрямована на розвиток навичок усвідомлення власних емоцій і швидкої регуляції під час напружених ситуацій через відображення емоцій партнерів. Третя вправа – «Техніки дихання та релаксації» – передбачає практичне відпрацювання дихальних вправ, прогресивної м'язової релаксації та коротких медитацій для зниження стресу. Четверта гра – «Ситуаційний стрес-тест» – моделює професійні складні ситуації, де студенти мають реагувати на стресові фактори, використовуючи різні техніки саморегуляції, і після цього обговорюють ефективність своїх дій у групі. П'ята вправа – «Роль психолога в кризовій ситуації» – тренує навички контролю власного емоційного стану під час роботи з емоційно напруженими клієнтами, формує стійкість і здатність

приймати зважені рішення. Гра «Стрес-барометр» дає змогу визначити індивідуальний рівень стресу кожного учасника та виробити стратегії його регуляції. Вправа «Розпізнавання тригерів» допомагає виявити фактори, що провокують напруження, і навчитися їх мінімізувати.

Заняття 9. Практика вирішення проблем сучасного психолога.

Заняття починається з обговорення найпоширеніших проблем, з якими сучасні психологи стикаються у практичній діяльності. Вправа «Сценарії клієнтських кейсів» – передбачає, що студенти працюють у малих групах, отримують змодельовані ситуації та аналізують проблеми, розробляють стратегії вирішення та представляють свої підходи перед групою. Друга гра – «Рольова консультація» – студенти по черзі виконують ролі психолога і клієнта, практикують активне слухання, емпатію, задають питання і пропонують можливі рішення. Третя вправа – «Аналіз конфліктних ситуацій» – моделює професійні складні випадки взаємодії з клієнтами або колегами, де учасники оцінюють фактори конфлікту та пропонують шляхи його конструктивного розв’язання. Четверта гра – «Креативне рішення» – студенти отримують нетипові проблеми, на які потрібно знайти нестандартні, але ефективні психологічні стратегії, що тренує їхню гнучкість мислення. П’ята вправа – «Діагностичний практикум» – передбачає використання тестових методик, опитувань та спостереження для аналізу змодельованих випадків, а потім обговорення результатів у групі з акцентом на професійну етику та обґрунтованість прийнятих рішень. Гра «Ротація ролей» дає змогу студентам по черзі виконувати ролі консультанта, спостерігача та клієнта, оцінюючи власні реакції та дії колег.

Заняття 10. Проектування професійного розвитку психолога-практика.

Заняття починається з обговорення важливості усвідомленого підходу до професійного розвитку та планування кар’єри психолога. Перша вправа – «Моя професійна мапа» – передбачає, що студенти створюють графічну карту власного розвитку, відображаючи ключові навички, досягнення та сфери, які потребують вдосконалення. Друга гра – «Рольове планування» – студенти моделюють сценарії розвитку кар’єри, обираючи професійні цілі та шляхи їх

досягнення, враховуючи зміни у вимогах ринку та індивідуальні ресурси. Третя вправа – «SWOT-аналіз особистого розвитку» – дає змогу студентам критично оцінити свої сильні та слабкі сторони, можливості та загрози у професійній діяльності. Четверта гра – «План дій на 5 років» – передбачає конкретизацію короткострокових та довгострокових цілей, розробку кроків для їх реалізації та визначення необхідних ресурсів і компетенцій. П'ята вправа – «Коллективне консультування» – студенти обмінюються стратегіями розвитку, отримують зворотний зв'язок від колег і тренера, оцінюють реалістичність та ефективність запропонованих планів. Вправа «Проект професійного портфолію» дає змогу кожному створити персональний набір досягнень, сертифікатів та проектів, що відображають готовність до практичної діяльності. Гра «Кар'єрні дилеми» моделює ситуації вибору між різними професійними шляхами, де студенти обґрунтовують свій вибір і відстоюють його позицію.

На основі повторно проведеного дослідження, було визначено рівні готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності – високий, середній і низький (рис. 3.1).

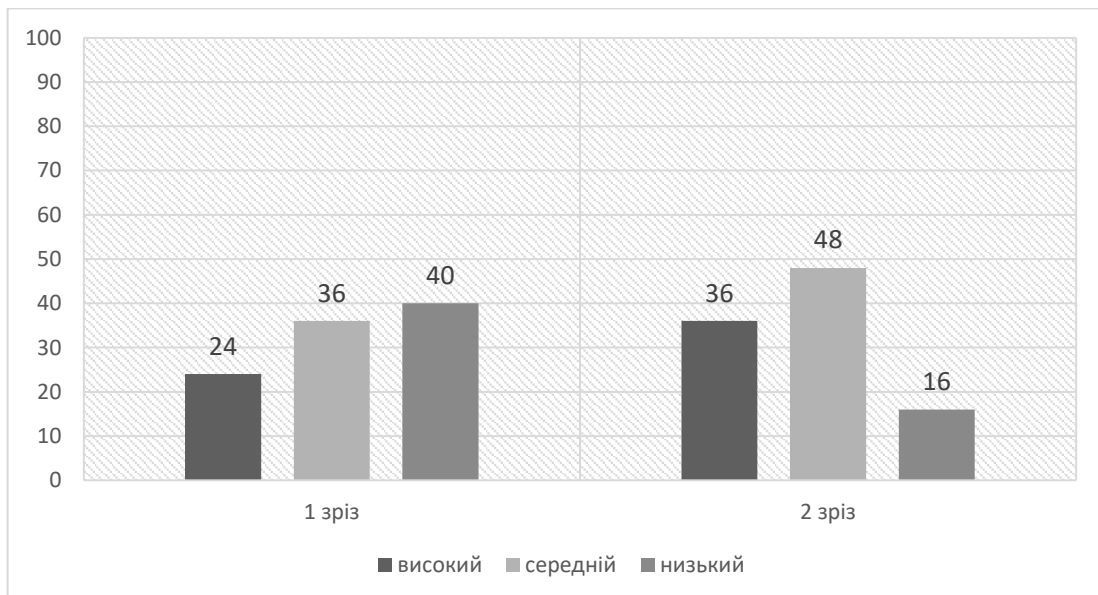


Рис. 3.1. Розподіл рівнів готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності(%)

Високий рівень готовності (36%, було 24%) характеризується значною внутрішньою мотивацією до навчальної і професійної діяльності. Студенти, що демонструють цей рівень, активно обирають навчальні завдання, які сприяють оволодінню професійними знаннями та практичними навичками, керуються пізнавальною спрямованістю, що проявляється у прагненні глибоко розуміти психологічні процеси, методики та техніки, а також у здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях. Середній рівень готовності (48%, було 36%) відзначається наявністю внутрішньої мотивації, проте вона менш стабільна та більш залежна від зовнішніх стимулів. Студенти цього рівня проявляють інтерес до оволодіння професійними знаннями, але частково можуть орієнтуватися на формальні ознаки навчальної діяльності, такі як отримання диплому. Вони усвідомлюють відповідальність, однак у деяких сферах локалізації контролю можуть демонструвати ознаки екстернальності. Низький рівень готовності (16%, було 40%) характеризується слабкою внутрішньою мотивацією до навчання і професійної діяльності. Студенти часто орієнтуються на зовнішні стимули, зокрема на формальне оцінювання та очікування викладачів.

Як бачимо, заняття програми розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності виявилися ефективними, оскільки сприяли формуванню у студентів професійних компетенцій, розвитку практичних навичок, комунікативних, регулятивних умінь. Учасники відзначали підвищення усвідомлення власних ресурсів, здатності до самостійного планування професійного розвитку та ефективної взаємодії з клієнтами і колегами. Практичні ігри та тренінгові вправи стимулювали активну участь студентів, розвивали критичне мислення, навички прийняття рішень у професійних ситуаціях та вміння аналізувати власну діяльність.

3.2. Психологічні рекомендації майбутнім психологам щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності

Розробка психологічних рекомендацій для майбутніх психологів щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності є важливою в умовах сучасної освіти та професійної підготовки. Такі рекомендації дозволяють майбутнім фахівцям усвідомити власні професійні ресурси, а також розвинути комунікативні, етичні та діагностичні навички, підвищити стресостійкість та здатність до саморегуляції. Крім того, систематичне впровадження таких запропонованих психологічних порад в освітній процес ЗВО сприяє формуванню усвідомленої мотивації до професії та підготовки студентів до реальних професійних ситуацій, що підвищує ефективність їх майбутньої діяльності.

Охарактеризуємо психологічні рекомендації для майбутніх психологів щодо розвитку їх готовності до професійно-прикладної діяльності.

1. Усвідомлення власних професійних мотивів та цінностей. Майбутньому психологу слід регулярно проводити аналіз власних мотивів, що спонукали його обрати професію психолога, приділяючи увагу як внутрішнім, так і зовнішнім чинникам, які формують його прагнення працювати з людьми, допомагати їм у складних життєвих ситуаціях та підтримувати їхній емоційний стан. Важливо усвідомлювати власні цінності та переконання, оскільки вони впливають на формування професійної ідентичності, визначають стратегії поведінки та способи взаємодії з клієнтами, колегами та соціальним докільям. Аналізуючи власні пріоритети, психолог може обирати методи і підходи у практичній діяльності, які максимально відповідають його переконанням, що допомагає уникати внутрішніх конфліктів та професійного вигорання. Крім того, розуміння власних цінностей дає змогу психологу більш усвідомлено приймати рішення під час складних консультаційних або кризових ситуацій, підтримуючи баланс між етичними нормами професії та особистими принципами.

2. Розвиток навичок саморегуляції та емоційної стійкості. Майбутньому психологу необхідно навчитися ефективно контролювати власні емоції та психофізіологічні реакції, оскільки робота з людьми часто пов'язана з високим рівнем стресу, конфліктними ситуаціями та емоційною напругою, що може

негативно впливати на якість консультативного процесу та прийняття рішень. Важливо освоювати різні методи саморегуляції, включаючи дихальні техніки, медитації, вправи на релаксацію, тілесно-орієнтовані практики та когнітивні стратегії, що допомагають зменшувати рівень тривожності та підвищувати концентрацію під час професійної діяльності. Регулярна практика саморегуляції дає змогу психологу не лише підтримувати власну психологічну рівновагу, а й усвідомлено контролювати реакції у стресових ситуаціях, забезпечуючи об'єктивність і адекватність оцінок. Крім того, розвиток емоційної стійкості передбачає навчання усвідомлювати власні тригери емоційного дискомфорту, аналізувати причини виникнення сильних переживань та формувати ефективні стратегії їх подолання. Володіння цими навичками допомагає психологу запобігати професійному вигоранню та підтримувати мотивацію до роботи.

3. Формування комунікативних навичок. Ефективне спілкування є однією з ключових компетентностей психолога, тому майбутньому спеціалісту слід навчитися не лише чітко та логічно висловлювати свої думки, а й активно слухати клієнта, розпізнавати його невербальні сигнали, емоційні прояви та психологічні потреби. Практика рольових ігор, тренінгів на розвиток емпатії та вправ на міжособистісну взаємодію дає змогу відпрацьовувати різні стилі спілкування та вчитися адаптувати власну поведінку до специфіки клієнта, його віку, психологічного стану та соціального контексту. Важливо навчитися формулювати питання таким чином, щоб вони сприяли розкриттю інформації, та давати конструктивний зворотний зв'язок, не викликаючи у клієнта почуття критики або засудження. Розвиток комунікативних навичок також включає здатність створювати довірливу атмосферу, підтримувати мотивацію клієнта до змін та ефективно взаємодіяти з колегами у робочому колективі. Психолог повинен навчитися розпізнавати комунікативні бар'єри та ефективно їх долати, застосовуючи різні техніки активного слухання, парафразування, вербалізації почуттів і підтвердження важливості висловленого.

4. Засвоєння принципів етики та професійної відповідальності. Так, майбутньому психологу важливо глибоко засвоїти основні принципи етики професії, оскільки їх дотримання є умовою безпечної, ефективної,

відповідальної роботи з клієнтами, колегами. Вивчення етичних кодексів, аналіз практичних етичних дилем та розгляд реальних прикладів професійної діяльності дозволяють студенту сформувати чітке розуміння меж власної компетенції, відповідальності за наслідки рішень і дій, а також важливості конфіденційності та поваги до особистості клієнта. Практичне опрацювання етичних ситуацій у формі рольових ігор, групових обговорень та кейс-стаді допомагає майбутньому психологу навчитися приймати рішення в складних умовах, зберігаючи баланс між потребами клієнта та професійними стандартами. Крім того, розвиток моральної чутливості та здатності до рефлексії сприяє формуванню усвідомленої відповідальності за власну поведінку і дає змогу попереджати можливі професійні конфлікти. Постійний моніторинг власних дій та аналіз складних випадків практики зміцнюють внутрішнє відчуття професійної компетентності.

5. Освоєння методів психологічного діагностування. Майбутньому психологу слід оволодіти базовими методами психологічного діагностування, включаючи спостереження, опитування та тестування, оскільки ці інструменти є фундаментом професійної діяльності, дозволяючи отримувати об'єктивну інформацію про стан психічного розвитку, особистісні характеристики та потреби клієнтів. Важливо не тільки знати технологічні аспекти проведення діагностичних процедур, а й розуміти методологічні та етичні засади використання психологічних інструментів, аналізу результатів і формулювання висновків. Практичні заняття з тестування, аналізу кейсів та інтерпретації даних сприяють розвитку аналітичного мислення, уміння критично оцінювати отриману інформацію та об'єктивно визначати тенденції і закономірності психічного стану клієнта. Володіння навичками діагностування допомагає психологу правильно планувати інтервенції, оцінювати ефективність власної роботи та адаптувати підходи до конкретної ситуації. Крім того, регулярне практичне застосування методів діагностування дає змогу підвищити точність оцінок і прогнозів, а також зміцнює професійну впевненість.

6. Розвиток навичок психологічного консультування. Так, майбутньому психологу важливо систематично практикувати психологічне консультування у

безпечних навчальних умовах, моделюючи різноманітні ситуації роботи з клієнтами, щоб набути досвід ефективного виявлення потреб, формулювання цілей, підтримки клієнта та корекції його поведінки, при цьому розвиваючи здатність до гнучкого застосування теоретичних знань у практичних умовах. Рольові ігри, тренінги на активне слухання та відпрацювання емпатії дозволяють студенту відчувати специфіку консультативного процесу, навчитися будувати довірливі відносини та визначати межі професійної взаємодії. Важливо приділяти увагу рефлексії власних дій після кожної практики, аналізувати успіхи та помилки, оцінювати ефективність використаних стратегій і коригувати підходи, що сприяє поступовому професійному вдосконаленню. Розвиток цих навичок передбачає формування здатності до інтерпретації поведінки клієнта, усвідомлення закономірностей та етичного підходу до вирішення проблем.

7. Розвиток навичок групової роботи та лідерства. Майбутньому психологу необхідно приділяти значну увагу формуванню компетентності у роботі з групами, оскільки групова динаміка та взаємодія учасників потребують умінь координувати процес, розпізнавати конфліктні ситуації та спрямовувати колектив до конструктивної взаємодії, одночасно розвиваючи власні лідерські якості та комунікативну гнучкість. Використання тренінгових вправ на лідерство, командотворення, вирішення конфліктів і інтерактивних ігор дає змогу студенту вчитися ефективно мотивувати учасників групи, розподіляти ролі, відстежувати емоційний стан учасників та застосовувати стратегії подолання кризових ситуацій. Важливо, щоб студент також вмів оцінювати власну поведінку та вплив на групу, визначати сильні та слабкі сторони комунікації, аналізувати причини конфліктів та пропонувати способи їх усунення. Систематичне відпрацювання цих навичок у навчальному процесі допомагає формувати здатність до управління груповими процесами, розвитку спільних цілей та підтримки психологічної безпеки учасників.

8. Формування стратегії подолання професійного стресу. Майбутньому психологу важливо навчитися систематично виявляти джерела стресу, пов'язані з професійною діяльністю, та ефективно використовувати методи

саморегуляції, релаксації, когнітивного переосмислення та психоемоційної підтримки, щоб підтримувати психологічну стійкість і запобігати вигоранню. Практичні вправи на усвідомлення емоційних реакцій, моделювання кризових ситуацій, техніки управління тривожністю, релаксаційні практики дають змогу відпрацьовувати способи подолання стресових факторів у безпечному освітньому довіллі. Важливо також формувати навички планування робочого часу, визначення пріоритетів і розподілу ресурсів, оскільки це сприяє зменшенню професійного навантаження та підвищує ефективність роботи. Розвиток емоційної гнучкості та здатності до самоконтролю дає змогу психологу більш об'єктивно оцінювати ситуації, приймати зважені рішення та підтримувати продуктивний контакт з клієнтами. Крім того, освоєння методів управління стресом допомагає уникати негативних наслідків та забезпечує стабільність професійної діяльності.

9. Вдосконалення навичок вирішення професійних проблем. Майбутньому психологу слід навчитися систематично аналізувати реальні або змодельовані професійні ситуації, визначати ключові проблеми та обирати оптимальні стратегії їх вирішення, спираючись на теоретичні знання та практичний досвід, що дає змогу ефективно реагувати на запити клієнтів та вимоги професійного середовища. Практичні кейси, рольові ігри та групові обговорення дають змогу студенту відпрацьовувати алгоритми прийняття рішень, прогнозувати наслідки різних дій та оцінювати ефективність власних інтервенцій. Важливо також розвивати здатність до критичного мислення, аналізу причинно-наслідкових зв'язків та визначення пріоритетів у складних ситуаціях, що сприяє формуванню професійної автономії та впевненості у власних діях. Розвиток навичок вирішення проблем передбачає здатність до інтеграції теоретичних знань з практичними методами роботи та адаптації до різних контекстів діяльності.

10. Створення індивідуальної стратегії професійного розвитку. Зокрема, майбутньому психологу важливо формувати довгострокову стратегію власного професійного розвитку, яка включає планування навчання, розвиток практичних компетентностей, підвищення кваліфікації та визначення ключових

етапів підготовки до самостійної практики, що дає змогу усвідомлено будувати кар'єру та уникати хаотичних або непродуктивних кроків. Важливо оцінювати власні сильні і слабкі сторони, визначати пріоритетні напрями вдосконалення та встановлювати конкретні, вимірювані цілі для підвищення професійної компетентності. Практичні завдання з проектування індивідуального розвитку, участь у менторських програмах, створення професійного портфоліо та рефлексивних щоденників дозволяють студенту систематизувати знання і навички, відстежувати динаміку свого прогресу та коригувати стратегії розвитку. Важливо також інтегрувати теоретичні знання з практичним досвідом, використовуючи реальні кейси, стажування та супервізії, щоб створити цілісне уявлення про професійну діяльність. Постійне самоспостереження та оцінка власних досягнень сприяють усвідомленню професійних цінностей, розвитку відповідальності та підвищенню мотивації до самовдосконалення.

11. Розвиток навичок емпатії та психологічного слухання. Майбутньому психологу необхідно активно розвивати здатність до глибокого розуміння емоційного стану клієнта, аналізу його невербальних сигналів та почуттів, що забезпечує ефективну комунікацію, підтримку та створення довірливих відносин у консультативному процесі. Вправи на активне слухання, парафразування, вербалізацію почуттів та рольові ігри сприяють розвитку емпатії, умінню відчувати та усвідомлювати переживання іншої людини без втрати професійної дистанції. Важливо навчитися приймати клієнта з його особливостями та проблемами, формувати психологічну безпеку та підтримувати мотивацію до змін. Розвиток емпатії дає змогу психологу точніше оцінювати потреби клієнта та адаптувати стратегії роботи відповідно до індивідуальних особливостей.

12. Підвищення навичок аналізу та критичного мислення. Майбутньому психологу важливо систематично тренувати вміння аналізувати інформацію, критично оцінювати ситуації та приймати обґрунтовані рішення, оскільки від цього залежить точність діагностичних висновків, ефективність консультування та якість професійної взаємодії з клієнтами та колегами. Практичні завдання з

кейс-аналізу, обговорення складних ситуацій та моделювання професійних викликів сприяють розвитку аналітичного мислення, умінню визначати причинно-наслідкові зв'язки та прогнозувати наслідки власних дій. Важливо також навчитися інтегрувати теоретичні знання з практичним досвідом, співвідносити отримані дані та робити висновки, що базуються на доказовій основі. Розвиток критичного мислення допомагає усвідомлено оцінювати ефективність методів, запобігати помилкам та приймати етичні рішення.

13. Опрацювання навичок міжособистісної адаптації. Майбутньому психологу необхідно формувати здатність ефективно адаптуватися до різних соціальних та професійних контекстів, що включає взаємодію з різними категоріями клієнтів, колегами та адміністративними структурами, що сприяє підвищенню ефективності роботи та мінімізації конфліктних ситуацій. Практичні вправи на взаємодію, рольові ігри та моделювання професійних ситуацій дозволяють студенту розвивати гнучкість поведінки, навички прийняття компромісів та конструктивного реагування на критику. Важливо також навчитися оцінювати вплив соціального контексту на власну діяльність та адаптувати методи роботи до особливостей клієнта або групи. Розвиток міжособистісної адаптації сприяє підвищенню соціальної компетентності, ефективності комунікації та професійної взаємодії в команді.

14. Підготовка до використання сучасних технологій у психологічній практиці. Майбутньому психологу важливо освоювати сучасні технології, цифрові платформи та онлайн-інструменти, які застосовуються у психологічній практиці, оскільки їх використання дає змогу розширювати доступ до консультацій, підвищувати ефективність діагностики та оптимізувати процеси обробки даних. Практичні заняття з використання цифрових тестів, платформ для онлайн-консультування та електронного документообігу сприяють розвитку навичок роботи з технологіями, необхідними для професійної діяльності. Важливо також розвивати критичне ставлення до цифрових інструментів, оцінювати їх надійність, достовірність та відповідність етичним стандартам професії. Регулярне опанування технологій дає змогу психологу підвищувати ефективність своєї роботи, зменшувати ймовірність помилок та

забезпечувати якість надання послуг клієнтам. Освоєння сучасних технологій також сприяє професійному зростанню, розвитку інноваційного мислення та адаптації до змін.

15. Формування здатності до професійної саморефлексії та безперервного навчання. Майбутньому психологу слід навчитися систематично оцінювати власні дії, результати роботи, сильні та слабкі сторони професійної діяльності, а також визначати напрями подальшого розвитку та вдосконалення власних компетентностей, оскільки безперервна саморефлексія є ключовою умовою професійного зростання та ефективної роботи з клієнтами. Практичні вправи на ведення щоденника самопостереження, участь у супервізіях та обговорення кейсів з наставниками сприяють розвитку здатності до критичного аналізу власного професійного досвіду, визначенню ефективних стратегій і корекції помилок. Важливо навчитися інтегрувати отриманий досвід, теоретичні знання та нові підходи у практичну діяльність, підтримуючи високу якість консультування та діагностичних процедур. Регулярна саморефлексія формує усвідомлену відповідальність за професійні рішення, допомагає уникати повторення помилок і підвищує ефективність роботи.

Отже, психологічні рекомендації майбутнім психологам щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності є важливим інструментом для формування ефективних професійних навичок та компетентностей. Вони дозволяють студентам усвідомити власні ресурси, мотивувати себе до постійного професійного розвитку та підвищити рівень комунікативної, етичної та психологічної підготовки. Використання таких рекомендацій сприяє розвитку стресостійкості, саморегуляції та здатності до конструктивної роботи з клієнтами, колегами та групами. Крім того, ці поради створюють основу для самостійного планування професійного зростання та адаптації до практичних умов роботи психолога-практика, що підвищує загальну готовність до професійної діяльності та успішність подальшої кар'єри.

1. Мета програми розвитку готовності студентів – майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності – сформувати вказану готовність шляхом інтеграції теоретичних знань, практичних умінь і професійних компетенцій, необхідних для застосування психологічних методів і технологій у різних сферах соціальної практики. Заняття програми виявилися ефективними, оскільки сприяли формуванню у студентів професійних компетенцій, розвитку практичних умінь і навичок.

2. Обґрунтовані й розроблені психологічні рекомендації майбутнім психологам щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності є важливим інструментом для формування у них ефективних професійних навичок та компетентностей.

ВИСНОВКИ

Проведене у кваліфікаційній роботі теоретичне й експериментальне обґрунтування предметного поля, методів і завдань прикладної психології дало змогу зробити такі висновки.

1. Проаналізовано різноманітність концептуальних інтерпретацій поняття «прикладна психологія» у зарубіжній та вітчизняній науці. Визначено, що прикладна психологія у зарубіжній та вітчизняній науці виступає інтегративною ланкою між теоретичними знаннями та практичним застосуванням психології, забезпечуючи систематичний, обґрунтований і передбачуваний вплив на психіку, поведінку та соціальні взаємодії людини. Вона об'єднує методи та підходи наукової, позанаукової та побутової практики, трансформуючи їх у ефективні технології практичної діяльності психолога, що сприяє розвитку особистості, корекції поведінки, збереженню індивідуальності, вдосконаленню соціальних зв'язків об'єкта психологічної практики. Водночас прикладна психологія передбачає критичне осмислення вибору методів і прийомів, їх наукову обґрунтованість та етичну відповідальність практикуючого спеціаліста. Вона забезпечує систематизацію професійного досвіду та інтуїтивних навичок, перетворюючи їх на репрезентативні практичні

технології. Значну роль у її розвитку відіграє міждисциплінарний підхід, який поєднує знання психології, соціології, медицини та інших гуманітарних і природничих наук. Прикладна психологія формує надійну платформу для ефективної, цілісної та адаптованої до потреб конкретної особистості психологічної практики.

2. Охарактеризовано наукові підходи до трактування предметного поля, методів і завдань прикладної психології. Показано, що прикладна психологія виступає як дисципліна, що поєднує теоретичне пізнання психіки та практичне застосування знань для підтримки розвитку та адаптації людини в конкретних життєвих умовах. Предметна спрямованість прикладної психології охоплює психічні процеси, особистісні риси та закономірності міжособистісної взаємодії, тоді як методологія базується на синтезі аналітичних, статистичних і системно-синтетичних підходів. Завдання прикладної психології полягають у створенні та впровадженні ефективних технологій психологічного впливу, корекції та розвитку особистості, що забезпечують гармонізацію її індивідуальних можливостей, соціальної адаптації та якості життя, демонструючи інтегративну природу цієї галузі на стику науки і практики. Крім того, прикладна психологія є платформою інтеграції знань наукової, побутової та позанаукової психології, що дає змогу створювати гнучкі та адаптивні методи роботи з людьми. Вона спрямована на узагальнення практичного досвіду та його трансформацію у систематизовані технології допомоги. Науковий підхід у прикладній психології забезпечує можливість обґрунтованого моделювання психологічних процесів і прогнозування результатів корекційних та розвивальних втручань.

3. Емпірично досліджено особливості готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності. За методикою В. Семиченко виявлено, що провідними у структурі емоційної спрямованості є комунікативні емоції (54%), які визначають прагнення до ефективної взаємодії з людьми. Високі показники також мають гедоністичні (44%), праксичні (44%) та альтруїстичні емоції (28%), що засвідчує орієнтацію на міжособистісне спілкування, отримання задоволення від діяльності та допомогу іншим. Натомість гностичні (18%) і

пугнічні емоції (12%) виражені слабше, що свідчить про недостатню пізнавальну активність і низьку готовність до змагальних чи стресових ситуацій. За методикою А. Реана та В. Якуніна домінують зовнішні та пізнавальні мотиви навчальної діяльності: отримання диплому (82%), набуття глибоких знань (78%) і інтелектуальне задоволення (72%). Високий рівень професійних мотивів (стати кваліфікованим спеціалістом (60%) і забезпечити успішність майбутньої діяльності (54%)) вказує на усвідомлений вибір професії. Разом з тим, перевага формально-зовнішніх мотивів засвідчує потребу в розвитку внутрішньої професійної мотивації. За методикою Т. Ільїної «Мотивація навчання у ВНЗ» встановлено, що 56% студентів мають середній рівень навчальної мотивації, 32% – високий, 12% – низький. Провідним мотивом є пізнавальний (64%), далі – оволодіння професією (48%) та отримання диплому (40%). Водночас 64% респондентів визнають необхідність зовнішньої стимуляції, що свідчить про поєднання внутрішніх і зовнішніх джерел мотивації. За методикою «Локус контролю» Дж. Роттера у більшості домінує інтернальний тип (86%), що відображає усвідомлення відповідальності. Найвищі показники інтернальності спостерігаються у сферах сімейних стосунків (5,98), невдач (5,76) та досягнень (4,94), тоді як у сфері стосунків (3,76) і здоров'я (4,42) виявлено перевагу екстернальності. Узагальнення результатів усіх методик показало, що більшість студентів мають низький рівень готовності до професійно-прикладної діяльності (36%), високий рівень – у 24%, середній – у 40%. Респонденти з низьким рівнем готовності орієнтовані на зовнішні стимули, демонструють недостатню мотивацію та низьку здатність до саморегуляції у навчально-професійній діяльності.

4. Обґрунтовано й апробовано програму розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності. Мета програми – сформувати готовність майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності шляхом інтеграції теоретичних знань, практичних умінь і професійних компетенцій, необхідних для застосування психологічних методів і технологій у різних сферах соціальної практики. На основі повторного дослідження, було визначено рівні готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної

діяльності: високий (36%, було 24%) характеризується значною внутрішньою мотивацією до навчальної і професійної діяльності; середній (48%, було 36%) відзначається наявністю внутрішньої мотивації, проте вона менш стабільна та залежна від зовнішніх стимулів; низький (16%, було 40%) характеризується слабкою внутрішньою мотивацією до навчання і професійної діяльності. Заняття програми виявилися ефективними, оскільки сприяли формуванню у студентів професійних компетенцій, розвитку практичних умінь і навичок. Розроблені психологічні рекомендації майбутнім психологам щодо розвитку готовності до професійно-прикладної діяльності є важливим інструментом для формування у них ефективних професійних навичок та компетентностей.

Перспективами подальшого дослідження можна визначити обґрунтування системи освітньо-професійної підготовки майбутніх психологів на засадах предметного поля, методів і завдань прикладної психології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балл Г.О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства. Київ : СКД, 2017. 204 с.
2. Белей М. Д., Тодорів Л. Д. Основи діагностичної психології. Івано-Франківськ : Тіповіт, 2008. 296 с.
3. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.
4. Большакова А.М. Психологія особистісної реалізованості суб'єкта життєвого шляху : монографія. Запоріжжя : КПУ, 2011. 312с.
5. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. Харків : Фоліо, 1996. 237 с.
6. Бондаренко Ю. В. Психологічна самопомога як фактор саморозвитку. *Психологічні перспективи*. 2023. № 2. С. 67-80.

7. Бреусенко-Кузнєцов О. А. Теоретична та прикладна психологія : методологічна криза. *Теоретичні дослідження у психології: монографічна серія*. 2024. Том 21. С. 16-41.
8. Бреусенко-Кузнєцов О.А. Історія проектів інтеграції психологічного знання: осмислення у світлі криз наукової психології. *Теоретичні дослідження у психології : збірник статей*. 2018. Т. 5. С. 27-75.
9. Варій М. Й. Психологія особистості. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
10. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: навч. посіб. Київ : Четверта хвиля, 2004. 256 с.
11. Гірняк А. Психологія модульно-розвивальної взаємодії : монографія. Тернопіль : Університетська думка, 2020. 376 с.
12. Гірняк А.Н. Психологічні особливості освітньої взаємодії осіб з різними суб'єктними характеристиками. *Психологічний часопис*. 2020. № 3 (35). Т. 6. С. 45-55.
13. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. Острогоз – Київ : Кондор, 2004. 530 с.
14. Гуменюк О. Психологія Я-концепції : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2002. 186 с.
15. Декарт Р. Міркування про метод. *Психологія і суспільство*. 2015. № 2 (60). С. 37-46.
16. Долінська Ю.Г. Самоактуалізація особистості майбутнього психолога у процесі професійної підготовки: дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2016. 200 с.
17. Заблоцький М.М., Савиченко О.М., Тичина І.М. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Освіта України, 2009. 364 с.
18. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
19. Карпенко З. С. Аксіологічна психологія особистості : монографія. Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 2009. 512 с.

20. Кісарчук З.Г., Омельченко Я.М., Біла І.М., Лазос Г.П. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки : метод. посіб. Київ : Логос, 2015. 232 с.
21. Кісарчук З.Г., Омельченко Я.М., Лазос Г.П., Литвиненко Л.І., Царенко Л.Г. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посіб. Київ : Логос, 2015. 207 с.
22. Кузьо О. Основи психологічної практики : навч. посіб. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с.
23. Маноха І. П. Психологія потаємного «Я». Київ : Поліграф книга, 2001. 448 с.
24. Моргун В. Ф. Тітов І. Г. Основи психологічної діагностики : навч. посіб. Київ : Слово, 2009. 464 с.
25. Муляр В.І. Самореалізація особистості як соціальна проблема (філософсько-культурологічний аналіз). Житомир: ЖІТІ, 1997. 214 с.
26. Обухівська А.Г., Острова В.Д. Психологічна служба : підручник. Київ : Ніка-Центр, 2016. 362 с.
27. Основи практичної психології : підручник / В. Г. Панок, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева та ін. Київ : Либідь, 2006. 536 с.
28. Основи психології : підручник / за ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. Київ : Либідь, 1995. 632 с.
29. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації: навч. посіб. / В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андреева та ін. Чернівці : ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
30. Панок В. Г. Концептуальні підходи до формування особистості практикуючого психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. №4. С. 5-7.
31. Панок В. Г. Методичні підходи до надання психологічної допомоги потерпілим від техногенної катастрофи. Київ : ЦСЕС, 1999. 128 с.
32. Панок В. Г. Практична психологія : теоретико-методологічні засади розвитку : монографія. Чернівці : Технодрук, 2019. 486 с.
33. Панок В. Г. Прикладна психологія : теоретичні проблеми : монографія.

- Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с.
- 34.Панок В. Г., Острова В. Д. Психологічна служба вищого навчального закладу (організаційно-методичні аспекти). Київ : Освіта України, 2010. 230 с.
- 35.Панок В. Г., Рудь Г. В. Психологія життєвого шляху особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2006. 280 с.
- 36.Панок В.Г. До питання про сутність прикладної психології та її місце в системі психологічної науки і психологічної практики. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 22. С. 423-433.
- 37.Панок В.Г. Практична психологія : теоретико-методологічні засади розвитку: монографія. Чернівці : Технодрук, 2010. 486 с.
- 38.Панок В.Г. Психологічна служба : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : Друкарня Рута, 2012. 488 с.
- 39.Панок В. Г. Прикладна психологія у педагогічній практиці України. *Психологія і суспільство*. 2017. № 4. С. 94-108.
- 40.Попович І.С. Теоретична і прикладна психологія у вимірах наукових парадигм: методичні рекомендації. Київ: Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2023. 54 с.
- 41.Прикладна психологія : навчальний посібник / В. М. Павленко, І. В. Кряж, О. Л. Луценко та ін. ; за ред. В. М. Павленко. Харків : ХНУ ім. В. Каразіна, 2015. 532 с.
- 42.Психоконсультативні стратегії діяльності практичного психолога системи освіти: навч.-метод. посіб. / В.Г. Панок, Я.В. Чаплак, Д.Д. Романовська та ін. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2010. 232с.
- 43.Психологічна енциклопедія / авт.-упоряд. О. М. Степанов. Київ : Академ-видав, 2006. 424 с.
- 44.Психологічна служба : підручник / А. Г. Обухівська та ін. ; за ред. В. Г. Панка. Київ : Ніка-Центр, 2016. 362 с.
- 45.Психологія : підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2000. 558 с.

46. Психологія життєвої кризи / відп. ред. Т. М. Титаренко. Київ : ІЗМН, 1998. 354 с.
47. Психологу для роботи : діагностичні методики / уклад. М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Ужгород : Вид-во О. Гаркуші, 2012. 616 с.
48. Рибалка В. В. Методологічні питання наукової психології : навч.-метод. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2003. 204 с.
49. Рибалка В. В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці : навч. посіб. Одеса : Букаєв В.В., 2009. 575 с.
50. Рибалка В. В. Честь і гідність особистості як предмет діяльності практичного психолога. Київ : Шкільний світ, 2010. 128 с.
51. Робота практичного психолога з батьками : навч.-метод. посіб. / Д. І. Бородій, В. С. Корняк та ін. Львів : Растр-7, 2015. 229 с.
52. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології ХХ століття. Київ : Либідь, 1998. 990 с.
53. Савчин М., Василенко Л. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Академія, 2017. 368 с.
54. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
55. Сидоренко М. М. Методи психологічної підтримки в умовах кризи. Харків: Основа, 2014. 180 с.
56. Судник Н. І. Методи психотерапевтичної роботи практичного психолога. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи*. 2022. № 5. С.135-140.
57. Татенко В. О. Психологія інтимного життя : монографія. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 300 с.
58. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
59. Титаренко Т. М. Психологічна допомога в умовах кризи: теоретичні та прикладні аспекти. *Психологічний журнал*. 2021. № 2. С. 20-30.
60. Ткаченко О. М. Принципи і категорії психології. Київ : Наукова думка, 1979. 126 с.

61. Функції та специфіка роботи практичного психолога : навч. посіб. / О. А. Блінов, П. П. Криворучко, В. М. Марченко. Київ : Київ. міжнар. ун-т, 2009. 461 с.
62. Фурман А.В. Ідея і зміст професійного методологування : монографія. Тернопіль: ТНЕУ, 2016. 378 с
63. Фурман А.В. Світ методології. *Психологія і суспільство*. 2015. № 2 (60). С. 47-60.
64. Холодова О. Структура і зміст психологічної допомоги. *Соціальна психологія*. 2006. № 3 (17). С. 17-24.
65. Хомич Г.О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: навч. посіб. Київ : МАУП, 2004. 152 с.
66. Цигульська Т.Ф. Загальна та прикладна психологія : як допомогти собі та іншим : курс лекцій : навч. посіб. Київ : Наукова думка, 2000. 192 с.
67. Чала Ю. М., Шахрайчук А. М. Психодіагностика : навч. посіб. Харків : НТУ «ХП», 2018. 246 с.
68. Чепелева Н. В., Смульсон М. Л., Шиловська О. М. Наративні психотехнології. Київ : Главник, 2007. 144 с.
69. Чуйко Г.В., Гуляс І.А., Колтунович Т.А. Екзистенційна психологія : навч. посіб. Чернівці : Прут, 2009. 308 с.
70. Шандрук С.К. Психологія професійних творчих здібностей: монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2015. 357 с.
71. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
72. Щедровицький Г.П. Синтез знань: проблеми і методи. *Психологія і суспільство*. 2015. № 2 (60) С. 61-84.
73. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2006. 382 с.
74. Яценко Т. С., Глузман О.В., Усатенко О.М. Методологія професійної підготовки практичного психолога. Дніпропетровськ : Інновація, 2014. 192 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Порівняння видів психологічної практики в контексті концептуалізації прикладної психології

Критерії	Наукова психологічна практика	Прикладна психологічна практика	Позанаукова практика	Побутова практика
Об'єкт практикування	Людина як біопсихосоціальна істота; індивід, особистість, суб'єкт діяльності, індивідуальність.	Людина в контексті її психічної діяльності, міжособистісних стосунків, професійної та соціальної взаємодії.	Людина як носій «енергетичних» чи «духовних» сил, на які здійснюється вплив через позараціональні методи.	Людина в повсякденному житті, її емоції, поведінкові реакції, життєві ситуації.
Предмет практикування	Закономірності психічних процесів, станів, властивостей, свідомого й	Механізми психічної регуляції поведінки, емоційних	Психічні й «тонкі» процеси, які інтерпретуються через віру,	Поведінкові та емоційні прояви людини, що оцінюються на

	несвідомого.	станів, комунікації, адаптації та розвитку особистості.	інтуїцію, містичні символи.	основі життєвого досвіду.
Мета практикування	Теоретичне пізнання, опис і пояснення психічних явищ, створення нових знань.	Практичне застосування психологічних знань для розвитку, підтримки, корекції чи оптимізації психічного функціонування людини.	Досягнення бажаних змін через віру або духовно- містичний вплив без наукового обґрунтування.	Допомога, порада, емоційна підтримка на основі особистого досвіду чи інтуїції.
Методи	Експеримент, спостереження, тестування, статистичний аналіз, психодіагностика.	Консультавання, психотерапія, тренінги, коучинг, психокорекція, психологічний супровід.	Молитви, медитації, обряди, енергетичні впливи, гадання тощо.	Розмова, співчуття, обмін життєвими порадами, неформальне спостереження.
Засоби реалізації	Наукові інструменти, стандартизовані методики, експериментальне обладнання.	Міжособистісна взаємодія, психологічні технології, професійна комунікація, етичні стандарти.	Символічні або ритуальні дії, віра, емоційний контакт.	Повсякденне спілкування, життєвий досвід, інтуїтивне сприйняття.
Підхід до пізнання і впливу	Науковий: системно- аналітичний, емпірично верифікований.	Науково- практичний: інтеграція теорії та практики, доказовість результатів, орієнтація на розвиток людини.	Міфологічний, духовно- містичний, інтуїтивний.	Еклектичний, буденний, заснований на здоровому глузді.
Методологічна основа	Наукові теорії та емпіричні моделі, підтвержені дослідженнями.	Науково обґрунтовані концепції та методики, перевірені у практиці допомоги людині.	Суб'єктивні вірування, традиції, езотеричні уявлення.	Побутові узагальнення, народна мудрість, життєві спостереження.
Вимоги до суб'єкта практики	Аналітичне мислення, критичність, методологічна культура, наукова добросесність.	Гуманістична спрямованість, професійна компетентність, етична відповідальність,	Віра, емоційна чутливість, схильність до духовних практик.	Життєвий досвід, емпатія, здоровий глузд, інтуїтивність.

		саморефлексія, психологічна інтуїція.		
Очікувані результати	Отримання науково достовірних знань про психіку.	Позитивні особистісні, соціальні або поведінкові зміни клієнта; розвиток психологічної культури.	Суб'єктивне відчуття полегшення або духовного очищення.	Тимчасова емоційна підтримка або побутове вирішення проблеми.

Додаток Б

Систематизація видів і специфіки методів психологічних практик у контексті наукового, позанаукового та побутового підходів

Категорія методів	Наукова психологія	Позанаукова психологія (містика, релігія, езотерика)	Побутова психологія (життєвий досвід)
Індивідуальні методи	Консультування, індивідуальна психотерапія, психокорекція, клінічна психодіагностика, структуровані інтерв'ю, тестування	Бесіда, сповідь, медитації, молитви, містичні обряди, маніпуляції через особистісну комунікацію	Бесіда, повсякденне спілкування, усталені форми взаємодії, звички, прості ритуали
Групові методи	Групове консультування, тренінгові групи, психодраматичні сесії, групова психодіагностика, ігрові навчальні групи	Релігійні та псевдорелігійні групові обряди, містичні практики, фізичні та духовні тренування	Звичні форми взаємодії, ритуальні та обрядові дії, святкування, групові ігри
Масові методи	Маніпуляції масовою свідомістю через PR-технології, виступи на публічних заходах,	Масові релігійні або містичні дійства, обряди, колективні духовні практики	Масові свята, традиційні обрядові дійства, звичаї, фестивалі,

	інформаційні кампанії, ЗМІ, реклама		народні ритуали
--	--	--	-----------------

Додаток В

Порівняльна характеристика методологічних основ наукової, позанаукової, побутової та прикладної психології

Параметр	Наукова	Позанаукова	Побутова	Прикладна
Об'єкт	«Абстрактна», «середньо- статистична» людина, тип особистості	Конкретна людина, віднесена до певного типу, у типових обставинах	Конкретна людина, індивідуальність, у типових життєвих обставинах	Індивідуальність, конкретна людина у конкретних життєвих обставинах
Предмет	Психіка, механізми душевного життя і поведінки	Певний тип (стиль) поведінки, учинок, життєва ситуація	Поведінка, життєва ситуація, життєвий шлях	Життєва ситуація суб'єкта, його індивідуальність, життєві плани та життєвий шлях
Мета	Встановлення наукових фактів, виявлення закономірностей і законів, типологій	Приведення поведінки та системи цінностей до «правильних» норм відповідно до міфу	Зміна поведінки і розвитку; маніпуляції	Психологічна допомога; вплив на поведінку і розвиток, корекція і профілактика
Підхід	Аналітико- статистичний, системний	Нормативно- етичний	Синтетичний, інтуїтивний	Структурно- синтетичний

Методи	Дослідницькі: спостереження, експеримент	Практикування: ритуали, обряди, канони	Практикування: здоровий глузд, традиції, обряди, життєва інтуїція	Психологічні технології, професійна інтуїція
Результат професійної діяльності	Закони та закономірності функціонування психіки та міжособистісної взаємодії	Зміни у поведінці особистості, її внутрішньому світі – настроях, ставленнях, соціальних відносинах. Катарсис, фасилітація	Зміни у поведінці особистості, її внутрішньому світі – настроях, ставленнях, соціальних відносинах. Катарсис, фасилітація	Технології і методики надання психологічної допомоги; катарсис, фасилітація; гармонійна, соціально адаптована індивідуальність
Вимоги до спеціаліста	Знання + дослідницькі навички + аналітичні здібності	Віра у певні постулати (специфічне світобачення) + мотивація	Життєвий досвід + інтуїція	Знання + життєвий досвід + професійна інтуїція + гуманістична спрямованість

Додаток Г

Тренінгові ігри та вправи для розвитку готовності майбутніх психологів до професійно-прикладної діяльності

Вправа 1. «Розбір кейсу клієнта»

Студентам пропонують реалістичний кейс психологічної ситуації з клієнтом, що включає його проблему, поведінку та емоційний стан. Завдання учасників – визначити ключові проблеми клієнта, виділити симптоми, оцінити ризики та запропонувати можливі інтервенції. Під час обговорення кожен студент аргументує свої пропозиції, пояснює обрану стратегію психологічного втручання. Вправа сприяє розвитку аналітичного мислення, уміння систематизувати інформацію та приймати рішення на основі даних. Тренер під час обговорення звертає увагу на логіку висновків, відповідність рекомендацій етичним нормам і практичну доцільність. Крім того, студенти тренують комунікативні навички, обмінюючись ідеями та слухаючи думки інших. Вправа формує професійну відповідальність і критичне мислення щодо власних оцінок. Також учасники навчаються виділяти пріоритети у вирішенні психологічних проблем. Кейс можна ускладнювати, додаючи конфліктні або емоційно насичені фактори. Після аналізу кейсу проводиться рефлексія, де студенти оцінюють власну ефективність і готовність застосувати знання на практиці.

Вправа 2. «Емпатійний коло»

Учасники стають у коло, і кожен по черзі розповідає про власний емоційний стан у певній ситуації, а інші повторюють або перефразовують почуття, які, на їхню думку, відчуває оратор. Мета вправи – розвиток емпатії, уміння розпізнавати емоційні стани інших та адекватно реагувати на них. Під час виконання важливо звертати увагу на невербальні сигнали: міміку, інтонацію, жестику. Вправа тренує активне слухання та комунікативну чутливість, що є критично важливими в професійно-прикладній діяльності психолога. Студенти отримують зворотний зв'язок від тренера щодо точності та адекватності інтерпретації емоцій. Крім того, учасники аналізують власні реакції, помічаючи, які емоції їм легше або важче розпізнавати. Вправа формує здатність до саморегуляції та професійної дистанції. Практикуються ситуації різної емоційної насиченості для тренування стресостійкості. Студенти обговорюють етичні аспекти інтерпретації емоцій клієнтів. Завершується рефлексією про власні відкриття та можливості покращення емпатійних навичок.

Вправа 3. «Рольова гра «Клієнт – психолог»»

Студенти об'єднуються у пари, де один виконує роль клієнта, а інший – психолога. Клієнт отримує заздалегідь підготовлений психологічний профіль, а психолог повинен провести міні-консультацію, використовуючи методи активного слухання та відкритих запитань. Після завершення сесії ролі міняються, щоб кожен мав змогу спробувати обидві позиції. Вправа дає змогу відпрацьовувати практичні навички комунікації, виявлення потреб клієнта та ведення професійної бесіди. Тренер спостерігає за дотриманням етичних норм, професійного тону та адекватності реакцій. Учасники аналізують власні емоційні реакції на складні або провокативні висловлювання клієнта. Вправа також розвиває здатність до швидкого прийняття рішень і корекції стратегії консультування. Ключовим елементом є саморефлексія та обговорення складнощів, з якими стикнувся психолог. Додатково вводяться несподівані обставини. Завершується підсумковим обговоренням, де студенти визначають сильні та слабкі сторони власної професійної діяльності.

Вправа 4. «Побудова професійного портфоліо»

Студентам пропонується скласти власне професійне портфоліо, включаючи до нього особисті досягнення, навички, участь у практичних завданнях та тренінгах. Кожен елемент портфоліо супроводжується описом набутого досвіду та його значення для майбутньої професії психолога. Вправа сприяє усвідомленню власної компетентності та готовності до практичної діяльності. Студенти навчаються систематизувати інформацію, формувати логічну структуру документа та аргументувати власні досягнення. Тренер надає рекомендації щодо доповнення портфоліо та звертає увагу на критичну оцінку власних слабких сторін. Під час обговорення учасники порівнюють свої портфоліо, що стимулює взаємне навчання та обмін досвідом. Вправа також розвиває навички самопрезентації та професійної ідентичності. Портфоліо стає

інструментом для рефлексії та планування подальшого розвитку. Студенти оцінюють власний рівень готовності до практичної роботи з клієнтами.

Вправа 5. «Діагностика конфліктної ситуації»

Студентам надають опис конфліктної ситуації в колективі або між клієнтом та психологом. Їх завдання – визначити причини конфлікту, виявити задіяні емоції та розробити стратегію його вирішення. Вправа допомагає розвивати аналітичне мислення, здатність до прогнозування наслідків та стратегічного планування дій. Під час обговорення тренер звертає увагу на адекватність запропонованих рішень, дотримання етичних норм та психологічну безпеку всіх учасників. Студенти також оцінюють власні реакції на конфліктні ситуації та рівень готовності до їх вирішення в професійній практиці. Вправа сприяє розвитку комунікативних навичок і стратегії ефективного спілкування. Учасники аналізують потенційні ризики та можливі помилки при роботі з конфліктами. Додатково тренер моделює варіанти ескалації конфлікту, щоб студенти вчилися діяти у стресових ситуаціях. Проводиться рефлексія щодо власної готовності брати на себе відповідальність у професійних ситуаціях.

Вправа 6. «Міні-тренінг активного слухання»

Студенти працюють у парах, де один розповідає про власну проблему, а інший практикує активне слухання, включаючи відображення емоцій, уточнення деталей та узагальнення. Мета вправи – розвиток професійних комунікативних навичок та здатності до підтримки клієнта. Тренер контролює використання технік активного слухання та коректність реакцій. Студенти відпрацьовують навички інтерпретації емоцій і формування безпечного простору для клієнта. Після виконання вправи пари обговорюють труднощі, з якими вони зіткнулися. Учасники аналізують власні емоційні реакції на розповідь партнера. Вправа також тренує терпіння, уважність і стресостійкість. Студенти оцінюють ефективність своїх навичок та роблять висновки для подальшого удосконалення. Завершується груповою дискусією про значення активного слухання.

Вправа 7. «Психологічна саморефлексія»

Кожен студент отримує завдання описати власні емоційні реакції, поведінку та мотиваційні установки у складних ситуаціях навчальної або практичної діяльності. Потім відбувається обговорення в малих групах, де студенти обмінюються досвідом та роблять висновки щодо ефективності власних стратегій. Вправа сприяє розвитку самосвідомості, здатності до аналізу власних емоцій і поведінки. Тренер акцентує увагу на адекватності самооцінки та відповідності її професійним стандартам. Студенти аналізують, як власні реакції можуть впливати на взаємодію з клієнтами та колегами. Вправа формує навички саморегуляції та управління емоційним станом. Під час обговорення визначаються зони росту та способи їх розвитку. Крім того, учасники розвивають критичне мислення та здатність робити професійні висновки.

Завершується рефлексією щодо впливу саморефлексії на підвищення готовності.

Вправа 8. «Моделювання кризової ситуації»

Студенти отримують сценарій кризової події, пов'язаної з клієнтом або колективом, і мають розробити план дій, щоб ефективно її врегулювати. Вправа розвиває навички прийняття рішень у стресових умовах, управління емоціями та стратегічного планування. Під час моделювання тренер змінює умови ситуації, додаючи нові фактори, що вимагають адаптації. Студенти обговорюють можливі ризики та наслідки своїх дій. Вправа допомагає оцінити готовність студентів діяти у професійних складних ситуаціях. Також формується здатність до швидкої оцінки інформації та вибору оптимальної стратегії. Тренер акцентує увагу на комунікативних і етичних аспектах взаємодії. Студенти аналізують власні емоційні реакції на кризу. Після вправи проводиться групова дискусія про ефективність запропонованих рішень. Завершується рефлексією щодо власного рівня готовності до професійно-прикладної діяльності.

Вправа 9. «Творче вирішення психологічних задач»

Студентам пропонуються завдання, що потребують нестандартного підходу та креативного мислення для вирішення психологічних проблем. Вправа сприяє розвитку гнучкості мислення, здатності комбінувати різні методи та прийоми. Студенти обговорюють свої ідеї у групах, порівнюють їх із класичними методиками психологічного втручання. Тренер акцентує увагу на практичній доцільності рішень і професійній етичності. Учасники отримують зворотний зв'язок щодо сильних і слабких сторін запропонованих стратегій. Вправа розвиває комунікативні навички та здатність аргументовано відстоювати власну позицію. Студенти аналізують можливість застосування ідей у реальній практиці. Додатково відпрацьовуються способи презентації результатів роботи. Завершується обговоренням того, як креативність впливає на ефективність професійно-прикладної діяльності.

Вправа 10. «Методика аналізу міжособистісної взаємодії»

Студенти спостерігають за відеозаписами соціально-психологічних ситуацій і аналізують взаємодію учасників. Завдання включає визначення ролей, типів поведінки, емоційних реакцій і стратегій вирішення конфліктів. Вправа тренує аналітичні навички та здатність бачити психологічні закономірності. Тренер під час обговорення підкреслює важливість об'єктивності та уникнення особистісних оцінок. Студенти розвивають критичне мислення і здатність робити професійні висновки. Вправа також формує вміння передбачати наслідки поведінки та планувати професійні дії. Аналіз включає розгляд комунікаційних стратегій та невербальних сигналів. Студенти оцінюють ефективність взаємодії та можливі альтернативні дії. Завершується груповою дискусією та практичними рекомендаціями тренера щодо покращення готовності до практичної діяльності.

Вправа 11. «Супервізія»

Студенти працюють у малих групах, де один учасник представляє випадок зі своєї практики або навчальної діяльності, а інші виступають у ролі супервізорів, аналізуючи дії та рішення колеги. Вправа допомагає розвивати здатність давати конструктивний зворотний зв'язок, критично оцінювати власну діяльність та бачити альтернативні підходи. Учасники тренують уміння аргументовано обґрунтовувати свої рекомендації, спираючись на теоретичні знання та практичний досвід. Тренер модерує дискусію, звертає увагу на дотримання етичних норм і професійних стандартів. Під час вправи студенти аналізують помилки та успішні стратегії колеги, що формує навички рефлексії. Вправа розвиває аналітичне мислення, здатність до самоконтролю та професійної дистанції. Також учасники навчаються розпізнавати емоційні реакції себе та інших. Після завершення сесії проводиться обговорення отриманих висновків та планів удосконалення практичних навичок.

Вправа 12. «Емоційний детектор»

Студентам демонструються короткі відеосюжети або сцени із життєвих ситуацій, у яких потрібно визначити емоційний стан кожного учасника та можливі причини поведінки. Мета вправи – розвиток здатності до точного розпізнавання емоцій та аналізу мотиваційних факторів поведінки. Учасники описують свої спостереження, пояснюють, які невербальні та вербальні сигнали були ключовими. Вправа сприяє розвитку емпатії та навичок активного спостереження, критичного аналізу та систематизації інформації. Тренер корегує оцінки студентів, підкреслюючи правильні та неточні інтерпретації. Додатково обговорюється вплив контексту та індивідуальних особливостей на поведінку людей. Вправа формує готовність студентів працювати з різними емоційними станами клієнтів у професійній практиці. Учасники навчаються виділяти пріоритетні фактори для психологічного втручання. Завершується обговоренням професійних стратегій реагування на складні емоційні ситуації.

Вправа 13. «Моделювання консультації з конфіденційною інформацією»

Студентам надають ситуацію, де клієнт ділиться особистою або конфіденційною інформацією, а психолог повинен обрати методи реагування і підтримки. Вправа тренує етичне мислення, уважність до деталей та правильне використання професійних методів. Учасники практикують техніки збереження конфіденційності та формулювання запитань, що не порушують приватність клієнта. Тренер аналізує дотримання етичних стандартів та правильність психологічних інтервенцій. Вправа допомагає розвивати критичне мислення і професійну обачність. Студенти оцінюють ризики неправильної інтерпретації інформації та потенційні наслідки для клієнта. Додатково моделюються ситуації, де клієнт емоційно напружений або агресивний. Учасники тренують навички самоконтролю та адекватного реагування. Після вправи проводиться аналіз помилок та обговорення ефективних стратегій взаємодії. Завершується рефлексією щодо власної готовності працювати з конфіденційними даними.

Вправа 14. «Техніка «Якби я був клієнтом»»

Студенти по черзі беруть на себе роль клієнта, описуючи власну проблему, а потім аналізують, як би вони хотіли, щоб психолог реагував. Інші учасники виконують роль психолога та застосовують обрані методи роботи. Мета вправи – розвинути усвідомлення власних очікувань клієнта та критичне мислення щодо професійної практики. Вправа сприяє формуванню емпатії, здатності адаптувати методи психологічного впливу до індивідуальних потреб клієнта. Тренер дає рекомендації щодо покращення взаємодії та підвищення ефективності консультації. Студенти оцінюють, наскільки їхні дії були відповідні очікуванням клієнта та професійним стандартам. Вправа також розвиває навички рефлексії та аналізу власного стилю роботи. Під час обговорення виділяються сильні та слабкі сторони комунікації. Учасники вчаться адаптувати професійні підходи під конкретні ситуації. Завершується групою дискусією про важливість клієнто-орієнтованого підходу у практичній діяльності психолога.

Вправа 15. «Симуляція групової терапії»

Студенти об'єднуються у групи, де кожен отримує роль учасника групової терапії з певною проблематикою. Один або кілька студентів виступають у ролі психолога, керуючи процесом групової взаємодії та застосовуючи методи психологічного втручання. Мета – відпрацювання навичок ведення групової роботи, управління динамікою групи та ефективної комунікації. Тренер спостерігає за дотриманням етичних стандартів, активністю та взаємодією всіх учасників. Студенти аналізують процеси у групі, включаючи лідерство, конфлікти, підтримку та взаєморозуміння. Вправа розвиває здатність до оцінки індивідуальних потреб учасників та прийняття рішень у реальному часі. Під час обговорення студенти рефлексують власні дії та оцінюють ефективність обраних стратегій. Також вони отримують зворотний зв'язок від колег і тренера. Завершується вправа аналізом професійної готовності до проведення групової терапії та планом подальшого розвитку практичних навичок.