

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРСЬКЕ ТОВАРИСТВО «ВИЩИЙ
НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»**

Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук
Кафедра психології

КУРСОВА РОБОТА

з дисципліни «Психологія особистості»

на тему: **«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ
СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ»**

Виконала: студентка групи С-9-24-Б1ПС(4,0 ддс)
освітньо-професійної програми «Психологія»

Литвинчук Вікторії Валеріївни

Керівник: *Коняєва Лілія Дмитрівна*

Результат _____; дата _____

Перевірив _____
(Підпис) ПІБ викладача

Київ 2026

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ	6
1.1. Поняття особистісної зрілості у працях вітчизняних та зарубіжних психологів.....	6
1.2. Структура та основні компоненти особистісної зрілості особистості.....	9
1.3. Психологічні прояви особистісної зрілості у студентському віці.....	13
Висновки до першого розділу.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ	23
2.1. Організація та методи дослідження особистісної зрілості студентів-психологів.....	23
2.2. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей особистісної зрілості та професійної ідентичності студентів-психологів	27
Висновки до другого розділу.....	35
ВИСНОВОК	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	40
ДОДАТКИ	42

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема особистісної зрілості є однією з ключових у сучасній психологічній науці, оскільки вона безпосередньо пов'язана з процесом становлення особистості, її здатністю до саморегуляції, відповідального прийняття рішень та ефективної взаємодії з соціальним середовищем. Особливої актуальності ця проблема набуває у контексті професійної підготовки майбутніх психологів, адже специфіка психологічної діяльності передбачає не лише наявність теоретичних знань і професійних умінь, а й достатній рівень особистісної зрілості фахівця.

Сучасні соціальні умови розвитку українського суспільства, зокрема переживання тривалих кризових явищ, соціальної нестабільності та воєнних подій, значно підвищують потребу населення у психологічній підтримці. У таких умовах особливо важливим стає формування нового покоління психологів, які здатні надавати кваліфіковану допомогу, демонструючи емоційну стійкість, емпатійність, відповідальність та здатність до рефлексії. Саме тому питання розвитку особистісної зрілості майбутніх психологів у процесі їх професійного становлення набуває особливої наукової та практичної значущості.

Період навчання у закладі вищої освіти є важливим етапом формування особистості майбутнього фахівця. У цей час відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості, професійної ідентичності, системи цінностей та життєвих орієнтацій. Саме у студентському віці закладаються основи особистісної зрілості, які в подальшому впливають на професійну ефективність психолога. Вивчення психологічних проявів особистісної зрілості студентів-психологів дозволяє глибше зрозуміти процес їх професійного становлення та визначити чинники, що сприяють формуванню зрілої особистості майбутнього фахівця.

Проблема розвитку зрілої особистості розглядалася у працях багатьох зарубіжних і вітчизняних дослідників. Серед зарубіжних науковців значний внесок у вивчення особистісної зрілості зробили Е. Еріксон, Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Маслоу, які розглядали зрілість як важливий етап розвитку особистості та показник її

гармонійного функціонування. У вітчизняній психологічній науці дослідженнями проблеми особистісної зрілості займалися О. С. Штепа, М. Й. Боришевський, Ю. З. Гільбух, О. В. Завгородня, Л. В. Потапчук, Н. М. Дідик, Г. А. Дьоміна та інші науковці.

Попри значну кількість досліджень, питання психологічних особливостей особистісної зрілості студентів-психологів у процесі їх професійної підготовки потребує подальшого наукового осмислення. Саме тому актуальним є дослідження особливостей прояву особистісної зрілості у студентів, які здобувають психологічну освіту.

З огляду на зазначене було обрано тему дослідження: «Психологічні прояви особистісної зрілості У студентів-психологів».

Об'єкт дослідження – особистісна зрілість студентів-психологів у процесі їх професійного становлення.

Предмет дослідження – психологічні особливості особистісної зрілості студентів-психологів.

Мета роботи – здійснити теоретико-емпіричне дослідження психологічних особливостей особистісної зрілості студентів-психологів з врахуванням типу їх професійної ідентичності.

Для досягнення поставленої мети передбачено виконання таких **завдань**:

1. На основі теоретичного аналізу наукової літератури розкрити сутність та основні компоненти особистісної зрілості як психологічного феномену, визначити психологічні характеристики, що відображають прояви особистісної зрілості у студентів-психологів.

2. Емпіричним шляхом виявити психологічні особливості особистісної зрілості студентів-психологів з різними типами їх професійної ідентичності.

Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань були використані такі **методи дослідження**:

1) Теоретичні методи: аналіз, синтез та узагальнення наукової літератури з проблеми особистісної зрілості студентів-психологів;

2) Емпіричні методи – психологічне тестування за наступними стандартизованими **методиками**: опитувальник особистісної зрілості (ОЗО) О.С. Штепи та опитувальник професійної ідентичності студента У.С. Родигіної;

3) Методи математичної обробки та якісної інтерпретації отриманих даних.

Експериментальна база досліджень. Емпіричне дослідження було реалізовано у березні 2026 року за допомогою дистанційних методів збору даних (онлайн-платформа Google Forms). Загальна кількість респондентів склала 10 осіб віком від 19 до 24 років (8 жінок та 2 чоловіків). Вибіркову сукупність сформували студенти бакалаврського рівня вищої освіти, які навчаються за спеціальністю 053 «Психологія» у різних закладах вищої освіти України.

Структура курсової роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загального висновку, списку використаних джерел (24 найменування) та 3 додатків. Загальний обсяг роботи складає 45 сторінок, з них 39 сторінок основного тексту. Робота містить 2 таблиці.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

1.1. Поняття особистісної зрілості у працях вітчизняних та зарубіжних психологів

Проблема особистісної зрілості посідає одне з центральних місць у системі психологічного знання, виступаючи інтегративним показником гармонійного розвитку індивіда, його здатності до самодетермінації та продуктивної взаємодії із соціумом. У межах професійної підготовки майбутніх психологів дане поняття набуває статусу фахово-твірного чинника, оскільки саме рівень зрілості спеціаліста визначає його етичну стійкість, здатність до емпатійного прийняття та професійну автентичність.

Зарубіжна психологічна традиція пропонує розмаїття підходів до розуміння зрілості, де кожен напрям акцентує увагу на специфічних аспектах становлення особистості. На ранніх етапах розвитку психології зрілість часто ототожнювалася з адаптивністю та здатністю індивіда відповідати соціальним нормам. Проте з розвитком гуманістичних та екзистенційних течій акцент змістився на внутрішню автономію та самоактуалізацію.

Фундаментальний внесок у розробку критеріїв зрілості зробив Г. Олпорт. У межах своєї диспозиційної теорії він виокремив шість ознак «зрілої особистості», які й досі вважаються класичними. Першою ознакою є розширення почуття «Я», що передбачає здатність людини щиро цікавитися справами інших, захоплюватися професійною діяльністю, наукою чи мистецтвом, виходячи за межі суто егоїстичних потреб. Друга ознака — здатність до теплої соціальної взаємодії (інтимності та співчуття). Також Г. Олпорт наголошував на емоційній безпеці (самоприйнятті), реалістичному сприйнятті дійсності, наявності професійних навичок та цілісної життєвої філософії, яка надає вчинкам глибинного змісту [15, с. 285].

Представники гуманістичного напрямку, зокрема А. Маслоу та К. Роджерс, розглядали зрілість як динамічний процес руху до повної самоактуалізації. А. Маслоу стверджував, що зріла людина характеризується «ефективним сприйняттям реальності», що дозволяє їй бачити світ таким, яким він є, без спотворень власними страхами чи стереотипами. Зріла особистість за А. Маслоу є автономною, незалежною від культурного тиску, має почуття гумору (філософське, а не вороже) та здатна переживати «пікові почуття» [13].

К. Роджерс запропонував концепцію «повністю функціонуючої особистості». Для такої людини характерними є відкритість до досвіду (відсутність захисних механізмів), екзистенційний спосіб життя (здатність жити повноцінно у кожний момент часу), довіра до власного організму та креативність. У контексті підготовки студентів-психологів ці ідеї мають критичне значення, адже фахівець повинен вміти приймати досвід клієнта без засудження, що можливо лише за умови власної високої конгруентності [22, с.193].

Психосоціальний підхід Е. Еріксона додає до розуміння зрілості часову перспективу. Він пов'язував зрілість із двома фінальними стадіями розвитку людини: генеративністю (здатністю створювати щось корисне для суспільства та піклуватися про майбутні покоління) та еґо-інтеграцією (спроможністю прийняти свій життєвий шлях без відчаю та жалю). Це розуміння зрілості як здатності нести відповідальність за наслідки своєї життєтворчості є наріжним каменем професійної етики психолога [12, с. 167].

Вітчизняна психологічна школа розглядає особистісну зрілість через призму суб'єктно-діяльнісного та акмеологічного підходів. Тут зрілість постає як якісна характеристика людини, що відображає рівень її свідомої саморегуляції.

Особливе місце у дослідженні даної проблеми посідають праці О. С. Штепи, яка інтерпретує особистісну зрілість як «акмеологічну інваріанту» психолога [18, с. 151]. Це означає, що зрілість є незмінною характеристикою,

яка гарантує стабільність професійної діяльності фахівця незалежно від зовнішніх криз.

У своїй монографії дослідниця пропонує багатокомпонентну модель зрілості, де провідними якостями є автономність, життєлюбство, контактність, креативність та синергічність [19, с. 42]. Згідно з поглядами авторки, особистісна зрілість не є статичним утворенням; вона постійно актуалізується та вдосконалюється в процесі професійної взаємодії та особистісної рефлексії [20, с. 24].

Інший важливий аспект зрілості розкривається через здатність людини до самодетермінації та прийняття відповідальності. Як зазначає Н. М. Дідик, аналізуючи досвід українських вчених, зрілість розглядається як інтегральний показник здатності індивіда бути суб'єктом власного життя, самостійно обирати цілі та нести відповідальність за їх реалізацію [3, с. 128].

Зрілість також безпосередньо корелює з рівнем життєвих домагань особистості. Г. І. Везенкова підкреслює, що саме особистісна зрілість виступає детермінантою, яка визначає, наскільки реалістичні та конструктивні цілі ставить перед собою людина [2, с. 79]. Для студента-психолога це означає адекватне оцінювання власних професійних можливостей на кожному етапі навчання.

Важливим внеском у розуміння структури зрілості є праці Г. І. Меднікової, яка акцентує увагу на сутності та критеріях даного феномену. Вона виокремлює такі показники, як цілісність світогляду, здатність до глибокої емпатії та високий рівень самосвідомості [14, с. 179].

Розвиток зрілості неможливий без успішної соціалізації. Л. А. Лепіхова розглядає соціалізацію та соціально-психологічну компетентність як послідовні рівні, що ведуть до особистісної зрілості [11, с. 45]. Зріла особистість за Л. А. Лепіховою - це людина, яка не просто засвоїла соціальні норми, а здатна творчо перетворювати соціальну дійсність на основі власних гуманістичних цінностей.

Отже, теоретичний аналіз праць зарубіжних та вітчизняних дослідників дає підстави стверджувати, що особистісна зрілість є багатограним

конструктом, який включає: 1) суб'єктність: здатність бути автором свого життя та приймати відповідальність за свій вибір; 2) рефлексивність: глибоке розуміння власних внутрішніх процесів та конгруентність; 3) соціальну відповідальність: здатність до конструктивної взаємодії та допомоги іншим, особливо у кризових умовах; 4) автентичність: узгодженість особистісних цінностей із професійними діями.

1.2. Структура та основні компоненти особистісної зрілості особистості

Перехід від загального визначення феномену особистісної зрілості до аналізу її структурної організації є принципово важливим етапом наукового дослідження, оскільки дозволяє розкрити внутрішні механізми функціонування зрілої особистості. У сучасній психології особистісна зрілість розглядається не як сукупність окремих рис або якостей, а як цілісна, багаторівнева система, що формується в процесі соціалізації, професійного становлення та саморозвитку особистості. Такий підхід дає змогу аналізувати зрілість як динамічне утворення, яке інтегрує когнітивні, емоційні, вольові та ціннісні компоненти.

Важливим теоретичним підґрунтям для розуміння структури особистісної зрілості є дослідження українських науковців, зокрема Н. М. Дідик, яка підкреслює, що у вітчизняній психології зрілість трактується як інтегративна характеристика особистості, що поєднує здатність до саморегуляції, усвідомлення власного життєвого шляху та відповідальність за власні рішення [3, с. 128]. Це дозволяє розглядати структуру зрілості як взаємопов'язану систему внутрішніх ресурсів особистості.

Однією з найбільш ґрунтовних моделей структури особистісної зрілості є концепція О. С. Штепи, яка розглядає її через призму акмеологічного підходу. У межах цієї моделі зрілість постає як система психологічних ресурсів, що забезпечують досягнення особистістю найвищого рівня розвитку. До таких ресурсів авторка відносить автономність, контактність, життєлюбство,

креативність, гнучкість, синергічність, самоприйняття та філософську глибину [19, с. 42]. Важливо зазначити, що ці компоненти не існують ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії, формуючи цілісну структуру особистості. Наприклад, автономність забезпечує здатність до незалежного мислення та прийняття рішень, тоді як контактність сприяє ефективній міжособистісній взаємодії, що є особливо важливим для майбутніх психологів [20, с. 24].

У контексті структурного аналізу зрілості значущою є також трикомпонентна модель, запропонована Г. І. Медніковою. Авторка виокремлює інтелектуальний, емоційний та вольовий компоненти особистісної зрілості [14, с. 179]. Інтелектуальний компонент включає здатність до рефлексії, самопізнання та критичного мислення, що дозволяє особистості адекватно оцінювати власні дії та життєві ситуації. Емоційний компонент охоплює емпатію, емоційну стабільність та здатність до регуляції афективних станів. Вольовий компонент проявляється у здатності до самоконтролю, постановки цілей та їх досягнення, що є основою відповідальної поведінки.

Значний внесок у розуміння структури особистісної зрілості зроблено в межах соціально-психологічного підходу. Зокрема, Л. А. Лепіхова розглядає зрілість як результат соціалізації та розвитку соціально-психологічної компетентності особистості. У структурі зрілості авторка виокремлює когнітивно-смісловий, емоційно-ціннісний та регулятивно-поведінковий компоненти. Такий підхід підкреслює, що зрілість формується не лише як внутрішня характеристика особистості, але й як здатність до ефективної взаємодії з соціальним середовищем [11, с. 54].

Розгортаючи цю позицію, варто зазначити, що когнітивно-смісловий компонент у концепції Л. А. Лепіхової пов'язаний із формуванням системи уявлень особистості про себе, інших людей та соціальну реальність загалом. Йдеться не лише про накопичення знань, а про здатність до їх інтерпретації, узагальнення та включення у власну картину світу. Зріла особистість характеризується сформованим світоглядом, наявністю життєвих смислів та усвідомленням власної ролі у соціумі. Саме цей компонент забезпечує

осмисленість поведінки, цілеспрямованість діяльності та здатність до життєвого самовизначення [10, с. 82].

Емоційно-ціннісний компонент відображає систему ставлень особистості до світу, інших людей і самої себе. Він включає такі характеристики, як емпатійність, толерантність, гуманістична спрямованість, а також сформованість морально-етичних норм. У межах соціально-психологічного підходу особлива увага приділяється здатності особистості до емоційного резонансу з іншими, що виступає основою ефективної міжособистісної взаємодії. Для майбутнього психолога цей компонент є критично важливим, оскільки визначає якість професійного контакту з клієнтом, рівень довіри та глибину розуміння переживань іншого [10, с. 104].

Регулятивно-поведінковий компонент, у свою чергу, забезпечує практичну реалізацію внутрішніх установок і цінностей у конкретній діяльності. Він охоплює здатність до саморегуляції, контролю поведінки, адаптації до змінних соціальних умов та відповідального прийняття рішень. Зріла особистість, відповідно до підходу Л. А. Лепіхової, не лише усвідомлює соціальні норми, але й активно інтегрує їх у власну поведінку, демонструючи соціальну відповідальність і конструктивність у взаємодії з іншими [10, с. 122].

Важливо підкреслити, що зазначені компоненти перебувають у тісному взаємозв'язку та взаємозумовленості. Так, сформованість когнітивно-смыслового рівня визначає характер ціннісних орієнтацій особистості, які, у свою чергу, впливають на поведінкові стратегії. Водночас успішна соціальна взаємодія сприяє подальшому розвитку самосвідомості та уточненню життєвих смислів. Таким чином, структура особистісної зрілості у межах соціально-психологічного підходу має циклічний і динамічний характер.

Особливої актуальності цей підхід набуває у контексті професійної підготовки студентів-психологів. У процесі навчання відбувається не лише засвоєння теоретичних знань, але й формування соціально-психологічної компетентності, що включає навички комунікації, рефлексії, емоційного розуміння та поведінкової гнучкості. Саме через включення у різні форми

міжособистісної взаємодії (навчальні групи, тренінги, практику) студенти набувають досвіду, який сприяє інтеграції всіх компонентів особистісної зрілості.

Особливого значення у структурі особистісної зрілості набуває ціннісно-смысловий компонент, який визначає спрямованість особистості та її життєві орієнтири. У цьому контексті доцільно звернутися до ідей В. Франкла, який підкреслював, що здатність знаходити сенс у житті є ключовою характеристикою зрілої особистості [21]. Для майбутнього психолога це означає не лише усвідомлення власних життєвих цінностей, але й здатність допомагати іншим у пошуку смислу, що є важливою складовою професійної діяльності.

Професійний аспект структури особистісної зрілості детально розглядається у працях Л. В. Долинської, яка зазначає, що особистісна зрілість виступає важливим чинником формування психологічної культури майбутнього фахівця [4, с. 285]. У структурі зрілості вона виділяє професійну спрямованість, що включає усвідомлення значущості професії, сформованість професійних цінностей та готовність до постійного саморозвитку. Доповнюючи цю позицію, Л. В. Долинська та О. В. Темрук наголошують на ефективності тренінгових технологій у формуванні особистісної та професійної зрілості [5, с. 5].

Отже, особистісна зрілість постає як складне, багатовимірне та інтегративне утворення, що формується в процесі життєвого розвитку людини і відображає рівень її психологічної організації. Вона не є сукупністю ізольованих якостей, а являє собою цілісну систему взаємопов'язаних компонентів, які забезпечують узгоджене функціонування особистості у внутрішньому та соціальному вимірах.

Аналіз структури особистісної зрілості дозволяє виділити ключові компоненти, що відображають різні аспекти психічної діяльності. Когнітивно-смысловий компонент забезпечує формування цілісної картини світу, усвідомлення себе та свого місця в соціумі, а також наявність життєвих смислів і цілей. Емоційно-ціннісний компонент визначає систему ставлень особистості до себе, інших людей і навколишнього світу, включаючи здатність до емпатії,

толерантності та прийняття. Регулятивно-поведінковий компонент відповідає за практичну реалізацію внутрішніх установок у діяльності, проявляючись у здатності до самоконтролю, відповідальності, адаптивності та прийняття рішень.

Важливо підкреслити, що ці компоненти не функціонують ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії та взаємозумовленості. Рівень розвитку одного з них впливає на інші, формуючи цілісну та динамічну систему. Саме завдяки такій інтеграції забезпечується узгодженість внутрішніх переконань, емоційних реакцій і поведінкових проявів особистості.

Особливого значення у структурі особистісної зрілості набуває ціннісно-смысловий аспект, який визначає спрямованість життєдіяльності людини, її здатність до усвідомленого вибору та відповідальності за власне життя. Наявність сформованих життєвих орієнтирів і смислів забезпечує внутрішню цілісність особистості, її стійкість до зовнішніх впливів та готовність до подолання життєвих труднощів.

У професійному контексті, зокрема у підготовці майбутніх психологів, особистісна зрілість виступає необхідною умовою ефективної діяльності. Вона визначає здатність до глибокого розуміння іншої людини, побудови довірливих взаємин, етичної відповідальності та рефлексивного ставлення до власної діяльності. Формування особистісної зрілості у процесі навчання відбувається через поєднання теоретичних знань, практичного досвіду та розвитку особистісних якостей, що забезпечують професійну компетентність.

Таким чином, структура особистісної зрілості є динамічною, цілісною системою, яка інтегрує когнітивні, емоційно-ціннісні та поведінкові компоненти, забезпечуючи здатність особистості до усвідомленого, відповідального та ефективного функціонування як у власному житті, так і в соціальному середовищі.

1.3. Психологічні прояви особистісної зрілості у студентському віці

Студентський період у психологічній науці традиційно розглядається як особливий етап онтогенезу, що характеризується інтенсивним розвитком самосвідомості, формуванням стійкої ієрархії цінностей та завершенням процесу особистісного і професійного самовизначення. У цей період відбувається якісний перехід від залежних форм поведінки до автономних, що супроводжується становленням внутрішніх регуляторів діяльності. Саме в цей час особистісна зрілість трансформується з потенційної можливості у реальну інтегративну структуру, яка визначає подальший життєвий шлях індивіда. Важливо підкреслити, що студентський вік виступає сенситивним періодом для формування ключових компонентів зрілості, оскільки поєднує вікові особливості ранньої дорослості з інтенсивним освітнім та соціальним впливом. Психологічні прояви зрілості у студентів мають складну динаміку, адже вони розгортаються на тлі переходу від юності до ранньої дорослості, що супроводжується внутрішніми кризами, переоцінкою цінностей та активним пошуком власної ідентичності.

Студентський вік є сензитивним періодом для «дозрівання» особистості, оскільки саме в цей час відбувається активний пошук сенсів та формування професійної ідентичності. Як зазначають Н. О. Кордунова та Л. В. Потапчук, психологічні тенденції проявів зрілості у студентів характеризуються нерівномірністю: прагнення до самостійності часто межує з юнацьким максималізмом або невпевненістю [7, с. 167].

Для майбутнього фахівця особистісна зрілість виступає чинником формування його психологічної культури. Л. В. Долинська наголошує, що професійна підготовка психолога має бути спрямована не лише на знання, а й на виховання зрілої особистості, здатної до глибокої рефлексії [4, с. 285]. З метою інтенсифікації цього процесу пропонуються спеціальні методи, зокрема тренінгові форми роботи [5].

Важливою складовою зрілості студента є його професійна ідентичність. Л. Коняєва та М. Шопша доводять, що на початкових етапах навчання саме рівень

зрілості визначає, наскільки швидко та якісно студент адаптується до вимог професії [6, с.5].

Також, варто звернутися до комплексного аналізу А. М. Перуна, який розглядає структуру зрілості студента-психолога як динамічну систему, де когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти інтегруються в цілісний професійний образ «Я» [16, с. 18].

Зазначимо, що для студента-психолога особистісна зрілість виступає не лише особистим надбанням, а й фундаментальним ресурсом, що гарантує якість майбутньої професійної діяльності та здатність до самозбереження у складних робочих ситуаціях.

У студентському віці структура особистісної зрілості набуває специфічних особливостей, що безпосередньо пов'язані з етапом активного професійного становлення та інтенсивного особистісного розвитку. Саме цей період характеризується переходом від зовнішньо зумовленої регуляції поведінки до внутрішньо детермінованої, що проявляється у зростанні рівня самостійності, відповідальності та усвідомленості життєвого вибору. У процесі навчання у закладі вищої освіти відбувається не лише засвоєння професійних знань і навичок, але й формування цілісної системи особистісних якостей, які визначають рівень зрілості майбутнього фахівця.

Н. О. Кордунова та Л. В. Потапчук зазначають, що важливими структурними показниками зрілості студентів є здатність до самостійного прийняття рішень, відповідальність за результати діяльності та сформованість життєвих цілей [7, с. 167]. Здатність до самостійного прийняття рішень передбачає не лише вибір альтернатив, але й усвідомлення наслідків цього вибору, що свідчить про сформованість когнітивно-рефлексивного компонента зрілості. Відповідальність, у свою чергу, виступає інтегральною характеристикою особистості, яка поєднує морально-ціннісні орієнтації з поведінковими проявами та забезпечує стабільність діяльності.

Сформованість життєвих цілей у студентському віці є показником розвитку ціннісно-сміслової сфери особистості. Саме на цьому етапі

відбувається активне переосмислення власних життєвих орієнтирів, визначення професійних пріоритетів та побудова індивідуальної життєвої стратегії. Важливою характеристикою зрілості є узгодженість короткострокових і довгострокових цілей, що забезпечує цілісність особистісного розвитку та сприяє ефективній самореалізації.

Крім того, у студентському віці відбувається інтенсивний розвиток рефлексії як механізму самопізнання та саморегуляції. Студенти-психологи, зокрема, мають додаткові можливості для розвитку рефлексивних здібностей у процесі професійної підготовки, що включає аналіз власних переживань, поведінки та взаємодії з іншими. Це сприяє більш глибокому усвідомленню власної особистості та формуванню адекватної «Я-концепції», яка є важливим структурним елементом зрілості.

Особливістю студентського віку є також формування професійної ідентичності, яка інтегрує особистісні якості з вимогами обраної професії. У цьому процесі відбувається поступове ототожнення себе з професійною роллю, засвоєння професійних цінностей та норм, а також розвиток відповідних компетентностей. Таким чином, особистісна зрілість у студентів-психологів проявляється через гармонійне поєднання індивідуальних характеристик із професійними вимогами.

Не менш важливим є розвиток емоційної сфери, зокрема здатності до емпатії, емоційної регуляції та стресостійкості. Умови навчання, що передбачають значне навантаження та необхідність адаптації до нових соціальних ролей, виступають своєрідним середовищем для формування цих якостей. Зрілість у цьому аспекті проявляється у здатності зберігати емоційну рівновагу, ефективно взаємодіяти з оточенням та конструктивно вирішувати конфліктні ситуації.

Отже, специфіка структури особистісної зрілості у студентському віці полягає у її інтегративному характері, де поєднуються когнітивні, емоційні, вольові та ціннісні компоненти з елементами професійного становлення. Це свідчить про те, що зрілість у студентів проявляється не лише як внутрішня

характеристика особистості, але й як здатність до ефективної реалізації себе у професійній діяльності та соціальній взаємодії.

Центральним проявом зрілості у студентському віці є здатність до автономного функціонування, яка виступає ключовим показником сформованості суб'єктності особистості. На відміну від підліткової незалежності, яка часто має характер опозиційної поведінки або реакції емансипації, студентська автономія базується на внутрішній самодетермінації, усвідомленому виборі та відповідальності за його наслідки. Вона передбачає здатність до самостійного планування діяльності, постановки цілей та організації власного часу. Як зазначають Н. О. Кордунова та Л. В. Потапчук, психологічні тенденції проявів особистісної зрілості студентів у процесі професійної підготовки відображають поступове зростання рівня суб'єктності, що проявляється у здатності самостійно структурувати навчальну діяльність, контролювати її результати та будувати ефективні соціальні взаємини [7, с. 167]. Таким чином, автономія у студентському віці виступає не лише поведінковим, але й глибинним особистісним показником зрілості.

Важливим критерієм зрілості на цьому етапі є здатність до рефлексії власного професійного вибору, яка виступає центральним механізмом самопізнання та саморозвитку. Для студента-психолога це означає не лише засвоєння теоретичних знань, але й усвідомлення власних мотивів, цінностей та очікувань щодо майбутньої професійної діяльності. Рефлексія дозволяє особистості аналізувати власний досвід, переосмислювати попередні рішення та формувати більш усвідомлену життєву позицію. У цьому контексті важливою є ідея «відкритості досвіду», запропонована К. Роджерсом, яка передбачає готовність особистості приймати новий досвід без захисних спотворень. Емпіричні дослідження підтверджують, що високий рівень рефлексивності безпосередньо пов'язаний із загальним рівнем особистісної зрілості та професійної компетентності [16, с. 32]. Таким чином, рефлексія виступає не лише когнітивною функцією, а й важливим показником зрілості особистості.

Емоційний аспект зрілості у студентському віці проявляється через розвиток емоційної стійкості, здатності до саморегуляції та сформованість емпатії. У процесі навчання студент стикається з численними стресогенними факторами, такими як академічне навантаження, необхідність адаптації до нових соціальних умов, фінансова самостійність та невизначеність майбутнього. У цих умовах зріла особистість здатна зберігати внутрішню рівновагу, контролювати емоційні реакції та ефективно справлятися з труднощами. Особливого значення цей аспект набуває для студентів-психологів, оскільки їхня майбутня професійна діяльність безпосередньо пов'язана з емоційною взаємодією з іншими людьми. Як зазначають І. М. Кучманіч та А. В. Лисогор, важливою характеристикою зрілості є здатність диференціювати власні емоції та переживання іншої людини, що дозволяє уникнути емоційного «злиття» з клієнтом [9, с. 96]. Отже, емоційна зрілість виступає необхідною умовою професійної ефективності майбутнього психолога.

Особливе місце у структурі проявів зрілості посідає ціннісно-смилова сфера, яка визначає спрямованість особистості та її життєві орієнтири. У студентському віці відбувається активне формування системи цінностей, що базується на інтеграції особистого досвіду, соціальних норм та професійних вимог. Зрілий студент характеризується наявністю життєвих домагань, які є не лише високими, але й реалістичними, що свідчить про здатність до адекватної самооцінки та планування. Як підкреслює Г. І. Везенкова, особистісна зрілість забезпечує конструктивне розв'язання життєвих суперечностей та сприяє переходу від адаптивного до творчого способу життєдіяльності [2, с. 81]. Таким чином, ціннісно-смилова сфера виступає ядром особистісної зрілості, що визначає її спрямованість і стійкість.

Соціальний прояв зрілості полягає у здатності до побудови автентичних, глибоких і взаємоповажних міжособистісних стосунків. У студентському віці відбувається перехід від поверхневих соціальних контактів до більш інтимних та довірчих взаємин, що вимагає високого рівня соціально-психологічної компетентності. Згідно з теорією психосоціального розвитку, цей етап

пов'язаний із вирішенням кризи «інтимність – ізоляція», де здатність до встановлення близьких стосунків є показником зрілості. У вітчизняній психології цей аспект розглядається як складова соціально-психологічної компетентності, що формується у процесі соціалізації [11, с. 88]. Таким чином, соціальна зрілість проявляється у здатності до ефективної взаємодії, співпраці та прийняття інших людей.

Важливим проявом зрілості є також поведінкова гнучкість та здатність до актуалізації внутрішніх ресурсів. О. С. Штепа наголошує, що зріла особистість володіє високим рівнем життєлюбства, що виступає ресурсом подолання труднощів та збереження мотивації до діяльності. Така гнучкість дозволяє студенту ефективно адаптуватися до змінних умов навчання, долати труднощі та зберігати інтерес до професійного розвитку [20, с. 24].

У зарубіжній психології прояви зрілості у студентському віці пов'язують із концепцією саморегульованого навчання. Б. Зіммерман зазначає, що зрілі студенти здатні самостійно визначати цілі навчання, використовувати ефективні когнітивні стратегії та здійснювати самоконтроль результатів [24, с. 64]. Це свідчить про високий рівень внутрішньої організації діяльності та відповідальності за власний розвиток, що є важливими показниками особистісної зрілості.

Ще одним важливим маркером зрілості є сформованість професійної ідентичності, яка виступає інтеграційним утворенням, що поєднує особистісні якості з професійними вимогами. Вона проявляється у внутрішньому прийнятті ролі психолога, дотриманні професійних норм та готовності до етичної відповідальності. Як зазначають Л. Коняєва та М. Шопша, формування професійної ідентичності супроводжується кризами, подолання яких є важливим показником зрілості особистості [6, с. 5]. Таким чином, професійна ідентичність є важливою складовою особистісної зрілості.

Згідно з позицією Г. І. Меднікової, важливим проявом особистісної зрілості є сформованість внутрішнього локусу контролю, який відображає здатність особистості усвідомлювати себе активним суб'єктом власного життя,

брати відповідальність за результати своєї діяльності та не залежати від зовнішнього схвалення [14, с. 179]. Внутрішній локус контролю передбачає переконання людини у тому, що події її життя є наслідком власних дій, рішень і зусиль, а не випадкових обставин чи впливу інших людей. У контексті особистісної зрілості це виступає показником сформованості відповідальності, самостійності та впевненості у власних можливостях.

Для студентського віку розвиток внутрішнього локусу контролю має особливе значення, оскільки саме в цей період відбувається перехід від зовнішньої регуляції (з боку батьків, викладачів, соціальних норм) до саморегуляції. Зрілий студент не лише виконує вимоги освітнього процесу, але й усвідомлено визначає власні освітні цілі, планує свою діяльність та несе відповідальність за її результати. Така позиція сприяє формуванню активної життєвої стратегії, орієнтованої на самореалізацію та професійний розвиток [25].

Крім того, внутрішній локус контролю тісно пов'язаний із розвитком рефлексії та самосвідомості. Особистість, яка орієнтується на внутрішні критерії оцінки, здатна більш об'єктивно аналізувати власні досягнення і помилки, не уникаючи відповідальності за невдачі. Це, у свою чергу, сприяє формуванню адекватної самооцінки та стійкості до соціального тиску. У професійній підготовці психолога така характеристика є особливо важливою, оскільки дозволяє майбутньому фахівцю зберігати незалежність суджень, дотримуватися етичних принципів та уникати конформної поведінки у складних ситуаціях взаємодії [23].

Таким чином, внутрішній локус контролю виступає не лише окремим показником особистісної зрілості, але й інтегративною характеристикою, що поєднує когнітивні, емоційні та вольові аспекти функціонування особистості. Його сформованість дозволяє студенту займати активну життєву позицію, формувати власні переконання, відстоювати їх та діяти відповідно до внутрішніх цінностей, що є необхідною умовою професійного становлення майбутнього психолога.

Отже, студентський вік є ключовим етапом становлення особистісної зрілості, у межах якого відбувається її інтенсивне формування та інтеграція. Зрілість у цей період проявляється через розвиток самостійності, відповідальності, рефлексії, сформованість життєвих цілей і професійної ідентичності, а також здатність до емоційної регуляції та ефективної соціальної взаємодії. У сукупності це забезпечує перехід до автономного, усвідомленого та професійно орієнтованого функціонування особистості.

Висновки до першого розділу

Узагальнення теоретичних підходів до вивчення особистісної зрілості дозволяє розглядати її як складний, інтегративний і динамічний феномен, що відображає рівень психологічної організації особистості та її здатність до усвідомленого, відповідального й автентичного функціонування. Аналіз праць зарубіжних і вітчизняних дослідників показав, що попри різноманіття підходів, ключовими характеристиками зрілості виступають самодетермінація, рефлексивність, емоційна стабільність, соціальна відповідальність і здатність до самореалізації. При цьому акценти зміщуються від розуміння зрілості як адаптації до соціальних норм до її трактування як внутрішньо зумовленого процесу розвитку, що передбачає автономність і прагнення до самоактуалізації.

Встановлено, що особистісна зрілість має чітко виражену структурну організацію, яка характеризується взаємозв'язком когнітивно-сміслового, емоційно-ціннісного та регулятивно-поведінкового компонентів. Кожен із них виконує специфічну функцію: забезпечує усвідомлення реальності та себе в ній, формує систему цінностей і ставлень, а також визначає здатність до саморегуляції та реалізації поведінки. Водночас ці компоненти не існують ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії, утворюючи цілісну систему, яка забезпечує внутрішню узгодженість особистості. Особливе значення у цій системі має ціннісно-смісловий аспект, що виступає ядром зрілості та визначає спрямованість життєвого вибору і стійкість до зовнішніх впливів.

Окрему увагу у дослідженні приділено специфіці проявів особистісної зрілості у студентському віці, який визначено як сенситивний період її

інтенсивного становлення. У цей час відбувається якісна трансформація особистості, що проявляється у переході від зовнішньої регуляції до внутрішньої самодетермінації, формуванні рефлексії, розвитку автономії та відповідальності. Зрілість у студентів проявляється через здатність до самостійного прийняття рішень, наявність життєвих цілей, сформованість професійної ідентичності, емоційну регуляцію та ефективну міжособистісну взаємодію. Важливим показником є також розвиток внутрішнього локусу контролю, що свідчить про готовність особистості брати відповідальність за власне життя і професійний шлях.

Доведено, що для студентів-психологів особистісна зрілість має особливе значення, оскільки виступає не лише умовою особистісного розвитку, а й базовою передумовою професійної компетентності. Вона визначає здатність майбутнього фахівця до емпатії, конгруентності, етичної відповідальності, рефлексивного аналізу власної діяльності та побудови ефективної взаємодії з клієнтом. Формування зрілості у процесі професійної підготовки відбувається через інтеграцію теоретичних знань, практичного досвіду та розвитку особистісних якостей, що забезпечують готовність до майбутньої діяльності.

Таким чином, особистісна зрілість постає як фундаментальна характеристика особистості майбутнього психолога, що визначає не лише успішність його професійного становлення, але й здатність до самореалізації та гармонійного функціонування у соціальному середовищі. Це зумовлює необхідність її цілеспрямованого формування у процесі навчання, що відкриває перспективи для подальших емпіричних досліджень і розробки ефективних психолого-педагогічних засобів розвитку зрілості у студентській молоді.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

2.1. Організація та методи дослідження особистісної зрілості студентів-психологів

Другий розділ роботи присвячений опису та реалізації програми емпіричного дослідження, а також аналізу його результатів. Виходячи з теоретичного аналізу проблеми, ми припустили, що особистісна зрілість є не просто статичною характеристикою, а динамічним процесом, який безпосередньо корелює з успішністю професійної ідентифікації майбутніх фахівців.

Організація дослідження. Емпірична частина дослідження була реалізована протягом березня 2026 року. Емпіричний матеріал накопичувався шляхом дистанційного опитування з використанням платформи Google forms, що забезпечило ідентичність діагностичних умов для всіх піддослідних та нівелювало суб'єктивний вплив експериментатора на процес тестування. Організація збору даних відповідає ключовим етичним принципам психологічного пошуку: добровільній згоді, анонімності результатів та суворому дотриманню конфіденційності. На етапі залучення до опитування кожен респондент ознайомився з інструкцією, де було роз'яснено мету дослідження та технічні вимоги до заповнення бланків.

Характеристика вибірки. До дослідження було залучено 10 респондентів (8 жінок та 2 чоловіків). Вибірка є цільовою за професійною ознакою – усі учасники є студентами, що навчаються за спеціальністю «Психологія». Вік піддослідних становить від 19 до 24 років, що охоплює період навчання у закладі вищої освіти та збігається з кризовими етапами становлення дорослої особистості. Загальна кількість учасників – 10 осіб – є достатньою для проведення якісного аналізу та первинної статистичної обробки в межах курсового дослідження.

Методи дослідження. Для реалізації мети було використано стандартизовані психологічні методики, які дозволяють глибоко оцінити як загальноособистісний, так і вузькопрофесійний аспекти розвитку студента.

Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО) О. С. Штепи. Дана методика базується на гуманістичній парадигмі та розглядає зрілість як результат внутрішньоособистісної трансформації, спрямованої на самоактуалізацію [1, с. 37]. Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО), розроблений О. С. Штепою (Додаток А), призначений для визначення рівня сформованості особистісної зрілості індивіда. Його застосування дозволяє ефективніше вибудовувати консультативну взаємодію, враховуючи індивідуально-психологічні особливості людини та ступінь її зрілості.

Особистісна зрілість розглядається як процес внутрішніх особистісних змін, що відбуваються під впливом прагнення до самоактуалізації та формування власної ідентичності. Конструктивний характер цього процесу забезпечується цілісністю та послідовністю особистості, тоді як його результативність значною мірою залежить від рівня довіри людини до самої себе. Підсумком таких трансформацій є усвідомлене та відповідальне формування індивідом власної життєвої концепції, яка ґрунтується на моральних засадах і особистісних смислах.

Опитувальник включає 85 тверджень, які охоплюють різні особистісні якості, здібності та ставлення до життєвих ситуацій. Респонденту пропонується надати відповідь «так» або «ні» на кожне з них.

До ключових характеристик пропріуму зрілої особистості належать:

1) *Синергічність* – здатність до цілісного сприйняття реальності, усвідомлення взаємозв'язків між суперечливими явищами та інтеграції різних аспектів досвіду.

2) *Автономність* проявляється у здатності покладатися на власні переконання, самостійно приймати рішення та діяти відповідно до сформованої системи цінностей, незалежної від зовнішнього впливу.

3) *Контактність* характеризує відкритість до взаємодії та здатність швидко встановлювати глибокі й довірливі міжособистісні зв'язки.

4) *Самоприйняття* визначається як безумовно позитивне ставлення до себе, незалежно від наявних недоліків.

5) *Креативність* передбачає чутливість до дисгармонії та орієнтацію на творче переосмислення дійсності.

6) *Децентрація* полягає у здатності розглядати ситуації з різних позицій, приймати відмінність поглядів інших людей та відтворювати їхню точку зору.

7) *Толерантність* означає терпиме та неупереджене ставлення до різноманітних думок, людей і життєвих ситуацій.

8) *Відповідальність* проявляється у визнанні себе суб'єктом власних дій та готовності нести їх наслідки.

9) *Глибинність* переживань відображає здатність до інтенсивного емоційного досвіду, включаючи переживання гармонії зі світом і так звані «вершинні» або «плато-переживання», що трансформують світогляд.

10) *Життєва філософія* передбачає усвідомлення людиною власного існування у контексті світу та пошук сенсу життя; її складовими є життєва позиція, принципи та особисте кредо [8].

Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку балів за окремими шкалами (чинниками), після чого сирі показники переводяться у стандартні оцінки (стени). Для оцінки рівня вираженості кожної зі складових особистісної зрілості отримані стени були згруповані за трьома рівнями вираженості:

- низький рівень (1–3 стени), що може свідчити про дефіцитарність певної риси або критичний стан її розвитку;

- середній рівень (4–7 стени), який відповідає необхідному, адаптивному рівню розвитку особистості;

- високий рівень (8–10 стени), що відображає повну актуалізацію ресурсу та зрілу життєву позицію.

Інтерпретація профілю особистісної зрілості базується на аналізі наявності та ступеня реалізації рис, що входять до структури пропріуму.

Риси вважаються сформованими, якщо їх показники знаходяться у межах 5–7 стени. Якщо ж значення становить 8–10 стени, це свідчить про їхню реалізованість.

Загальний рівень особистісної зрілості визначається за такими критеріями:

- високий рівень – наявність не менше 80% рис, з яких щонайменше 50% є реалізованими; при цьому серед них обов'язково або частково

представлені такі характеристики, як відповідальність, децентрація, глибинність переживань, життєва філософія та толерантність;

- достатній рівень – сформованість 40–70% рис пропріуму, серед яких реалізованими є ключові характеристики (відповідальність, децентрація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність);
- критичний рівень – наявність 30% і менше рис незалежно від ступеня їх реалізації.

Особлива увага приділяється шкалам автономності та життєвої філософії як провідним індикаторам зрілості [1, с. 43].

Опитувальник професійної ідентичності студентів У. С. Родигіної. Цей інструментарій був обраний через його високу релевантність вибірці майбутніх психологів. Авторська розробка У. С. Родигіної дозволяє зафіксувати не лише факт вибору професії, а й глибину ідентифікації з нею [17, с. 82].

Опитувальник складається з 21 питання (Додаток В). Респонденти оцінюють свій рівень згоди за 5-бальною шкалою. В основі методики лежать чотири базові параметри:

Шкала 1 (Позитивні емоції): відображає ступінь задоволення професією як способом самореалізації.

Шкала 2 (Негативні емоції): фіксує почуття розчарування, тривоги або невпевненості щодо обраного шляху.

Шкала 3 (Активна позиція): вказує на прагнення до самостійного оволодіння знаннями, додаткової підготовки та цілеспрямованості.

Шкала 4 (Пасивна позиція): відображає формальне ставлення до навчання, відсутність інтересу до професійного розвитку.

Цінність даної методики полягає у визначенні *двох інтегральних показників:*

- *Показник переважання емоцій (ППЕ):* різниця між шкалами 1 та 2.
- *Показник активності (ПА):* різниця між шкалами 3 та 4.

На основі комбінації цих показників виділяється тип професійної ідентичності (від сформованої позитивної до кризової чи дифузної). Це дає змогу зрозуміти, чи є особистісна зрілість студента рушієм його професійної активності [17, с. 87].

Показник емоційного прийняття (ПЕ) – відображує баланс емоційного ставлення до обраного фаху і розраховується як різниця між позитивними та негативними емоційними реакціями респондента щодо професії психолога. Наявність *додатного значення (+)* свідчить про домінування задоволення власним вибором та наявність позитивних очікувань від майбутньої кар'єри. Натомість *від'ємне значення (-)* сигналізує про переважання внутрішнього розчарування, тривоги або незадоволеності потребами особистості в межах обраної спеціальності.

Показник професійної активності (ПА). Цей параметр дозволяє оцінити динамічну сторону ідентичності та визначається через різницю між активним і пасивним ставленням студента до навчально-професійної діяльності. *Додатне значення (+)* за цією шкалою притаманне студентам, які займають суб'єктну позицію: вони свідомо планують своє професійне майбутнє та активно докладають зусиль для саморозвитку. *Від'ємне значення (-)* характеризує пасивну, вичікувальну позицію, за якої студент схильний формально «пливти за течією» навчального процесу без власної ініціативи та чітких професійних орієнтирів.

Співвідношення цих двох показників дозволяє нам не лише констатувати наявність ідентичності, а й визначити її якісну специфіку для кожного учасника дослідження.

Узагальнення отриманих даних здійснювалось на основі якісно-кількісного аналізу результатів психодіагностики, що передбачає групування даних за рівнями та типами для виявлення характерних особливостей особистісної та професійної сфери майбутніх психологів.

2.2. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей особистісної зрілості та професійної ідентичності студентів-психологів

У цьому підрозділі подано результати емпіричного дослідження, проведеного з метою вивчення психологічних особливостей особистісної зрілості майбутніх фахівців та аналізу їхнього взаємозв'язку з типами професійної ідентичності. Аналіз результатів базується на принципі якісно-кількісного опису, що дозволяє не лише констатувати рівень розвитку досліджуваних феноменів за допомогою статистичних показників, а й надати змістовну психологічну характеристику виявленим особливостям на етапі фахової підготовки студентів.

На першому етапі нашого дослідження було проведено діагностику за опитувальником особистісної зрілості О. С. Штепи. Метою цього етапу було виявлення базових рис, що становлять «ядро» особистісної зрілості та безпосередньо впливають на процес формування професійної ідентичності майбутніх фахівців.

Надалі ми провели якісний та кількісний аналіз розподілу респондентів за рівнями вираженості кожної з десяти шкал особистісної зрілості. Такий підхід дає змогу визначити рівень сформованості внутрішньої зрілості не лише як загальний показник, а і як важливий чинник формування професійної ідентичності майбутніх фахівців.

Аналіз результатів дослідження за десятьма основними шкалами *методики О. Штепи* дозволив виявити специфіку «ядра» особистісної зрілості у нашій вибірці. Узагальнені результати відсоткового розподілу студентів за рівнями представлені у таблиці 2.1. Детальний розгляд кожної з десяти шкал дозволив не лише розкрити індивідуальні особливості респондентів, а й ідентифікувати чинники, що можуть ускладнювати процес формування їхньої професійної ідентичності.

Результати дослідження за *методикою О. С. Штепи*, свідчать, що особистісна зрілість більшості досліджуваних студентів-психологів перебуває на *середньому (адаптивному) рівні*, що створює необхідне підґрунтя для їхнього подальшого професійного становлення. Аналіз окремих компонентів зрілості свідчить, що більшість респондентів (60%) мають середній рівень відповідальності (табл. 2.1), усвідомлюючи авторство власного життя, а також сформовану готовність відповідати за власні рішення. Проте наявність 20% респондентів із низьким рівнем вказує на ризик уникання відповідальності в

складних професійних ситуаціях. Рівень відповідальності у вибірці є достатнім для усвідомлення етичних аспектів професії, проте потребує зміцнення внутрішнього локусу контролю у п'ятій частини опитаних.

Таблиця 2.1.

Відсотковий розподіл за рівнями вираженості показників особистісної зрілості у вибірці студентів-психологів за методикою О. С. Штепи

Риси особистісної зрілості	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Кількість осіб	Кількість осіб у %	Кількість осіб	Кількість осіб у %	Кількість осіб	Кількість осіб у %
Відповідальність	2	20%	6	60%	2	20%
Децентрація	3	30%	5	50%	2	20%
Глибинність переживань	1	10%	6	60%	3	30%
Життєва філософія	2	20%	7	70%	1	10%
Толерантність	3	30%	6	60%	1	10%
Автономність	4	40%	5	50%	1	10%
Контактність	1	10%	7	70%	2	20%
Самоприйняття	2	20%	6	60%	2	20%
Креативність	2	20%	5	50%	3	30%
Синергічність	3	30%	6	60%	1	10%

Важливим аспектом професійної ідентичності є децентрація, яка у 50% студентів розвинена на середньому рівні, проте 30% осіб мають низький її рівень (табл. 2.1), що вказує на ризик егоцентричної фіксації та труднощі в об'єктивному сприйнятті майбутнього клієнта. Для психолога це може означати нав'язування клієнту власних поглядів. Здатність бачити ситуацію очима іншого розвинена нерівномірно, що створює ризики егоцентризму в майбутній практичній діяльності.

За шкалою глибинність переживань переважна кількість студентів-психологів мали середній її рівень – 60% осіб (табл. 2.1), що свідчить про їх помірний емоційний відклик на переживання інших людей. Водночас 30% студентів виявляють високу чутливість та здатність до емоційного резонансу. Це підтверджує готовність майбутніх психологів до роботи зі складними

людськими почуттями. Лише одна особа (10%) має схильність до емоційної сухості. У цілому, висока емоційна культура вибірки є сприятливою передумовою для розвитку емпатії та конгруентності у консультуванні.

Процес формування ціннісно-сислової сфери більшості досліджуваних студентів-психологів характеризується пошуком життєвої філософії (у 70% осіб – середній її рівень) (табл. 2.1), що є нормою для студентського віку. Проте, життєві орієнтири 20% студентів з низьким рівнем за шкалою життєвої філософії знаходяться у процесі структурування, що потребує інтеграції професійних цінностей у загальну систему переконань.

За шкалою толерантності переважна більшість студентів-психологів (60%) мали середній її рівень 60%, а високий її рівень зафіксований лише у одного студента (10%). Водночас 30% досліджуваних мали низький рівень толерантності (табл. 2.1), а отже схильність до категоричності та упередженості. Для психолога це критична зона, оскільки професія вимагає безумовного прийняття клієнта. Показник толерантності вимагає особливої уваги та корекції через розвиток навичок безоцінкового сприйняття.

Найбільш критичним виявився рівень автономності, де 40% студентів із низьким її рівнем продемонстрували залежність від зовнішніх оцінок та конформність, що потребує зміцнення внутрішнього «Я» для забезпечення професійної незалежності. Проте, середній рівень автономності зафіксований у 50% осіб, а високий – у 10% осіб (табл. 2.1).

Натомість сфера спілкування є найбільш розвиненою у досліджуваних студентів-психологів (90% осіб у сумі з високим та середнім рівнями за шкалою контактності) (табл. 2.1), що свідчить про високий комунікативний потенціал вибірки. Майже всі респонденти достатньо легко вступають у взаємодію та володіють навичками комунікації, що полегшує процес встановлення рапорту та професійної взаємодії. І лише 10% осіб мають низьку контактність.

Питання самоприйняття залишається стабільним для 60% студентів із середнім його рівнем, хоча наявність 20% осіб із низьким його рівнем (табл. 2.1)

створює ризики виникнення контрпереносу в майбутній роботі. Отже, ставлення до себе у студентів переважно позитивне та адекватне, але потребує опрацювання внутрішніх конфліктів у п'ятій частини вибірки.

Творчий потенціал та здатність до системного бачення світу (креативність та синергічність) також тяжіють до середнього рівня у більшості респондентів (табл. 2.1), що відображає адаптивний характер зрілості студентів-психологів.

У цілому, кількісні дані свідчать про те, що особистісна зрілість (ОЗ) більшості досліджуваних студентів-психологів перебуває на *середньому (адаптивному) рівні*. На основі кількісного аналізу ми виділили *ресурсний блок ОЗ*, до якого ми віднесли контактність та глибинність переживань, за якими 90% осіб (у сумі) мали середній та високий рівні їх прояву. Середній бал у стенах за цими показниками становить 6,9 та 7,0 відповідно. Це свідчить про високу комунікативну готовність вибірки та розвинену здатність до емоційної рефлексії, що є фундаментальним інструментарієм у професійній діяльності психолога.

Водночас у *дефіцитарний блок ОЗ* нашої вибірки увійшли *автономність*, яка виявилась найменш вираженою (40% респондентів мають низький її рівень, середній бал – 4,4 стена), а також *децентрація* (30% осіб – низький її рівень). Це підтверджує схильність студентів-психологів до конформності та певні труднощі у виході за межі власного егоцентричного сприйняття.

Таким чином, виявлені дефіцити в автономності та децентрації на тлі загальної комунікативної готовності вимагають впровадження спеціальних психологічних заходів для зміцнення особистісного ядра майбутніх психологів у процесі їхньої професійної ідентифікації. Для успішного формування професійної ідентичності студентам необхідно зосередитись на розвитку внутрішньої незалежності (автономії) та емпатійного розуміння (децентрації). Саме ці якості дозволять перетворити теоретичні знання на зрілу професійну позицію.

Наступним етапом нашого дослідження стало визначення стану та особливостей професійної ідентичності майбутніх психологів. Якщо

особистісна зрілість виступає внутрішнім ресурсом фахівця, то професійна ідентичність відображає ступінь його прийняття обраної професії, емоційне ставлення до неї та рівень активності у фаховому становленні.

Для реалізації цього етапу нами було використано «*Опитувальник професійної ідентичності студентів*» У. С. Родигіної. Дана методика дозволяє не лише оцінити суб'єктивне ставлення респондентів до майбутньої діяльності, а й диференціювати їх за специфічними типами професійної ідентичності (Додаток В). Після проведення опитування отримані дані було проаналізовано за чотирма основними шкалами: позитивні та негативні емоції щодо професії, а також активна чи пасивна позиція студента у навчанні. На основі кількісних показників було розраховано два інтегральні параметри – показник емоційного прийняття та показник професійної активності, поєднання яких дало змогу віднести кожного студента до певного типу професійної ідентичності – позитивної, сформованої, невизначеної, кризової або дифузної. Узагальнені результати відсоткового розподілу досліджуваних студентів-психологів за типами ідентичності представлені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Відсотковий розподіл досліджуваних студентів-психологів за типами професійної ідентичності

Тип професійної ідентичності	Кількість осіб	Кількість осіб у %
Позитивна ідентичність	3	30%
Сформована ідентичність	4	40%
Невизначена ідентичність	1	10%
Криза ідентичності	1	10%
Дифузна ідентичність	1	10%

Як бачимо з наведених у таблиці 2.2 даних, переважна більшість студентів (70%) продемонстрували зрілі форми професійної ідентичності – сформовану та позитивну. Це свідчить про те, що вибір професії психолога для більшості респондентів є свідомим та супроводжується активним залученням до навчального процесу. Водночас наявність респондентів із кризовим,

невизначеним та дифузним типами (сумарно 30% осіб) вказує на існування студентів, які потребують додаткової підтримки у професійному самовизначенні, оскільки вони або ще не сформуvalи чіткого ставлення до фаху, або переживають етап розчарування у зробленому виборі.

Яскравим прикладом цього є респондент Р3 (див. Додаток В), у якого спостерігається поєднання високого рівня активності (+7) із негативним емоційним фоном (-2), що відповідає класичному опису стану «професійної кризи». Такий результат вказує на те, що студент докладав значних зусиль для опанування професії (багато вчиться, відвідує заходи), проте не відчуває внутрішньої радості від результатів своєї діяльності, що може бути пов'язано з розчаруванням у первісних очікуваннях.

Таким чином, кількісний розподіл за типами професійної ідентичності (методика У. С. Родигіної) демонструє позитивну динаміку професіоналізації студентів-психологів: 70% вибірки володіють зрілими формами ідентичності (позитивна - 30% осіб та сформована - 40% осіб). Середній показник емоційного прийняття по групі є досить високим (+7,0), що вказує на загальне задоволення обраним фахом. Проте, 30% вибірки перебувають у стані пошуку або розчарування (невизначена, кризова та дифузна ідентичності – по 10% кожна) (табл. 2.2).

Загалом, середні показники по групі (ПЕ = +7,0; ПА = +4,4) (див. Додаток В). свідчать про те, що вибірка респондентів загалом тяжіє до «Сформованої ідентичності». Це є позитивним прогностичним показником, оскільки підтверджує, що більшість майбутніх психологів свідомо ставляться до свого вибору, мають сформовану систему професійних цінностей та готові до подальшого розвитку в обраній сфері діяльності.

Комплексна якісна інтерпретація отриманих даних дозволила інтегрувати показники обох застосованих нами методик та виокремити три ключові профілі професійного становлення майбутніх фахівців у межах досліджуваної групи.

Профіль «Зрілий професіонал» спостерігається у 30% осіб (респонденти Р4, Р8, Р1). Ці студенти демонструють високі бали за шкалами відповідальності

та автономності в поєднанні з *позитивною професійною ідентичністю*. Якісно це проявляється у тому, що вони не просто люблять психологію, а й активно інвестують ресурси у свій розвиток. Їхня зрілість є опорою для професійної позиції: вони здатні приймати незалежні рішення та брати на себе відповідальність за результати праці.

Профіль «Емоційний адаптант» характерний для 40% досліджуваних студентів (респонденти P2, P7, P9, P10) – найчисельніша група (сформована професійна ідентичність). Якісна характеристика цього типу – висока контактність та прийняття себе на фоні середньої автономності. Вони добре почуваються в ролі студента, їм подобається навчальне середовище, проте вони все ще потребують зовнішньої підтримки та керівництва. Професійна ідентичність тут є стабільною, але дещо пасивною.

Профіль «Кризовий/Пошуковий» властивий для 30% досліджуваних студентів (Респонденти P3, P5, P6). Якісний аналіз виявляє прямий зв'язок між низьким рівнем автономності, толерантності та станами професійної кризи або дифузії. Наприклад, респондент P3 демонструє високу активність, але негативні емоції – це «криза вигорання на етапі навчання», коли високі вимоги до себе не підкріплюються внутрішнім прийняттям своєї ролі. А респондент P6 із дифузною ідентичністю має найнижчі бали за шкалою життєвої філософії, що підтверджує відсутність внутрішніх смислових опор (див. Додаток В).

Таким чином, якісно-кількісний аналіз засвідчив, що рівень особистісної зрілості виступає внутрішнім предиктором (передвісником) успішного формування професійної ідентичності. Студенти з розвиненою емоційною сферою та комунікативними навичками легше адаптуються до професії. Проте виявлені дефіцити в автономності та децентрації є потенційними бар'єрами, які можуть призводити до професійної кризи або формування залежної позиції фахівця.

Отримані результати підкреслюють необхідність зміщення акцентів у підготовці психологів із суто когнітивного навчання на розвиток особистісних

якостей – зокрема, розвиток незалежності суджень, толерантності та здатності до глибокої емпатійної децентрації.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було проведено емпіричне дослідження особливостей особистісної зрілості та професійної ідентичності студентів-психологів з використанням двох стандартизованих методик: опитувальника особистісної зрілості О. С. Штепи та опитувальника професійної ідентичності У. С. Родигіної.

За результатами діагностики особистісної зрілості встановлено, що більшість студентів-психологів перебувають на середньому (адаптивному) рівні розвитку. Особистісна зрілість більшості досліджуваних студентів-психологів перебуває на середньому (адаптивному) рівні, що свідчить про наявність достатнього психологічного ресурсу для опанування професії, проте вказує на те, що процес внутрішньої трансформації ще не завершений. Найвищі показники виявлено за шкалами «контактність» та «глибинність переживань», що вказує на те, що майбутні фахівці мають чудовий комунікативний потенціал та розвинену емоційну сферу, що є базовим інструментарієм у роботі психолога. Найбільш критичними для вибірки є показники «автономності» та «децентрації», що вказує на схильність студентів до конформності та егоцентризму, що може заважати об'єктивності в роботі з клієнтами та вмінню приймати незалежні професійні рішення. А недостатній рівень толерантності та самоприйняття у частини респондентів створює ризики «кризи ідентичності», оскільки формування стійкого професійного «Я» безпосередньо залежить від розвитку здатності до безумовного прийняття себе та інших.

Аналіз професійної ідентичності засвідчив переважання зрілих типів (сформованої та позитивної ідентичності) у переважній більшості досліджуваних студентів-психологів, що підтверджує свідомий вибір фаху та високу мотивацію до навчання цих здобувачів освіти. Проте наявність кризових та дифузних станів у 30% вибірки вказує на їх потребу в додатковій підтримці у процесі самовизначення.

Якісно-кількісний аналіз виявив взаємозалежність між складовими особистісної зрілості та професійною позицією: студенти з вищим рівнем відповідальності та незалежності демонструють стійкішу ідентичність.

У цілому, отримані результати підтверджують, що особистісна зрілість є внутрішньою основою для успішного становлення майбутнього фахівця-психолога, а виявлені особливості потребують врахування при розробці програм професійної підготовки.

ВИСНОВОК

У курсовій роботі проведено теоретико-емпіричне дослідження психологічних особливостей особистісної зрілості студентів-психологів.

1. У межах першого розділу на основі аналізу вітчизняних та зарубіжних наукових джерел було з'ясовано, що особистісна зрілість є складним багатовимірним конструктом. Вона характеризується здатністю особистості до саморозвитку, автономності, відповідальності за власні вчинки, а також наявністю сформованої системи цінностей та гуманістичної спрямованості. Теоретичний огляд підтвердив, що для майбутнього психолога зрілість передбачає не лише соціальну адаптованість, а й високий рівень рефлексії, емоційного інтелекту та здатності до децентрації. Встановлено, що ключовими детермінантами становлення зрілості є як внутрішні передумови (індивідуально-типологічні властивості), так і зовнішні чинники (освітнє середовище, специфіка професійної взаємодії).

2. Емпіричним шляхом виявлено, що для більшості досліджуваних студентів-психологів характерним є середній (адаптивний) рівень особистісної зрілості. Це вказує на те, що основні компоненти зрілості перебувають у стадії активного формування. Ресурсними сторонами майбутніх фахівців виявилися такі риси зрілої особистості як контактність та глибинність переживань. Високий та середній рівень у переважній кількості досліджуваних за цими шкалами підтверджує наявність розвинених комунікативних здібностей та емпатійності у більшості студентів-психологів, що є необхідною передумовою для успішної консультативної практики. Разом із тим, виявлена дефіцитарність за шкалами «Автономність» та «Децентрація» вказує на потенційні труднощі у значної частини досліджуваних: схильність до конформності, залежність від зовнішнього схвалення та складність у відмежуванні власних емоційних станів від станів іншої людини.

Дослідження професійної ідентичності показало позитивну тенденцію: переважна частина вибірки має зрілі форми ідентичності (сформовану та позитивну). Ці студенти демонструють високу професійну активність та

позитивний емоційний фон щодо обраного фаху. Проте наявність майже третини досліджуваних зі станами невизначеності, кризи або дифузії свідчить про внутрішню напруженість процесу їхнього професійного самовизначення. Зокрема, виявлений стан «кризи» у окремих студентів сигналізує про невідповідність між високими витратами зусиль на навчання та низьким рівнем емоційного задоволення від нього.

Інтеграція результатів дозволила виокремити три типологічні профілі професійного становлення студентів-психологів: 1) профіль «зрілий професіонал» характеризується гармонійним поєднанням високої особистісної зрілості та позитивної ідентичності; 2) профіль «емоційний адаптант» є найбільш поширеним серед студентів і характеризується стабільною, але дещо пасивною позицією; 3) профіль «кризовий/пошуковий» відображає пряму залежність між низькою автономністю особистості та невпевненістю у професійному виборі.

Отже, що особистісна зрілість виступає фундаментальним внутрішнім предиктором успішної професійної ідентифікації студента-психолога. Чим вищим є рівень автономності, відповідальності та толерантності майбутнього фахівця, тим стабільнішою та усвідомленішою є його професійна позиція. Проте виявлені у ході дослідження «зони ризику» (низька незалежність, егоцентризм) потребують цілеспрямованої корекційної роботи.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих даних для вдосконалення навчального процесу. Для стимулювання особистісного зростання студентів-психологів доцільним є впровадження спеціалізованих тренінгових програм, спрямованих на розвиток суб'єктності, зміцнення внутрішніх опор та розширення навичок психологічної децентрації. Формування фахівця має відбуватися через єдність академічної підготовки та особистісної трансформації, що дозволить майбутнім психологам не лише володіти техніками допомоги, а й бути автентичними, зрілими особистостями.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі можуть полягати у вивченні динаміки особистісної зрілості від першого до випускного курсів, а

також у глибокому аналізі впливу індивідуальної терапії та супервізії на розвиток професійного «Я» студента.

Таким чином, мета курсової роботи досягнута, поставлені завдання виконані в повному обсязі. Підтверджено положення про те, що професійне становлення студента-психолога є невід'ємним від процесу його загального особистісного дозрівання. Отримані висновки можуть слугувати основою для подальших наукових розвідок та прикладних розробок у сфері психології вищої школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барчі Б. В. Загальна психологія з практикумом : лабораторний практикум. Ч. 2 : для студентів спец. 053 «Психологія». Мукачево : МДУ, 2017. 51 с.
2. Везенкова Г. І. Особистісна зрілість як детермінанта життєвих домагань майбутніх учителів. *Наука і освіта*. 2009. № 9. С. 79–85.
3. Дідик Н. М. Феномен особистісної зрілості в інтерпретації українських дослідників. *Психологія і суспільство*. 2014. № 1 (03). С. 128–131.
4. Долинська Л. В. Особистісна зрілість як чинник формування психологічної культури майбутнього фахівця. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 16. С. 285–293.
5. Долинська Л. В., Темрук О. В. Тренінг особистісної професійної зрілості. Київ : Марич, 2010. 128 с.
6. Коняєва Л., Шопша М. Професійна ідентичність студентів-психологів на адаптаційному етапі професійної соціалізації у закладі вищої освіти. *Наукові праці МАУП. Психологія*. 2024. № 2 (63). С. 5–16.
7. Кордунова Н. О., Потапчук Л. В. Психологічні тенденції проявів особистісної зрілості студентів у процесі професійної підготовки. *Психологічні перспективи*. 2015. Вип. 26. С. 167–176.
8. Кутіщенко В. П., Ставицька С. О. Психологія розвитку та вікова психологія : практикум. Київ : Каравела, 2009. 448 с.
9. Кучманич І. М., Лисогор А. В. Значущість розвитку особистісної зрілості в процесі професійної підготовки студентів-психологів. *Психологічний часопис*. 2017. С. 96–100.
10. Лепіхова Л. А. Психологічні основи особистісної зрілості : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2012. 256 с.
11. Лепіхова Л. А. Соціалізація та соціально-психологічна компетентність як рівні особистісної зрілості. Київ : Контекст, 2000. 336 с.
12. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 272 с.

13. Матвеев В. О. Філософські основи концепції самоактуалізації особистості А. Маслоу – засновника гуманістичної психології. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2013. №1057. С. 62-67.
14. Меднікова Г. І. Особистісна зрілість: сутність та критерії. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2012. Т. 2, № 43. С. 179–186.
15. Олпорт Г. В. Патерни і розвиток особистісні (Pattern and Growth in Personality). Нью-Йорк : Holt, Rinehart and Winston, 1961. 593 с.
16. Перун А. М. Психологічний аналіз особистісної зрілості студентів-психологів : кваліфікаційна робота бакалавра. Львів : ЛьвДУВС МВС України, 2022. 69 с.
17. Опитувальник професійної ідентичності студентів – майбутніх психологів Родигіної. URL: https://www.eztests.xyz/tests/professional_rodygina/
18. Штепа О. С. Особистісна зрілість як акмеологічна інваріанта психолога. *Проблеми гуманітарних наук : збірник наукових праць ДДПУ імені Івана Франка*. 2003. № 11. С. 151–153.
19. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг : монографія. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 214 с.
20. Штепа О. С. Психологічні особливості формування та актуалізації особистісної зрілості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 5. С. 24–31.
21. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. Boston : Beacon Press, 2006. 165 p.
22. Rogers C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
23. Rotter J. B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*. 1966. Vol. 80, № 1. 28 p.
24. Zimmerman B. J. Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*. 2002. Vol. 41, № 2. P. 64–70.

ДОДАТКИ

ДОДАДОК А

Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)

(автор О. С. Шмена)

Інструкція: Вам пропонується перелік тверджень, що стосуються різних аспектів вашої особистості та ставлення до життя. Уважно прочитайте кожне твердження. Якщо ви згодні з ним, поставте знак «+» (так), якщо не згодні — знак «-» (ні). Будьте щирими, тут немає правильних або неправильних відповідей.

Текст опитувальника:

1. Я завжди відчуваю відповідальність за все, що відбувається в моєму житті.
2. Мені важко зрозуміти іншу людину, якщо її погляди суттєво відрізняються від моїх.
3. Я часто переживаю події дуже глибоко та серйозно.
4. У мене немає чітко сформованої життєвої філософії.
5. Я терпимо ставлюся до недоліків інших людей.
6. Моя думка часто залежить від того, що про це думають оточуючі.
7. Мені легко встановлювати контакти з новими людьми.
8. Я часто незадоволений собою та своїми вчинками.
9. Я вважаю, що кожна людина сама створює свою долю.
10. Коли хтось помиляється, я намагаюся поставити себе на місце цієї людини.
11. Я готовий відповідати за наслідки своїх рішень, навіть якщо вони невдалі.
12. Я часто наполягаю на своєму, навіть якщо бачу, що інша людина має рацію.
13. Естетичні враження (музика, живопис, природа) викликають у мене сильний емоційний відгук.
14. Я досі не визначився зі своїми головними життєвими цінностями.
15. Навіть якщо поведінка людини мені не подобається, я намагаюся її не засуджувати.
16. Мені важливо, щоб мої дії схвалювали інші.
17. У спілкуванні я часто відчуваю скутість.
18. Загалом я приймаю себе таким, яким є, з усіма перевагами та недоліками.
19. Якщо в моєму житті щось іде не так, я шукаю причину передусім у собі.
20. Я вмію дивитися на ситуацію з різних точок зору.
21. Навіть у складних обставинах я не перекладаю провину на інших.
22. Мені важко визнати чужу правоту, якщо це зачіпає мої інтереси.
23. Я можу годинами роздумувати над сенсом прочитаної книги чи побаченого фільму.
24. Моє життя має чітку мету та сенс.
25. Мене дратують люди, чії звички не схожі на мої.
26. Я схильний діяти так, як від мене очікують, а не так, як хочу я.
27. Друзі вважають мене відкритою та товариською людиною.
28. Я часто порівнюю себе з іншими не на свою користь.
29. Я вважаю, що людина має сама розпоряджатися власним життям.
30. Я завжди намагаюся зрозуміти мотиви вчинків іншої людини.
31. Іноді мені здається, що обставини сильніші за мене і я нічого не можу змінити.
32. Я рідко змінюю свою думку під впливом аргументів іншої людини.
33. Я зазвичай стриманий у виявленні своїх почуттів.
34. Я часто відчуваю, що моє життя позбавлене внутрішнього стержня.
35. Я вважаю, що кожна людина має право на власний спосіб життя.
36. Я можу прийняти важливе рішення самостійно, не радячись ні з ким.
37. Мені складно почати розмову першим.
38. Я ціную себе незалежно від того, успішний я зараз чи ні.
39. Будь-який досвід у житті, навіть негативний, я вважаю корисним уроком.
40. Я вмію вислухати людину, не перериваючи та не нав'язуючи свою думку.

41. Я не шукаю виправдань своїм невдачам.
42. Я переконаний, що існує лише одна правильна точка зору — моя.
43. Краса навколишнього світу здатна зворушити мене до сліз.
44. Мої життєві принципи часто змінюються залежно від обставин.
45. Я спокійно ставлюся до того, що оточуючі можуть мати відмінні від моїх смаки.
46. Мені важко протистояти тиску групи.
47. Я швидко знаходжу спільну мову з колегами та знайомими.
48. У мене багато якостей, які я хотів би змінити.
49. Я відчуваю себе господарем власного життя.
50. Для мене важливо розуміти, що відчуває інша людина під час нашої розмови.
51. Іноді я відчуваю себе жертвою обставин.
52. Я завжди намагаюся враховувати інтереси інших людей, перш ніж щось зробити.
53. Глибокі почуття та переживання надають моєму життю особливого сенсу.
54. Я чітко знаю, заради чого я живу.
55. Мені важко спілкуватися з людьми, які мають інші релігійні чи політичні переконання.
56. Я здатний піти проти думки більшості, якщо впевнений у своїй правоті.
57. У компанії я зазвичай перебуваю в центрі уваги.
58. Навіть знаючи свої слабкості, я не втрачаю поваги до себе.
59. Я несу повну відповідальність за свій професійний вибір.
60. Розуміння іншої людини для мене важливіше, ніж перемога в суперечці.
61. Я ніколи не звинувачую долю у своїх проблемах.
62. Я завжди відкритий до нових ідей та поглядів.
63. Співпереживання іншим — важлива частина мого життя.
64. Моя життєва позиція допомагає мені долати будь-які труднощі.
65. Я визнаю за кожною людиною право бути собою.
66. У своїх вчинках я керуюся власними переконаннями, а не модою чи традиціями.
67. Я легко вливаюся в новий колектив.
68. Я часто відчуваю внутрішній конфлікт із самим собою.
69. Кожна подія в моєму житті — це результат моїх власних зусиль.
70. Я вмю бачити ситуацію очима іншої людини.
71. Буває, що я почуваюся безпорадним перед життєвими труднощами.
72. Я готовий змінити свою позицію, якщо мені наведуть переконливі докази.
73. Я рідко дозволяю собі виявляти сильні емоції.
74. Я відчуваю, що моє життя наповнене змістом лише тоді, коли я досягаю зовнішнього успіху.
75. Для мене кожна людина — це унікальний світ, гідний поваги.
76. Мені не потрібні сторонні поради, щоб зрозуміти, як мені жити.
77. Я отримую справжнє задоволення від спілкування з людьми.
78. Моє ставлення до себе не залежить від настрою оточуючих.
79. Час від часу я відчуваю, що моє життя не належить мені.
80. Я завжди намагаюся знайти компроміс у конфліктних ситуаціях.
81. Мені складно зрозуміти людей, які надто емоційно реагують на події.
82. Я відчуваю відповідальність не тільки за себе, а й за те, що відбувається навколо.
83. Я рідко сумніваюся у правильності своїх поглядів на світ.
84. Я вважаю, що раціональний підхід до життя кращий, ніж емоційний.
85. Моя життєва філософія постійно збагачується новим досвідом.

Опитувальник професійної ідентичності студентів - майбутніх психологів

(авторська розробка У. С. Родигіної)

Інструкція: Вам пропонується надати відповіді на кілька тверджень опитувальника. На наведені нижче запитання не існує правильних чи неправильних відповідей. Будь ласка, дайте відповідь на кожне з них відповідно до вашої власної думки. Уважно прочитайте твердження та вкажіть ступінь вашої згоди чи незгоди з кожним із них, використовуючи таку шкалу:

- 5 — повністю згоден;
- 4 — згоден;
- 3 — не думав про це, не знаю;
- 2 — не згоден;
- 1 — абсолютно не згоден.

Текст опитувальника:

1. Професія психолога задовольняє не всі мої життєві потреби та запити.
2. Мої думки про майбутню кар'єру в психології приносять мені радість.
3. Мій інтерес до психології виник досить давно (задовго до вступу на факультет психології), і саме він сприяв тому, що я поставив собі за мету вступити на факультет психології.
4. Професія психолога для мене — це один із способів самореалізації в житті.
5. У мене є потреба проводити більшу частину свого вільного часу, займаючись психологією.
6. Професія психолога не завжди викликає у мене позитивні емоції.
7. Я вже давно прорахував усе, що мені потрібно для того, щоб працювати психологом.
8. Я не впевнений, що навчання за спеціальністю «психологія» сприяє моєму саморозвитку.
9. Освіти, яку ми здобуваємо у закладі вищої освіти, буде цілком достатньо на всю мою психологічну кар'єру.
10. Поки що я не будую планів щодо того, що робитиму після закінчення навчання.
11. Я навчаюся для того, щоб надавати професійну психологічну допомогу іншим людям.
12. Є деякі питання в психології, які мені не зовсім зрозумілі, але я знаю, як можна отримати необхідну інформацію.
13. Я довго роздумував, зважуючи всі «за» і «проти», перш ніж зробити свій професійний вибір.
14. Я думаю, що поки я отримую лише загальні уявлення про психологію, а стати професіоналом я зможу лише в процесі роботи.
15. Іноді я відчуваю розчарування через те, що вибрав професію психолога.
16. Суспільство не настільки сильно потребує психологів, як це здається на перший погляд.
17. Мені подобається дізнаватися про нові напрямки та методи в сучасній психології.
18. Мої уявлення про професію психолога, які були до вступу, суттєво відрізняються від того, що я бачу зараз.
19. Якщо мені запропонують іншу, цікавішу роботу, я можу покинути навчання на психолога.
20. Я чітко бачу своє професійне майбутнє як психолога.
21. У мене немає потреби додатково читати літературу з психології, крім тієї, що задають на заняттях.

Показники особистісної зрілості респондентів у стенах
(за методикою О. С. Штепи)

Шкала / Респондент	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Середнє (стени)
Відповідальність	7	6	3	8	6	4	7	5	6	9	6,1
Децентрація	8	5	2	7	5	3	8	6	5	4	5,3
Глибинність переживань	9	7	4	8	6	5	9	7	6	9	7
Життєва філософія	6	6	4	9	5	3	7	6	5	6	5,7
Толерантність	5	6	3	7	5	2	6	5	6	8	5,3
Автономність	4	5	2	6	4	2	5	4	5	7	4,4
Контактність	8	7	5	9	7	4	8	6	7	8	6,9
Самоприйняття	7	6	3	8	5	4	7	5	6	7	5,8
Креативність	8	6	4	9	5	3	8	7	6	9	6,5
Синергічність	6	5	2	7	4	3	6	5	5	6	4,9

Індивідуальні показники професійної ідентичності респондентів
(методика У. С. Родигіної)

Респондент	Показник емоцій (ПЕ)	Показник активності (ПА)	Тип професійної ідентичності
P1	+12	+8	Позитивна ідентичність
P2	+9	+4	Сформована ідентичність
P3	-2	+7	Криза ідентичності
P4	+10	+9	Позитивна ідентичність
P5	+6	-1	Невизначена ідентичність
P6	-5	-3	Дифузна ідентичність
P7	+8	+5	Сформована ідентичність
P8	+11	+10	Позитивна ідентичність
P9	+7	+4	Сформована ідентичність
P10	+9	+5	Сформована ідентичність
Середнє	+7,0	+4,4	Сформована ідентичність