

Отже, здійснений нами теоретичний аналіз дозволив відзначити основні праці вчених і моделі психосоматики, як науки і відмінні особливості впливу стресу на фізичний стан особистості. Емоційне реагування на навколишнє середовище має дуже індивідуальний характер. Звідси впливає поява поведінки, а також реагування у повсякденному житті. Звичайно кризові стани (епідемія, воєнний стан, кліматичні зміни) провокують до появи дезадаптивної, і часом до деструктивної поведінки у осіб на психоемоційному рівні і, як наслідок, появи фізичних розладів чи захворювань. Здійснений нами аналіз дозволяє стверджувати, що стрес має колосальний вплив на розвиток соматичних захворювань, а також про зв'язок патохарактерологічних і поведінкових особливостей з чутливістю або стійкістю до певних соматичних захворювань, залежність реакції на хворобу від типу особистісного складу, вплив деяких методів лікування на психічний стан особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вітенко І. С. Основи психології : Підручник. Вінниця: Нова книга, 2001. 255 с.
2. Коломоєць М. Ю. Теорії та концепції психосоматичних захворювань. Буковинський медичний вісник. Том 12. №1. 2008. С. 141-144.
3. Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді: Науково-методичний посібник. К. : Міленіум, 2006. 204 с.
4. Максименко С. Д. Медична психологія. Вінниця.: Нова книга, 2008. 312 с.
5. Малкина-Пих І. Г. Психосоматика. К.: ЕКС-МО, 2010. 268 с.

*Жигальська Христина
Науковий керівник – доц. Андрійчук Іванна*

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Умови сьогодення та особливості суспільного життя ставлять жорсткі вимоги до компетентності, професіоналізму, поведінки, культури й мислення психолога-практика, а тому й до рівня професійної та особистісної підготовки у системі вищої школи майбутнього фахівця в галузі психології.

Як зазначає Н. Чепелева, Я-концепція є динамічною системою уявлень людини про саму себе, що включає усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних природних властивостей; самооцінку; суб'єктивне сприйняття, що характеризує вплив на власну особистість зовнішніх факторів. Вона формується під впливом досвіду кожного індивіда. Ця система становить основу вищої саморегуляції людини, на базі якої вона будує свої стосунки з оточуючим її світом [5]. Це цілісний, хоча й не позбавлений внутрішніх протиріч, образ власного Я, що виступає як установка щодо самого себе і який включає такі компоненти:

когнітивний - образ своїх якостей, здібностей, зовнішності, соціальної значущості тощо (самосвідомість); емоційний - самоповага, самоприниження тощо; оцінково-вольовий - прагнення підвищити самооцінку, завоювати повагу тощо [7].

Як показав аналіз літератури (Ч. Кулі, Дж. Мід, Е. Еріксон, У. Джеймс, К. Роджерс та ін.), Я-концепція виникає в людини у процесі розгортання соціальної взаємодії як винятковий

результат її культурного розвитку, відносно стійке і водночас піддатливе внутрішнім коливанням і змінам психічне утворення. Вона справляє значимий вплив на перебіг життя людини від дитинства до глибокої старості, зумовлюючи той чи інший вибір життєвого шляху та її власної долі загалом. Відтак первинна залежність Я-концепції від зовнішніх умов та обставин суспільного життя не підлягає сумніву, хоча зрозуміло, що з віком вона відіграє все більш самостійну роль у житті людини [3].

Це свідчить про те, що навколишній світ, уявлення про інших сприймається кожним через самісний формат Я-концепції, котра формується за етапами соціалізації та організованого виховання і одночасно має відповідне соматичне, передусім індивідуально - природне спричинення. Її головні функції - утвердити у самосвідомості людини своєрідне відчуття визначеності в соціальному просторі, ідентифікуватися з конкретним довкіллям, досягнути благодатного самоототожнення.

Існує багато досліджень, які порушують проблему необхідних особистісних рис практичного психолога (І. Андрійчук, З. Адамська, В. Панок, Н. Пов'якель, Л. Уманець, Н. Чепелева та інші). Автори виділяють такі риси, як: професійна рефлексія (Н. Пов'якель), здатність до самоуправління (Ю. Долинська), "конгруентність" (О. Осадько), професійний світогляд (О. Донцов), професійна компетентність (Н. Чепелева, Н. Пов'якель) тощо. З'ясовується, що проблема формування професійної Я-концепції майбутніх психологів як центральної складової професійної самосвідомості досі ще мало вивчена.

Як вже зазначалось, існує кілька теоретичних шкіл і кожна з них по-різному підходить до визначення Я-концепції.

Зокрема, І. Андрійчук досліджувала проблему формування позитивної Я-концепції у процесі професійної підготовки психологів. Модель особистості психолога включає в себе важливі особистісні риси та якості, які вона об'єднує у поняття позитивна Я-концепція, показниками якої є адекватність і сталість самооцінки, високий рівень самоповаги, домінування інтернальних тенденцій локусу контролю, відсутність суттєвих внутрішньо особистісних проблем та особистої тривожності [1].

З. Становських проводив дослідження динаміки уявлень про себе та образу «Я-професіонал» в процесі професійного становлення психологів. В результаті він з'ясував, що образ професіонала з часом навчання у закладі вищої освіти стає менш ідеалізованим, більш диференційованим та структурованим. Згідно з його гіпотезою, кожний процес професійного навчання повинен містити можливість актуалізації кризи ідентичності [4].

Для того, щоб на науковому рівні формувати повноцінну особистість психолога, цих досліджень недостатньо. Потрібне виокремлення у структурі самосвідомості особистості окремої інстанції, яка відповідає за реалізацію професійного шляху особистості тому, що процес професійного становлення (вибір професії, постановка та реалізація професійних цілей,

актуалізація власних можливостей у процесі самореалізації) – це досить тривалий процес, який не починається і не закінчується у стінах навчального закладу.

Н. Чепелева назвала цю інстанцію професійною самосвідомістю та визначила її структуру: наявність професійних значень (тезаурусу) та професійних смислів (особистісне професійне знання, професійне ставлення до клієнта, професійні ідеали, норми та цінності, смислоутворюючі мотиви професійної діяльності) [5].

До складу професійної самосвідомості ми також включаємо і професійну Я-концепцію. А. Реан дає таке визначення: професійна Я-концепція – це уявлення особистості про себе як професіонала. Відповідно до цього визначення, професійна Я-концепція психолога є уявленням особистості про себе як психолога та складається з ідеального образу "Я-професіонал", реального образу Я, дзеркального Я та професійної самооцінки [6].

Ідеальний образ "Я-професіонал" включає в себе уявлення про те, яким повинен бути справжній психолог. Ці уявлення складаються в особистості на етапі входження у професію в процесі ідентифікації зі значущим іншим-професіоналом (роль якого можуть виконувати батьки, викладач, тренер та ін.). Я-реальне включає в себе уявлення про те, які якості, необхідні для досягнення ідеального образу "Я-психолог", наявні, а які ще недостатньо розвинені.

Тут треба наголосити, що єдиної моделі особистості психолога-практика досі ще не існує. Є кілька теоретичних розробок на цю тему, але вони, з різних причин, не залучені до практики підготовки майбутніх психологів. Тому досі образ "Я-психолог" ґрунтується переважно на суб'єктивних уявленнях студентів. Та, нарешті, дзеркальний образ "Я-професіонал" включає в себе уявлення психолога про оцінку його особистості іншими професіоналами.

Важливу роль у формуванні професійної самооцінки відіграє зіставлення образу реального Я з ідеальним Я, оцінка значимим професіоналом професійних якостей особистості, особливо у студентські роки, а також процес формування професійної ідентичності.

Я-концепція майбутнього психолога забезпечує внутрішню узгодженість особистості, відносну стійкість її поведінки. Вона багато важить у професійному зростанні студента. Ці механізми реалізуються на фоні ментального простору, в якому відбувається життєдіяльність індивіда. Цей психологічний феномен розглядається у результативному й процесуальному аспектах, тобто як наслідок, і умова перебігу взаємин студента з викладачами. Вважаємо, що через механізм оптимізації міжособистісних взаємин у системі «студент-викладач» можна ефективно впливати на формування Я-концепції майбутнього психолога у період його професійного навчання.

Однією з найважливіших функцій навчального процесу у закладі вищої освіти є розвиток студента – майбутнього психолога як особистості. Щоб сповна реалізувати її, кожному учаснику педагогічного процесу слід чітко усвідомлювати механізми особистісного зростання студента та враховувати їх під час професійного навчання. Особливу увагу при цьому слід

надавати формуванню позитивної «Я-концепції» студента як центрального утворення його особистості [6].

Становлення професійної Я-концепції – це складний та тривалий процес. На рівні Я-ідеального відбувається становлення ідеального образу "Я-професіонал". Важливим процесом тут є інтеграція знань про моделі професіонального психолога у єдину (причому можуть використовуватися або існуючі теоретичні моделі, або це може бути об'єднання особистісних рис відомих особистості професіоналів, або ця модель може відповідати особистості значущого професіонала тощо), емоційне сприйняття цього образу та виникнення мотивації, установки досягнення цього образу, тобто спрямованості на професійну самореалізацію. На рівні Я-реального відбувається: рефлексія професійних умінь, якостей та на цій основі формується реальний образ "Я-професіонал"; оцінка цього образу з точки зору відповідності його ідеальному образу "Я-професіонал" та професійне самовдосконалення. На рівні Я-дзеркального відбувається рефлексія ставлення до особистості інших професіоналів, причому у деяких випадках професійна самооцінка особистості дуже залежить від оцінки інших професіоналів; звідси може виникнути прагнення відповідати очікуванням значимих професіоналів [2].

Отже, процес формування професійної самосвідомості майбутніх психологів відбувається у процесі фахового навчання. Тому завдання закладів вищої освіти вбачається в тому, щоб забезпечити майбутніх психологів необхідними умовами для активізації розвитку професійної Я-концепції. З огляду на вище зазначене, ми вважаємо, що провідними психолого-педагогічними умовами формування професійної Я-концепції в умовах фахової підготовки майбутніх психологів є: реалізація діалогічного підходу до організації навчального процесу у вищій школі, допомога студентам в актуалізації професійної рефлексії на фахове самовизначення, включення в навчальний процес активних методів формування особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрійчук І. П. Формування позитивної Я-концепції особистості майбутніх практичних психологів у процесі професійної підготовки. Автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. психол. наук. К. 2003. 21 с.
2. Гуменюк О. Психологія Я- концепції. Т. Економічна думка, 2002. 186 с.
3. Самосвідомість та захисні механізми особистості. Хрестоматія. Самара: Видавничий Дім "БАХРАХ-М", 2000. 656 с.
4. Становських З. Актуальні проблеми професійного становлення особистості майбутніх практичних психологів. Зб. матеріалів Всеукраїнської наук.-практ. конференції 16 – 17 травня "Проблеми підготовки і підвищення кваліфікації практичних психологів у ВУЗах", за ред. С. Д. Максименка. К. Тернопіль. Ніка-центр, 2002. С. 49 – 52.
5. Чепелева Н. В. Формування професійної компетентності психолога. Актуальні проблеми психології: Наукові записки інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. академіка Максименка С. Д. К., Ніка - Центр, 1999. Вип. 19. 286 с.
6. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для аспірантів і магістрантів. К.: ТОВ „Філ-студія”, 2006. 320 с.
7. Роджерс К. Становлення особистості. Погляд на психотерапію. Пер. з англ. М. Хлотнік. М.: Вид-во ЕКСМО Прес, 2001. 416 с.