

Професійно важливі якості як внутрішні ресурси майбутніх психологів

Олена Козаченко,

*магістрант кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: KozachenkoOO@krok.edu.ua*

Юрій Живоглядов,

*кандидат психологічних наук, доцент,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: yuriygo@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0002-6763-2737*

Сучасний етап розвитку України характеризується як нестабільний, сповнений трансформацій у різних сферах життя суспільства період. Невпинне зростання кількості стрес-факторів (на кшталт пандемії, соціальної ізоляції та довготривалої війни) призводить до хронічних станів високого напруження, тривоги та психічної виснаженості. Все більшої актуальності набуває проблема розвитку особистісної опірності стресам, здатності адаптуватись до мінливого середовища та підтримувати ефективну працездатність.

Високий рівень психічної стійкості до стресів – важлива умова збереження, розвитку і зміцнення здоров'я і професійної самореалізації особистості. Процес її формування відбувається протягом багатьох років, залежить від низки внутрішніх і зовнішніх чинників, зокрема рівня сформованості низки особистісних якостей. В сучасному світі до особистості психолога виставляється цілий список професійних вимог: наявність емпатії, толерантність, доброзичливість, комунікативність, емоційний самоконтроль.

Головним інструментом психолога в професійній діяльності виступає його власна особистість. Особливо важливий в цьому контексті вплив навчального процесу на внутрішні психічні структури студента в період навчальної діяльності у вищій школі. Дослідження особливостей підготовки психологів показують, що на початку профільної підготовки студенти мають суб'єктивне і часто хибне уявлення щодо майбутньої професії та які навички потрібні для успішної праці в цій сфері діяльності [1].

Психологи у своїй діяльності кожного дня зіштовхуються з різними стресовими чинниками. Тож, на думку В. Зарицької та О. Козарик, специфіка професії передбачає наявність у спеціаліста передусім емоційної стійкості, розвинутого емоційного інтелекту, навичок самоконтролю [2]. Якщо людина має високий рівень розвитку емоційного інтелекту, вона здатна свідомо розуміти та регулювати власні емоційні реакції, що, в свою чергу, допомагає контролювати результати власної діяльності та спонтанні емоційні прояви.

Серед чинників стресостійкості студентів під час навчання виділяють: навик зустрічатись з проблемними ситуаціями навіть під дією стресу, низьку тривожність, впевненість у собі, оптимістичний погляд на світ, задоволеність професійним вибором, позитивний емоційний стан [3].

Система організації підготовки майбутніх психологів має розвивати в структурі особистості студента професійну свідомість та низку особистісних якостей, серед яких також емпатія, здатність до рефлексії, емоційна обізнаність, уважність до деталей, комунікативні здібності.

Як вважає Л. Карамушка, провідну роль в розвитку психологічної готовності до праці відіграє активність самих студентів, саморозвиток та пошук шляхів і мотивації до професійного зростання, наявності інтернального локусу контролю, що вказує на внутрішню орієнтацію студента у прийнятті активної життєвої позиції [4].

Розвинути психологічну компетентність студентів допомагає спеціально організована підготовка, ефективним методом якої є соціально-психологічний тренінг. Участь у тренінгу дає студентам можливість зрозуміти, як оточення сприймає їхні особистісні якості, поведінку та комунікативні навички [5].

Таким чином, однією з пріоритетних задач системи вищої освіти є створення умов для підготовки, які дозволяють майбутнім фахівцям успішно набувати спеціальних знань і розвиватись як особистості. Добре сформовані професійно важливі якості є показниками особистісної готовності фахівця до діяльності, а також внутрішніми ресурсами для подолання стресових ситуацій, які є невід'ємною складовою професійного життя психолога.

Список використаних джерел

1. Ларіонцева А. О. *Теоретико-аналітичний дискурс поняття професійної готовності до майбутньої діяльності майбутніх магістрів психологів в ЗВТО. Вісник Національного авіаційного університету. Серія : Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. Київ : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1 (22). С. 44–51.*
2. Зарицька В., Козарик О. *Емоційний інтелект у структурі професійної діяльності. Теорія і практика сучасної психології. №5. 2018. С. 112–116.*
3. Бужинська С. М., Скляр С. С., Даніліч-Скакун А. А. *Стресостійкість студентів як складник успішності навчання у ЗВО. Габітус, 2021. Вип. 23. С. 55–59.*
4. Карамушка Л. М., Канівець Т. М. *Психологічна готовність студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри: зміст, структура, рівень і чинники. Правничий вісник Університету «КРОК», 2013. Вип. 16. С. 211–219.*
5. Сингаївська І. В. *Розвиток психологічної компетентності студентів методом соціально-психологічного тренінгу. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей II Міжнародної конференції (Київ, 20 листопада 2020 р.). Київ : Університет «КРОК», 2020. С. 171–173.*