

Саме тому моральна свідомість у сучасних умовах виступає не просто етичним орієнтиром, а глибинним психологічним ресурсом відновлення внутрішніх сил, здатним утримувати особистість від руйнівних наслідків хронічного стресу.

Моральна свідомість постає не лише як етичний компонент професійного становлення, а як цілісна система внутрішніх психологічних ресурсів, що забезпечують стійкість і самозбереження особистості у стані емоційного виснаження. Вона поєднує когнітивне усвідомлення моральних принципів, емоційне переживання гуманістичних цінностей і поведінкову готовність діяти відповідно до них, формуючи внутрішній баланс між розумом, почуттями та вчинками. У кризових умовах, спричинених війною, саме ці ресурси дають змогу студентам-психологам долати виснаження через віднайдення сенсу, відновлення емпатії та усвідомлення професійної місії допомагати, перетворюючи емоційну втому на досвід зростання, а вразливість – на здатність до глибшого розуміння людини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Васюк К. М. Дослідження моральної свідомості та особливостей вирішення моральних дилем у молоді. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія «Психологічні науки»*. 2024. №1(4). С. 51–58.
2. Єріна В. В. Структура моральної свідомості майбутнього психолога у процесі професійного становлення. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2025. №2. С. 45–52.
3. Католик Г. В., Ковальчук Л. В. Особливості синдрому емоційного вигорання у студентів-психологів в умовах пандемії. *Соціально-правові студії*. 2021. Вип. 3(13). С. 198–205.
4. Паламар С. Проблема формування духовно-моральних цінностей студентів в умовах освітнього середовища. *Освітологічний дискурс*. 2017. № 3-4 (18-19). С. 221–234.
5. Тимош Ю. В. Психосемантичні особливості моральної свідомості особистості: теоретичні аспекти. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 33. С. 532–542.
6. Цюприк А., Федорович С. Профілактика емоційного вигорання студентів-психологів. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2019. №1. С. 160–170.

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ САМОРЕГУЛЯЦІЇ

Житник О. В.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
oleggeton1998@gmail.com*

Проблема саморегуляції особистості в умовах сучасних реформ вищої освіти України є однією з найважливіших і найскладніших. Вища школа має створювати умови для всебічного розвитку студентів як

особистостей і майбутніх фахівців, забезпечуючи мобілізацію їхнього внутрішнього потенціалу та сприяючи становленню активних суб'єктів навчально-професійної діяльності. Попри значний обсяг наукових розвідок, взаємозв'язок провідних тенденцій професійного становлення з особливостями академічної саморегуляції студентів-психологів досі недостатньо досліджений.

Мета дослідження – теоретично вивчити та емпірично дослідити саморегуляцію студентів-психологів із різним типом професійної спрямованості.

Притаманний майбутнім психологам рівень професійної спрямованості пов'язаний із їхніми саморегулятивними вміннями. Зокрема:

Студенти-психологи із високим показником спрямованості на професію, імовірно, характеризуються розвинутою *саморегуляцією, вираженою силою волі та зниженою імпульсивністю.*

Студентам-психологам із низьким показником спрямованості, скоріше за все, характерні нерозвинуті вміння саморегуляції, знижена сила волі та виражена імпульсивність.

Об'єкт: особливості саморегуляторної сфери особистості студента.

Предмет: вивчення мотивації професійної спрямованості майбутніх психологів із різним рівнем саморегуляції.

Емпірична база: 80 студентів (66 дівчат та 14 хлопців) спеціальності «Психологія» Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Методи: тестування/опитування: «Стиль саморегуляції поведінки» (В. Моросанова), «Рівень імпульсивності» (В. Лосенков), «Самооцінка сили волі» (М. Обозов), Тест-опитувальник для виявлення рівня професійної спрямованості студентів (Т. Дубовицька).

Статистична обробка: критерій Пірсона.

Аналіз емпіричних даних підтвердив гіпотезу і виявив суттєві статистично значущі відмінності у показниках саморегуляції між студентами з високим і низьким рівнем спрямованості на професію психолога.

Було виявлено значні відмінності у таких компонентах саморегуляції: планування, програмування, оцінювання та самостійність. Наприклад, імовірність мати високий рівень самостійності у групі з високою професійною спрямованістю становить 79%, тоді як у групі з низькою спрямованістю – лише 18%.

Аспекти моделювання та гнучкості не показали статистично значущих різниць.

Таким чином, сформована професійна спрямованість майбутніх психологів тісно корелює з розвитком їхніх регулятивних умінь,

зокрема зі здатністю до усвідомленого планування, програмування дій, самостійної організації та контролю власної навчальної діяльності.

Аналіз емпіричних даних, отриманих під час дослідження, показав, що існує чіткий взаємозв'язок між показниками професійної спрямованості майбутніх психологів та їхніми регулятивними здібностями. Студенти-психологи з високим рівнем професійної спрямованості на обрану спеціальність, як правило, характеризуються розвиненою саморегуляцією, вираженою силою волі та низьким рівнем імпульсивності. Це свідчить про те, що вони більш усвідомлено підходять до навчання, здатні ефективніше планувати свою діяльність, долати труднощі та контролювати свої емоції. На противагу цьому, студенти з низьким показником спрямованості на обрану професію, як правило, характеризуються недостатньо розвиненими саморегулятивними вміннями, зниженою силою волі та більш вираженою імпульсивністю. Це може проявлятися у труднощах з концентрацією уваги, нестійкістю мотивації, а також у нездатності протистояти спокусам або зовнішнім чинникам, що відволікають. Отже, результати дослідження підтверджують гіпотезу про те, що рівень професійної спрямованості майбутніх психологів тісно пов'язаний з їхніми саморегулятивними вміннями. Виявлені закономірності можуть бути використані при розробці спеціальних програм, що спрямовані на розвиток професійної спрямованості та саморегулятивних умінь майбутніх психологів. Це, в свою чергу, сприятиме їхньому успішному професійному становленню та адаптації до майбутньої професійної діяльності.

Теоретичний аналіз проблеми дозволив систематизувати існуючі підходи до розуміння феноменів саморегуляції та професійної спрямованості, а також виявити чинники, що впливають на їх формування. Емпіричне дослідження дозволило встановити прямий зв'язок між рівнем професійної спрямованості майбутніх психологів та їхніми саморегулятивними вміннями. Студенти з високим рівнем професійної спрямованості продемонстрували більш розвинену саморегуляцію, сильну волю та низьку імпульсивність. Отримані результати мають важливе теоретичне та практичне значення. Теоретичне значення полягає у поглибленні теоретичних уявлень про взаємозв'язок мотивації професійного становлення та саморегуляції майбутніх психологів. Практичне значення полягає у можливості використання отриманих даних для розробки програм розвитку саморегулятивних умінь студентів-психологів, що сприятиме їхній успішній професійній адаптації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Балашов Е.М. Метакогнітивний моніторинг саморегульованого навчання студентів: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.07. Острог, 2020. 410 с.

2. Балашов Е. М. Характеристика діагностичного комплексу вивчення саморегуляції у навчальній діяльності студентів. Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. 2020. № 1(43). С. 5–12.
3. Зайцева О.О. Мотиваційні чинники розвитку метакогнітивної активності у структурі академічної саморегуляції студентів: дис. ... канд.. психол. наук: 053. Харків, 2020. 209 с.
4. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2006. 512 с.
5. Колчигіна А. В. Мотивація досягнення: теоретико-методологічний аналіз. Теорія і практика сучасної психології. 2019. № 1. С. 58–61.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ: ГАРМОНІЗАЦІЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ВСУПЕРЕЧ КРИЗИ

Захвасько П. В.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
polinazahvatko@gmail.com*

У сучасних умовах соціальних, економічних та військових потрясінь спостерігається зростання кількості осіб, які перебувають у стані глибокого психоемоційного виснаження. Життєві кризи, пов'язані з втратою, насильством, вимушеним переселенням або руйнацією звичного укладу життя, значно ускладнюють адаптаційні процеси особистості.

Життєві кризи – як особистісні (втрата близьких, розлучення, втрата роботи), так і соціальні (війна, пандемія, вимушене переселення) – є серйозним викликом для психічного здоров'я. У цих умовах особливо важливим стає питання збереження або відновлення психоемоційної рівноваги людини. Саме Фахівець з кризової психології може надати підтримку особистості у стані гострого емоційного напруження. Гармонізація психоемоційного стану в таких ситуаціях – це не лише засіб зниження дистресу, а й необхідна умова адаптації та повернення до функціонального життя.

Мета психологічної допомоги в складних життєвих обставинах полягає у вивченні ефективних психологічних підходів і методів, які сприяють гармонізації психоемоційного стану особистості в умовах кризових ситуацій. Зокрема, йдеться про виявлення ключових чинників, що підтримують внутрішню рівновагу, а також можливостей психологічного супроводу в процесі подолання особистісних чи соціальних криз. Криза – це момент зламу, коли звичні способи реагування стають непридатними. Людина може переживати тривогу, страх, розгубленість, депресію, або навпаки – емоційне оніміння, втрату сенсу життя. Такі стани часто супроводжуються порушенням сну, апетиту, зниженням працездатності, конфліктами в соціальному середовищі. Важливо усвідомлювати, що кризовий стан – це не