

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ПАВЛА ТИЧИНИ  
Факультет соціальної та психологічної освіти  
Кафедра психології**

**Верховський Костянтин Васильович**

«Психологічні особливості формування механізмів саморозуміння у майбутніх  
психологів»

спеціальність 053 Психологія

**РЕФЕРАТ**

випускної кваліфікаційної роботи  
за освітньо-професійною програмою «Психологія»

**Науковий керівник:**  
кандидат психологічних наук  
Шулдик Анатолій Володимирович

**Умань – 2021**

## ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРОЗУМІННЯ ОСОБИСТОСТІ	6
1.1. Саморозуміння особистості та його розвиток як предмет вивчення у психологічній науці	6
1.2. Особливості розвитку саморозуміння у майбутніх психологів	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРОЗУМІННЯ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ	37
2.1. Організація дослідження, характеристика досліджуваних груп та обґрунтування методик дослідження	37
2.2. Обґрунтування та зміст програми розвитку саморозуміння у майбутніх психологів	45
ВИСНОВКИ	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	68
ДОДАТКИ	79

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Важкий етап у розвитку нашої держави, політичні та соціально-економічні зміни, несприятливі умови життєдіяльності негативно впливають на фізичне та психічне здоров'я особистості, формують запит на звернення до кваліфікованих психологів. За цих обставин, важливими умовами надання якісної психологічної допомоги є професійна компетентність психолога та його особистісні якості. Розуміння психологом своїх якостей дає можливість ефективно вирішувати проблеми, що виникають у процесі професійної діяльності, та уникати несвідомого впливу власних переживань на клієнта.

Як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології увага дослідників до явища саморозуміння особистості збільшилась наприкінці ХХ століття. Загальні аспекти проблеми саморозуміння описані в роботах А.А. Брудного, В.В. Знакова, С.Д. Ілляш, Б.В. Кайгородова, А.Б. Коваленко, В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва, Н.І. Протасової, Н.В. Чепелевої.

Особливості розвитку саморозуміння на різних вікових етапах досліджували: С.В. Афонова, Н.Г. Брюхова, А.Б. Карпачова, Б.В. Кайгородов, І.А. Монахова, О.В. Романова, Д.І. Фельдштейн С.В. Шик.

Науковці наголошують на сенситивності саме юнацького віку для формування саморозуміння. Розвиток саморозуміння у юнаків сприяє узгодженню реальної поведінки з уявленнями і переживаннями самого себе, що проявляється в осмисленні власного життя, формуванні життєвих перспектив за позитивного ставлення до себе.

Таким чином, соціально-психологічне значення даної проблеми та її недостатнє вивчення у психологічній літературі зумовили вибір теми нашого дослідження: «Психологічні особливості формування механізмів саморозуміння у майбутніх психологів».

**Об'єкт дослідження** – саморозуміння особистості.

**Предмет дослідження** – розвиток саморозуміння у майбутніх психологів.

**Мета дослідження** – на основі аналізу наукової літератури виявити особливості саморозуміння у студентів-психологів, розробити й апробувати програму його цілеспрямованого розвитку.

На основі мети дослідження були визначені наступні **завдання**:

1. Дослідити теоретичні підходи до вивчення проблеми саморозуміння особистості.
2. Підібрати методики діагностики рівня розвитку саморозуміння у майбутніх психологів.
3. Емпірично дослідити особливості розвитку саморозуміння у студентів-психологів.
4. Розробити та апробувати програму розвитку саморозуміння у майбутніх психологів.

**Методи дослідження.** теоретичні – аналіз, систематизація та узагальнення наукової психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми; емпіричні – спостереження, анкетування, тестування, бесіди, констатувальний та формувальний експеримент; методи статистичного аналізу отриманих даних. Для досягнення поставлених цілей дослідження були використані наступні психодіагностичні методики: діагностика особливостей та рівня розвитку саморозуміння, – опитувальник САМОАЛ – самоактуалізаційний тест, адаптований Н.Ф. Каліною (шкала саморозуміння), опитувальник самоставлення В.В. Століна (шкала саморозуміння), опитувальник на визначення змісту саморозуміння А.А. Брудного.

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалася на базі факультету соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. У дослідженні взяли участь 24 здобувачі вищої освіти 2-4 курсів.

Наукова новизна та теоретична значущість дослідження:

- поглиблено та уточнено сутність поняття «саморозуміння особистості», досліджено особливості розвитку, визначено показники та рівні розвитку саморозуміння майбутніх психологів; - набули подальшого розвитку знання щодо змісту і структури механізмів саморозуміння.

Практичне значення отриманих результатів полягає у тому, що апробована програма розвитку саморозуміння може використовуватись у навчальному процесі при підготовці майбутніх психологів.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення, висновки та результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри психології Уманського державного педагогічного університету, висвітлено в доповіді на X Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції «Актуальні питання психології: теорія, методика, практика» (м. Умань, 25-26 жовтня 2021 р.). Публікації автора за темою дослідження: Публікації автора за темою дослідження: Шулдик А.В., Верховський К.В. Структура саморозуміння особистості. *Актуальні питання психології: теорія, методика, практика* : збірник матеріалів X-тої Всеукраїнської наукової Інтернет-конференції, м. Умань 25–26 жовтня 2021 р. Умань, 2021. С. 92–93.

**Структура роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Основний зміст роботи викладено на 65 сторінках комп'ютерного тексту.

**Висновки.** У випускній кваліфікаційній роботі представлені теоретичне узагальнення та експериментальне дослідження проблеми розвитку саморозуміння майбутніх психологів. Саморозуміння – це процес та результат спостереження й пояснення особистістю власних думок та переживань, мотивів поведінки; вміння визначати сенс вчинків; здатність давати відповідь на питання щодо власних рис характеру, світогляду, ставлення до себе і до інших людей. Саморозуміння є процесом осягнення людиною сенсу власного існування, внаслідок чого відбувається когнітивне та емоційне узгодження продуктів самосвідомості та реальної дійсності.

Основними механізмами, через які відбувається процес саморозуміння є самоідентифікація, самоствавлення та саморефлексія Знання про себе людина отримує за допомогою процесів самоідентифікації та самоствавлення. Процес саморозуміння відбувається через осмислення когнітивного та емоційного досвіду. Саморефлексія дає можливість узгодити когнітивну й афективну сфери

особистості. Психологічні механізми саморозуміння тісно пов'язані між собою і взаємообумовлюють розвиток один одного.

Професійна діяльність психолога висуває особливі вимоги до саморозуміння особистості фахівця, адже ефективність роботи психолога залежить від розуміння ним самого себе, розвинених психологічних механізмів саморозуміння. Критеріями саморозуміння особистості є усвідомлення власних слабких й сильних сторін, а також «Я-реальне» і «Я-ідеальне». Встановлено, що лише 30 % майбутніх психологів володіють стійкою системою уявлень про себе, пояснюють свої думки і почуття, чітко усвідомлюють цілі на майбутнє та мають сформований образ, до якого вони прагнуть; використовують власні сильні сторони та працюють над коригуванням слабких сторін.

У значної частини студентів-психологів проявляється неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», у них прагнення до ідеального образу не узгоджується з їх теперішніми діями. Розвиток саморозуміння відбувається через самоідентифікацію, самоствавлення та саморефлексію. У майбутніх психологів переважає позитивне ставлення до власної особистості, прийняття власних психологічних якостей, інтерес до власних думок і почуттів. 10 % студентів важко сприймати себе як носіїв соціально бажаних якостей, що іноді викликає відчуття власної неповноцінності.

Програма розвитку саморозуміння передбачала проведення ряду занять із здобувачами вищої освіти. На заняттях використовувався комплекс вправ: тематичне малювання, спонтанне малювання, колажування; рольові та рухові ігри; ігри на взаємодію; сюжетно-рольові ігри зі зміною ролей); медитації, візуалізації ауторелаксації. Кожне заняття було спрямоване на активізацію процесів самопізнання, самодослідження, самоусвідомлення, самостимуляції, самопрезентації, програмування та саморефлексії.

Програма розвитку саморозуміння у майбутніх психологів сприяла позитивним змінам у саморозумінні особистості та його механізмах. Внаслідок проведення тренінгових занять зменшилась кількість студентів з низьким рівнем саморозуміння із 20 % до 10 % та зросли на 10 % показники середнього та високого рівнів саморозуміння.