

DOI <https://doi.org/10.51647/kelm.2021.2.1.18>

## DOBROSTAN OSOBISTY PRZYSZŁYCH PSYCHOLOGÓW W WARUNKACH ROZWOJU ZAWODOWEGO

*Olga Klepikova*

*aspirantka Katedry Psychologii Osobowości i Praktyk Społecznych,  
Instytutu Człowieka Uniwersytetu Kijowskiego imienia Borysa Hrinchenki  
(Kijów, Ukraina)*

*ORCID ID: 0000-0002-4227-6238*

*e-mail: o.klepikova.asp@kubg.edu.ua*

**Adnotacja.** Artykuł teoretycznie uzasadnia i empirycznie bada związek między kategoriami psychologicznymi: dobrostanem osobistym i rozwojem zawodowym. Podane są wyniki empirycznych badań nad osobistym dobrostanem przyszłych psychologów w warunkach rozwoju zawodowego podczas szkolenia zawodowego na uniwersytecie. Badanie przeprowadzono wśród 311 studentów Uniwersytetu Kijowskiego imienia Borysa Hrinchenki pierwszych-czwartych lat na kierunku „Psychologia”. W badaniu wykorzystano następujący zestaw narzędzi diagnostycznych: „Skala Dobrostanu Psychicznego według C. Ryff” (adaptacja T.D. Shevelonkova, T.P. Fesenko); „Metoda diagnozowania poziomu i rodzaju zawodowego rozwoju studenta” (Stolarchuk O.A.). W wyniku eksperymentu stwierdzającego ustalono znaczący związek kategorii „dobrostan osobisty” i „rozwój zawodowy”. Ustalono najbardziej dominujące pod względem oceny znaczenia składniki dobrostanu osobistego studentów psychologii w warunkach rozwoju zawodowego.

**Słowa kluczowe:** eudemonia, dobrostan osobisty, dobrostan psychiczny, samorealizacja, rozwój, rozwój zawodowy, kształtowanie zawodowy.

## PERSONAL WELL-BEING OF FUTURE PSYCHOLOGISTS IN THE CONDITIONS OF PROFESSIONAL FORMATION

*Olga Klepikova*

*Postgraduate Student at the Personality and Social Practices Department  
Institute of Human Sciences*

*of Borys Grinchenko Kyiv University (Kyiv, Ukraine)*

*ORCID ID: 0000-0002-4227-6238*

*e-mail: o.klepikova.asp@kubg.edu.ua*

**Abstract.** The article theoretically substantiates and empirically investigates the relationship between the following psychological categories: personal well-being and professional development. The results of empirical research of personal well-being of future psychologists in the conditions of professional development during professional training at the university are highlighted. The study has been conducted with 311 students of Kyiv University named after Borys Hrinchenko, first-fourth year students majoring in Psychology. The following diagnostic tools have been used in the study: The following diagnostic tools were used in the study: “K. Riff’s scale of psychological well-being” (adaptation by T.D. Shevelonkova, T.P. Fesenko); “Methods of diagnosing the level and type of professional development of the student” (O.A. Stolyarchuk). As a result of the ascertaining experiment, a significant connection between personal well-being and the professional development of students-psychologists has been established. The most dominant components of the personal well-being of students-psychologists in the conditions of professional development are established according to the rating of significance.

**Key words:** eudemonia, personal well-being, psychological well-being, self-actualization, development, professional development, professional formation.

## ОСОБИСТІСНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ

*Ольга Клепикова*

*аспірантка кафедри психології особистості та соціальних практик  
Інституту людини*

*Київського університету імені Бориса Грінченка (Київ, Україна)*

*ORCID ID: 0000-0002-4227-6238*

*e-mail: o.klepikova.asp@kubg.edu.ua*

**Анотація.** У статті теоретично обґрунтовано й емпірично досліджено взаємозв’язок між психологічними категоріями «особистісне благополуччя» та «професійне становлення». Висвітлено результати емпіричного дослідження.

дження особистісного благополуччя майбутніх психологів в умовах професійного становлення під час фахового навчання університеті. Дослідження проведено із 311 студентами Київського університету імені Бориса Грінченка перших – четвертих курсів за спеціальністю «Психологія». У дослідженні використано такий діагностичний інструментарій, як: «Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф» (адаптація Т.Д. Шевельонкова, Т.П. Фесенко); «Методика діагностики рівня та типу професійного становлення студента» (О.А. Столярчук). У результаті констатувального експерименту встановлено значущий зв'язок категорій «особистісне благополуччя» та «професійне становлення». Встановлено панівні за рейтингом значущості компоненти особистісного благополуччя студентів-психологів в умовах професійного становлення.

**Ключові слова:** евдемонія, особистісне благополуччя, психологічне благополуччя, самоактуалізація, розвиток, професійний розвиток, професійне становлення.

**Вступ.** Сучасність вимагає від особистості не тільки активної соціальності, але і чіткого розуміння напрямів власного розвитку, усвідомлення свого потенціалу та способів його реалізації. Включеність людини в суспільну діяльність, її професійна реалізація є не просто важливою умовою соціалізації, а особистісною необхідністю, пов'язаною з позитивним відчуттям власної залученості, корисності, результативності, зрештою, і благополучності. Інтуїтивне розуміння означеної проблеми можна спостерігати ще у працях античних філософів. Арістотель, Аристип, Антісфен, Демокріт, Платон, Сократ, Епікур, Варрон, Сенека й інші здійснили теоретичний аналіз природи людського буття та виділили категорії задоволення, щастя, благополуччя, пошуку себе, саморозвитку та самореалізації. Протягом тривалого філософсько-психологічного континууму ці категорії зазнали суттєвої трансформації. Нині природа щастя людини, її особистісне благополуччя досліджуються з метою створення практичного моделювання благополуччя особистості. Наш науковий інтерес полягає в емпіричному вивченні взаємопов'язаності стану благополуччя особистості та її реалізації у професійному просторі.

Особливо актуальним дослідження означеної проблеми постає для особистості у віці активного пошуку мети, цілей, визначення світоглядних стратегій власної життєдіяльності, у віці, коли починає активно будуватись власний життєвий та професійний простір. Таким є юнацький період життя, навчання в закладі вищої освіти (далі – ЗВО), професійне становлення. У цей час перед молодою людиною, водночас зі здобуттям фахових компетенцій, стоїть непросте завдання набуття ресурсної здатності розуміння аспектів власного психологічного благополуччя як чинників професійної реалізації. Дослідження особистісного благополуччя майбутніх психологів у період фахового навчання допоможе виявити найбільш характерні особливості двох процесів, створити практичні моделі їхньої оптимізації.

**Основна частина.** Благополуччя, як відчуття, що надихає на реалізацію власного потенціалу через суспільну діяльність, привертало увагу дослідників ще за античних часів. Так, Арістотель розмірковував над сутністю блага людини, тлумачив його через унікальну функціональність, яка, з одного боку, зумовлена потребами людини та її включеністю в соціальне життя; із другого – є підсумком реалізації тих соціальних функцій, які становлять мету та сенс її буття (Платонов-Поляков, 2015: 73). Арістотель спирається на функціональний принцип і тлумачить наскрізну гуманітарну категорію «сенс буття»: нероба – це людина, не просто позбавлена справи, а позбавлена сенсу, безглузда, яка існує ні для чого. Навпаки, сповнена чеснот та людина, яка добре виконує власну справу. У «Нікомаховій етиці» Арістотель обґрунтовує власну концепцію евдемонії як стану «повноти буття» й «ідеальної діяльності», що можливий за умови граничної самоактуалізації особистості (Платонов-Поляков, 2015: 74).

Концепція евдемонічного благополуччя відображена в сучасних працях психологів різних напрямів. О.Г. Асмолов, Г.О. Балл, І.Д. Бех, Б.С. Братусь, Д.О. Леонтьєв, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, К. Юнг та інші центральними проблемами розвитку та становлення особистості вважали самоактуалізацію та самоздійснення. Найбільш детально ідеї Арістотеля вивчено в межах позитивного напрямку психології, де актуальні дослідження благополуччя проводяться на мотиваційному й екзистенційному рівнях функціонування особистості. А. Вотерман, Е. Снайдер, М. Селігман, Р. Райан, К. Ріфф, М. Чіксентміхай розглядають психологічне благополуччя як інтегральний показник функціонування людини, характерні ознаки якого такі: усвідомленість (meaning), розвиток (growth), автентичність (authenticity), прагнення до досконалості (excellence) (Huta, 2010: 739–740). Евдемоністичне підґрунтя мають і практичні моделі оптимізації стану благополуччя, які розробляються дослідниками позитивного напрямку. Так, модель евдемонічного благополуччя А. Вотермана враховує такі характеристики, як: усвідомлення сенсу та мети життя; задоволення від діяльності, самопрояву та досягнення цілей; свідомий розвиток власного потенціалу; зусилля, вкладені в досягнення майстерності в обраній справі (Moore, 2019: 4). Трифакторна модель М. Селігмана, окрім безпосереднього показника задоволеності життям, спирається на евдемонічний (сенс життя, наповненість змістом, прагнення реалізації мети) та психологічний (включеність у життя, надихаюча життєва активність) елементи (Seligman, 2002: 59). Багатофакторна модель К. Ріффа поєднує такі «евдемоністичні» компоненти, як: життєва ціль (purpose in life), управління середовищем (environmental mastery), позитивні стосунки з оточенням (positive relationships), особистісне зростання (personal growth), автономія (autonomy) і самоприйняття (self-acceptance) (Riff, 2014: 11).

Сучасні моделі благополуччя, які базуються на концепціях самоактуалізації та розвитку, намагаються подолати ту суперечливість і складність дослідження феномену, яка пов'язана з його формуванням водночас у соціальній і особистісній сферах функціонування людини. Площиною, у якій формування особистості відбувається на перетині соціального й індивідуального, є площина професійної діяльності. Професія, як сфера

діяльності, дозволяє людині актуалізувати та реалізувати індивідуальні внутрішні драйви з максимальною суспільною корисністю, забезпечити власну ефективність, наповнити буття сенсом, отже, наблизитись до оптимального стану особистісного благополуччя. Зазначимо, що на теренах України ми маємо автентичну генезу евдемоністичного благополуччя особистості, психолого-філософським витоком якої ми вважаємо ідею «сродності» Г.С. Сковороди. Концепція «сродної праці», за вченням українського філософа, є основою реалізації особистості та вихідною передумовою організації всього її життя. Праця, через яку відбуваються самовираження та самоздійснення, у якій реалізована пошукова творча діяльність, корисна для людини і суспільства (Боровицька, 2013: 28).

Вітчизняні та світові дослідники психологічної науки вивчають розвиток особистості у процесі професійного розвитку, акцентують увагу на взаємозумовленості та спорідненості обох процесів, оскільки в їхній основі лежать саморозвиток та самореалізація. Цій проблематиці присвячено праці Г. Боген, В.О. Бодрова, І.О. Бондаревської, Е. Бордин, Е. Гринцбегр, У. Джейд, А.А. Деркач, Е.Ф. Зеєр, Л.М. Карамушки, Е.О. Климова, А. Маслоу, Л.М. Мігіної, У. Мозер, Г. Мюнстербергер, Ф.З. Парсонсон, Ю.П. Поваренкова, О.П. Сергєєнкової, О.А. Столярчук, Д. С'юпер, Х. Томе, З. Фрейд, Л.Б. Шнейдер, Е. Шпангер та інших.

Науковці В.О. Бодров, Е.Ф. Зеєр, Е.О. Климов, Ю.П. Поваренков, О.А. Столярчук, Л.Б. Шнейдер та інші виокремлюють професійне становлення як таку форму професійного розвитку, де особистість, її прагнення до самоактуалізації постають головним чинником прогресивних змін. Готовність до постійного особистісного та професійного зростання; формування й інтеграція соціально значущих і професійно важливих якостей (Шнейдер, 2004); тривалість професійного становлення від початку формування професійних намірів до завершення активної професійної діяльності (Зеєр, 2015: 11) – ці ознаки процесу професійного становлення переконливо свідчать про можливість самоактуалізації особистості у процесі професійного розвитку, отже, і про можливість реалізації її особистісного благополуччя у площині перетину індивідуальних та суспільних інтересів.

Професійне становлення, як окрема частина загального процесу розвитку особистості, відтворює характеристики цілого: незворотність, спрямованість і закономірність; а також кризовий характер вирішення як внутрішніх суперечностей, так і тих, що виникають між особистістю та зовнішніми умовами її життєвого простору. Особливої виразності характеристики розвитку набувають в юнацькому віці, коли проблеми вибору життєвих та професійних позицій потребують першочергового переосмислення та вирішення. Тому вивчення особливостей взаємозв'язку особистісного благополуччя та професійного становлення у студентів набуває виняткової актуальності.

**Метою** дослідження стало емпіричне доведення зв'язку та вивчення психологічних особливостей особистісного благополуччя та професійного становлення майбутніх психологів у період фахового навчання.

**Методи та методики.** Для реалізації мети дослідження використовувались такі методи: *теоретичні* (аналіз наукових закордонних та вітчизняних джерел із проблем психологічного благополуччя особистості; професійного становлення); *емпіричні* («Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф» (адаптація Т.Д. Шевельонкова, Т.П. Фесенко), «Методика діагностики рівня та типу професійного становлення студента» (О.А. Столярчук); *статистичні* (коефіцієнт кореляції Пірсона для з'ясування взаємозалежності між компонентами особистісного благополуччя та професійним становленням студентів-психологів). У дослідженні взяли участь 311 студентів-психологів першого – четвертого курсів Київського університету імені Бориса Грінченка. Обробка даних здійснювалася за допомогою статистичної програми IBM SPSS Statistics 26.

**Результати** та їх обговорення. У результаті дослідження було опрацьовано матеріал, отриманий за допомогою двох методик, які схарактеризовано нижче:

1. Опитувальник психологічного благополуччя К. Ріфф, складається з дев'яти шкал: «Позитивні стосунки» (здатність людини встановлювати теплі, довірливі, близькі стосунки); «Автономія» (здатність самостійно мислити та вирішувати, критично переосмислювати думку більшості відповідно до власних критеріїв); «Управління середовищем» (компетенція організувати такий життєвий простір, який дозволяє задовольняти актуальні потреби та досягати поставлених цілей); «Особистісне зростання» (спрямованість на розвиток та на реалізацію власного потенціалу); «Життєві цілі» (наявність життєвої мети, цілей та стратегії їх досягнення); «Самоприйняття» (позитивна оцінка власного минулого, своїх сильних і слабких сторін); «Баланс афекту» (здатність підтримувати сприятливий емоційний стан); «Осмисленість життя» (розуміння «уроків» минулого, наявність привабливих для особистості перспектив, залученість та інтерес до життя); «Людина як відкрита система» (цілісне сприйняття власного життя, здатність інтегрувати новий досвід, природність переживань).

2. «Методика діагностики рівня та типу професійного становлення студента», розроблена О.А. Столярчук, дозволяє визначити рівень професійного становлення: «Примітивний» (характеризується неадекватною професійною мотивацією, пригніченими психосоматичними ресурсами, нерозвинутою Я-концепцією), «Виконавський» (характерна зовнішня стимуляція фахового навчання, слабо виражена Я-концепція), «Нормативно-рольовий» (характеризується вираженим інтересом до професії на тлі не досить розвинутої професійної ідентифікації, що супроводжується орієнтацією на зовнішні норми та стандарти фахової діяльності), «Ціннісний» (характеризується стійкою професійною мотивацією та спрямованістю, збалансованими психосоматичними ресурсами та розвинутою Я-концепцією). (Столярчук, 2019).

Для вивчення зв'язку між загальними показниками рівня психологічного благополуччя та рівня професійного становлення було застосовано кореляційний аналіз, за результатами якого виявлено наявність

прямого статистично значущого взаємозв'язку між загальним рівнем особистісного благополуччя та рівнем професійного становлення студентів-психологів ( $r = 0,596$ ). Для вивчення особливостей особистісного благополуччя майбутніх психологів в умовах їхнього професійного становлення було зіставлено результати кореляційних зав'язків між загальним рівнем особистісного благополуччя та його окремими компонентами, а також між рівнем професійного становлення та компонентами особистісного благополуччя (таблиця 1).

Таблиця 1

**Результати аналізу кореляційних зав'язків між компонентами особистісного благополуччя, загальним показником особистісного благополуччя та рівнем професійного становлення студентів-психологів**

Компоненти особистісного благополуччя	Загальний показник особистісного благополуччя	Рівень професійного становлення
Позитивні відносини	0,686**	0,366**
Автономія	0,667**	0,231**
Управління середовищем	0,784**	0,531**
Особистісне зростання	0,783**	0,506**
Життєві цілі	0,743**	0,631**
<b>Самоприйняття</b>	<b>,844**</b>	0,512**
Баланс афекту	-0,760**	-0,378**
<b>Осмиленість життя</b>	<b>0,826**</b>	<b>0,711**</b>
Людина як відкрита система	0,687**	0,459**

\*\* Кореляція є значущою на рівні  $p \leq 0,01$ .

З наведених у таблиці даних видно, що найбільш значущим компонентом у структурі особистісного благополуччя майбутніх психологів є компонент «самоприйняття», це доводить, що високий рівень благополуччя студентів-психологів можливий за умови позитивного ставлення до себе та власного досвіду, сильних і слабких сторін своєї особистості. Професійне становлення має найвищий коефіцієнт кореляції з такою компонентною особистісного благополуччя, як «осмиленість життя». Фактично це означає, що в умовах професійного становлення особистісне благополуччя студентів-психологів реалізується через успішну інтеграцію «уроків» минулого в досвід. Припустимо, саме ця здатність дозволяє визначати привабливі перспективи, вибудовувати успішні стратегії діяльності, зокрема і професійної, відчувати залученість та інтерес до життя.

**Висновки.** Теоретичний аналіз вітчизняних та світових наукових джерел дозволив простежити генезу ключових для нашого дослідження понять «особистісне благополуччя» та «професійне становлення»; визначити їхню спорідненість і взаємозумовленість на глибокому філософсько-психологічному рівні; теоретично обґрунтувати припущення щодо їхнього взаємозв'язку.

Проведене констатувальне дослідження дозволило емпірично довести існування статистично значущого кореляційного зв'язку між загальним показником особистісного благополуччя та рівнем професійного становлення майбутніх психологів під час фахового навчання. Також у межах констатувального дослідження за рейтингом значущості було виявлено панівний у загальній структурі особистісного благополуччя студентів-психологів компонент «самоприйняття»; за результатами аналізу коефіцієнтів кореляції встановлено найбільш значущий компонент особистісного благополуччя студентів-психологів в умовах фахового навчання та професійного становлення – «осмиленість життя». Одержані результати дозволяють розширити розуміння стану особистісного благополуччя, а також окремих його аспектів, до значущого психологічного ресурсу для професійного становлення майбутніх психологів під час фахового навчання у ЗВО. Здійснення поетапного аналізу кореляційних коефіцієнтів засвідчило, що професійна активність студентів-психологів умотивована таким їхнім особистісним потенціалом, в основі якого лежать *самоприйняття* й *осмиленість* власного життя.

Виявлені взаємозв'язки ми інтерпретуємо таким чином: студенти-психологи, які у процесі особистісного розвитку набули здатності до осмилення, прийняття, інтеграції власного життєвого досвіду і перетворення його на особистісний потенціал, мають вищий рівень особистісної благополучності під час фахового становлення у ЗВО. Результати й інтерпретації проведеного дослідження ми плануємо використовувати для розроблення та впровадження психологічної програми оптимізації стану особистісного благополуччя в умовах професійного становлення майбутніх психологів.

**Список використаних джерел:**

1. Боровицька О.М. Психологічні аспекти концепції «сродності» Г.С. Сковороди. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України / за ред. В.О. Моляко. 2013. Т. 12. Вип. 18. С. 21–32.
2. Зеер Э.Ф. Теоретико-прикладные основания психологии профессионального развития : монография. Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2015. 194 с.
3. Платонов-Поляков Р.С. Бытие к счастью: эвдемония в этике Аристотеля. *Этическая мысль*. 2015. № 15. С. 70–90.

4. Столярчук О.А. Психологія становлення фахівця в умовах різновекторності універсуму : дис. ... докт. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2019. 522 с.
5. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика*. 2011. № 3. С. 95–123.
6. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг : учебное пособие. Москва : Изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : МОДЭК, 2004. 600 с.
7. Huta V., Ryan R. Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives. *Journal of Happiness Studies*. 2010. № 11 (6). P. 735–762. DOI: 10.1007/s10902-009-9171-4.
8. Moore C. What is Eudaimonia? Aristotle and Eudaimonic Well-Being. *Positive Psychology*. 2019. URL: <https://positivepsychology.com/eudaimonia/> (дата звернення: 21.06.2021).
9. Ryff C. Psychological Well-Being Revisited: Advances in Science and Practice. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2014. № 83. P. 10–28.
10. Seligman M.E.P. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York : Free Press, 2002. 336 p.

#### References:

1. Borovytska, O.M. (2013). Psykholohichni aspekty kontseptsii "srodnosti" H.S. Skovorody [Psychological aspects of the concept of "kinship" G.S. Skovoroda]. *Aktualni problemy psykholohii*, 12 (18), 21–32.
2. Zeer, E.F. (2015). *Teoretiko-prikladnye osnovaniia psykholohii professionalnogo razvitiia : monografiia [Theoretical and Applied Foundations of Professional Development Psychology]*. Izd-vo Ros. gos. prof.-ped. un-ta/
3. Platonov-Poliakov, R.S. (2015). Bytie k schastiu: evdemoniia v etike Aristotelia [Being Happily: Eudaimony in Aristotle's Ethics]. *Eticheskaia mysl*, 15, 70–90.
4. Stoliarchuk, O.A. (2019). *Psykholohiia stanovlennia fakhivtsia v umovakh riznovektoronsti universumu riznovektornosti universumu [Psychology of becoming a specialist in terms of multi-vector universe multi-vector universe]* [dys. ... d-ra. psykholoh. nauk : 053]. Kyiv.
5. Shevelenkova, T.D. & Fesenko. P.P. (2011). Psikhologicheskoe blagopoluchiye lichnosti (obzor osnovnykh kontseptsiy i metodika issledovaniya) [Psychological well-being of the individual (an overview of the main concepts and research methodology)]. *Psikhologicheskaya diagnostika*, 3, 95–123.
6. Shneider, L.B. (2004). *Professionalnaia identichnost: teoriia, eksperiment, trening : ucheb. posobie [Professional identity: theory, experiment, training]*. Izd-vo Moskovskogo psikhologo-sotsialnogo instituta ; MODEK.
7. Huta, V., & Ryan, R.M. (2010). Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 11 (6), 735–762. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>
8. Moore, C. (2019). *What is Eudaimonia? Aristotle and Eudaimonic Well-Being*. Positive Psychology. URL: <https://positivepsychology.com/eudaimonia/>
9. Ryff, C.D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83 (1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
10. Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.