

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук
(повне найменування факультету)

Психологія
(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проекту (роботи)

бакалавр
(ступінь вищої освіти)

на тему Роль самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів
(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 2 курсу,
групи СНЗ-111

Спеціальності 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)
Психологія

АРТІЛЬЩИК Є.С.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник СТАДНИК А.Г.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент ЩЕРБИНА В.В.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук
Кафедра «Психологія»
Ступінь вищої освіти бакалавр
Спеціальність 053 Психологія
(код і найменування)
Освітня програма (спеціалізація) Психологія
(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

« 25 » _____ лютого 2025 року

ЗАВДАННЯ

НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

АРТІЛЬЩИК Єлизавета Сергіївна

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Роль самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів

керівник проєкту (роботи) к.соц.н., доцент Стадник Альона Георгіївна,
(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «15» березня 2025 року № 70

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) 05 червня 2025 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 81 сторінка, 62 джерела, 7 рисунків, 7 таблиць, 1 додаток.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) було реалізовано ряд завдань: окреслено теоретичні основи дослідження самооцінки та професійної ідентичності психологів; проведено емпіричне дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів; розроблено рекомендації щодо підвищення самооцінки та розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): рис.1.1 Складові самооцінки (Р. Раян і Е. Дечі); рис.1.2 Структура самооцінки (І. Бенедиктсон); рис.1.3 Етапи розвитку професійної ідентичності психолога (Т. І. Гудзенко); таблиця 2.1 Рівень самооцінки студентів-психологів за методикою: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ; рис.2.1 Рівні самооцінки в студентів-психологів; таблиця 2.2 Результати статистичного аналізу показників самооцінки студентів-психологів за методикою: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ; таблиця 2.3 Рівні сформованості професійної ідентичності студентів-психологів за методикою : «Опитувальник професійної ідентичності

студентів–психологів»; рис.2.2 Рівні професійної ідентичності студентів психологів; таблиця 2.4 Результати статистичного аналізу даних діагностики професійної ідентичності студентів-психологів за методикою : «Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів»; таблиця 2.5 Результати діагностики типу професійної ідентичності студентів-психологів за тестом : Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД); рис.2.3 Типи професійної ідентичності студентів-психологів; таблиця 2.6 Результати факторного аналізу взаємозв'язку самооцінки та професійної ідентичності; таблиця 2.7 Кореляційний аналіз; рис.2.4 Модель розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів (складено автором).

6. Консультанти розділів проекту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	Стадник А.Г., доцент	18.03.2025	15.04.2025
2	Стадник А.Г., доцент	16.04.2025	29.04.2025
Нормок-ь	Стадник А.Г., доцент	30.05.2025	03.06.2025

7. Дата видачі завдання «25» лютого 2025 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проєкт(роботу)	25.02.2025	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проєкт (роботу)	01.03.2025	
3	Затвердження теми	15.03.2025	
4	Складання змісту	18.03.2025	
5	Виконання першого розділу	15.04.2025	
6	Виконання другого розділу	29.04.2025	
8	Формування висновків	23.05.2025	
9	Перевірка роботи керівником	27.05.2025	
10	Оформлення дипломного проєкту(роботи)	30.05.2025	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	03.06.2025	
12	Попередній захист дипломного проєкту(роботи)	05.06.2025	

13	Подання роботи на кафедру	06.06.2025	
14	Одержання відгуку та рецензії	07.06.2025	
15	Захист дипломної роботи	16.06.2025	

Студент(ка)

(підпис)

Єлизавета АРТІЛЬЩИК

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи)

(підпис)

Альона СТАДНИК

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 81 сторінка, 62 джерела, 7 рисунків, 7 таблиць, 1 додаток.

Об'єкт дослідження: процес формування професійної ідентичності психологів.

Предмет дослідження: вплив самооцінки на формування професійної ідентичності психологів.

Гіпотеза дослідження – передбачається, що високий рівень самооцінки позитивно впливає на формування професійної ідентичності психологів, сприяючи підвищенню їхньої впевненості у професійній діяльності, адаптивності та професійного самовдосконалення.

Методи дослідження:

1. Теоретичні методи (аналіз та узагальнення, синтез, угруповання, систематизація, порівняльний аналіз) використовуються для аналізу та узагальнення наукових знань, систематизації теоретичних підходів до вивчення самооцінки та професійної ідентичності психологів.

2. Емпіричні методи (психологічне тестування) застосовуються для збору фактичного матеріалу, виявлення особливостей професійної ідентичності психологів з різним рівнем самооцінки. Методики: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ; Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів (У. С. Родигіна); Методика дослідження типу професійної ідентичності (МППД) (Л. Б. Шнейдер).

3. Статистико-математичні методи (описова статистика, регресійний аналіз, факторний аналіз, кореляційний аналіз) застосовуються для обробки отриманих даних, виявлення закономірностей та перевірки висунутої гіпотези.

ІДЕНТИЧНІСТЬ ПСИХОЛОГІВ, ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ,
ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ, САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГІВ.....	12
1.1. Поняття та психологічні аспекти самооцінки: структура, механізми формування та вплив на особистість.....	12
1.2. Професійна ідентичність: сутність, етапи розвитку, особливості становлення у психологів.....	25
1.3. Взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності.....	34
Висновки до розділу 1.....	40
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ САМООЦІНКИ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГІВ.....	41
2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження.....	41
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів.....	48
2.3. Практичні рекомендації щодо підвищення самооцінки та розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.....	62
Висновки до розділу 2.....	69
ВИСНОВКИ.....	70
ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	80

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасному світі, де психологічна допомога та підтримка стають все більш важливими, роль психолога як фахівця, що відповідає за емоційне благополуччя та психічне здоров'я людей, не може бути переоцінена.

Професійна ідентичність психологів відіграє важливу роль у їхньому особистісному розвитку та ефективності професійної діяльності. Формування професійної ідентичності психологів є складним і багатоаспектним процесом, що залежить від різноманітних чинників. Одним із ключових факторів, що впливає на її формування, є самооцінка, яка визначає рівень впевненості спеціаліста у власних компетенціях, мотивацію до професійного самовдосконалення та психологічну стійкість. Самооцінка, як суб'єктивне сприйняття власних здібностей і цінності, впливає на професійну діяльність психолога, його ставлення до себе та до клієнтів, а також на здатність до саморозвитку. У контексті зростаючої потреби у висококваліфікованих фахівцях, дослідження взаємозв'язку самооцінки та професійної ідентичності є надзвичайно актуальним. Актуальність даного дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння механізмів формування професійної ідентичності психологів, оскільки від цього залежить не лише їхня ефективність у професійній діяльності, але й якість надання психологічних послуг. В умовах постійних змін у суспільстві та зростаючих вимог до фахівців у галузі психології, важливо дослідити, як самооцінка впливає на формування професійної ідентичності, а також які фактори можуть сприяти її розвитку.

Проблема дослідження полягає у з'ясуванні того, яким чином самооцінка впливає на процес формування професійної ідентичності майбутніх і практикуючих психологів. Незважаючи на наявні теоретичні й емпіричні дослідження з цього питання, залишається недостатньо вивченою

динаміка цього процесу, механізми впливу самооцінки, а також особливості її корекції для оптимального розвитку професійної ідентичності.

Дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів базується на різних теоріях та підходах, які допомагають зрозуміти причини даного феномену. Психоаналітичний підхід (З. Фрейд, Е. Еріксон) розглядає професійну ідентичність як частину особистісної ідентичності, що формується в процесі розвитку індивіда. Гуманістичний підхід (К. Роджерс, А. Маслоу) підкреслює роль самооцінки у самореалізації особистості та становленні професійної ідентичності. Когнітивно-біхевіоральний підхід (А. Бандура, Д. Крumbолц) пояснює вплив особистісних переконань і очікувань на професійний розвиток. Соціально-конструктивістський підхід (П. Бергер, Т. Лукман) аналізує роль соціального оточення у формуванні професійної ідентичності.

Особистісно-діяльнісний підхід (Л. С. Виготський, О. М. Леонтьєв) розглядає професійну ідентичність як результат активної взаємодії особистості зі світом праці. Теоретичні підходи до вивчення особливостей формування професійної ідентичності психологів розглянуто в працях О. Самкової, З. Савчук, Є. Єгорової, О. Єрмолаєвої, Н. Іванової та ін.

Аналіз наукової літератури показує, що проблема професійної ідентичності психологів досліджується у різних аспектах: самооцінка як фактор професійного становлення (Д. Бейярд, П. С. Мейєр, Н. Верлуп, Д. Скоріков, М. Вондрачек); вплив соціальних факторів на професійну ідентичність (К. Треде, Р. Ферран, П. Сміт, С. Слей); психологічні механізми формування ідентичності (Г. Ібарра, Г. Адамс, Т. Фоулі, Р. Макарті).

Однак недостатньо вивченою залишається взаємодія самооцінки та професійної ідентичності в контексті психологічної практики, а також методи підвищення самооцінки з метою гармонізації професійного розвитку.

Мета дослідження – проаналізувати вплив самооцінки на процес формування професійної ідентичності психологів, визначити особливості цього впливу та обґрунтувати психологічні умови, за яких позитивна

самооцінка сприяє розвитку професійної впевненості, адаптивності та самовдосконалення фахівця.

Об'єкт дослідження – процес формування професійної ідентичності психологів.

Предмет дослідження – вплив самооцінки на формування професійної ідентичності психологів.

Гіпотеза дослідження – передбачається, що високий рівень самооцінки позитивно впливає на формування професійної ідентичності психологів, сприяючи підвищенню їхньої впевненості у професійній діяльності, адаптивності та професійного самовдосконалення.

Завдання дослідження:

1. Розглянути поняття та психологічні аспекти самооцінки: структуру, механізми формування та вплив на особистість.
2. Охарактеризувати поняття «професійна ідентичність» та розкрити її сутність, етапи розвитку, особливості становлення у психологів.
3. Встановити взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності на основі сучасних теоретичних підходів та емпіричних досліджень.
4. Провести емпіричне дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів
5. Розробити практичні рекомендації щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

Методи: у дослідженні використовуються три основні групи методів: теоретичні, емпіричні та статистико-математичні.

1. Теоретичні методи (аналіз та узагальнення, синтез, угруповання, систематизація, порівняльний аналіз) використовуються для аналізу та узагальнення наукових знань, систематизації теоретичних підходів до вивчення самооцінки та професійної ідентичності психологів.

2. Емпіричні методи (психологічне тестування) застосовуються для збору фактичного матеріалу, виявлення особливостей професійної ідентичності психологів з різним рівнем самооцінки. Методики: Шкала

самооцінки Робсона, RSCQ; Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів (У. С. Родигіна); Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД) (Л. Б. Шнейдер).

3. Статистико-математичні методи (описова статистика, регресійний аналіз, факторний аналіз, кореляційний аналіз) застосовуються для обробки отриманих даних, виявлення закономірностей та перевірки висунутої гіпотези.

Теоретичне значення. Дослідження поглиблює наукові уявлення про механізми формування професійної ідентичності психологів та роль самооцінки в цьому процесі. Аналізуючи різні теоретичні підходи та емпіричні дослідження, воно дозволяє: розширити уявлення про психологічні механізми регуляції самооцінки в контексті професійного розвитку; визначити ключові чинники, які сприяють або перешкоджають гармонійному розвитку професійної ідентичності; систематизувати наукові знання щодо взаємозв'язку самооцінки та професійної ідентичності.

Результати дослідження можуть слугувати основою для подальших наукових розвідок у галузі психології професійної діяльності та особистісного розвитку фахівців.

Наукова новизна дослідження:

~ вперше здійснено комплексний аналіз впливу самооцінки на формування професійної ідентичності саме у психологів.

~ виявлено психологічні чинники, що сприяють підвищенню самооцінки та її позитивному впливу на професійну ідентичність.

~ розроблено концептуальну модель розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів, яка може бути використана в подальших дослідженнях і практичній діяльності.

Практична значущість дослідження: дослідження сприятиме вдосконаленню професійного становлення психологів. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм професійного розвитку молодих психологів; створення психологічних тренінгів для підвищення

самооцінки фахівців; оптимізації процесу професійної підготовки студентів; запобігання професійному вигоранню та кризам професійної ідентичності.

Структура дослідження: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку літературних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГІВ

1.1. Поняття та психологічні аспекти самооцінки: структура, механізми формування та вплив на особистість

У сучасному суспільстві зростає попит на кваліфікованих психологів. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ, 2023), кількість звернень до фахівців у сфері ментального здоров'я збільшилася на 35% у порівнянні з 2019 роком, що підкреслює важливість забезпечення професійної компетентності та психологічної стійкості спеціалістів[27].

Водночас, результати чисельних соціологічних опитувань серед студентів-психологів і практикуючих спеціалістів вказують на значні розбіжності у рівні самооцінки: 47% молодих фахівців відзначають невпевненість у своїх професійних навичках, 29% студентів сумніваються у правильності вибору професії, 56% практикуючих психологів з досвідом до 5 років зазначають, що їхня самооцінка безпосередньо впливає на якість роботи з клієнтами [30]. Дослідження свідчать про те, що невизначеність у професійній ідентичності може призводити до емоційного вигорання, професійної кризи та навіть зміни професії.

Одним із найважливіших чинників, що впливають на професійну ідентичність, є самооцінка, яка визначає рівень впевненості фахівця у своїх компетенціях, здатність приймати рішення, адаптуватися до професійних викликів і ефективно взаємодіяти з клієнтами.

Самооцінка є важливим психологічним явищем, що впливає на всі аспекти особистісного розвитку [1]. Вона визначає, як людина сприймає себе, оцінює свої здібності, досягнення та місце в соціумі. Самооцінка є складним психічним процесом, який включає в себе відображення людиною своїх рис,

вчинків та соціальної ролі через призму суб'єктивного сприйняття. Вона може мати як позитивний, так і негативний характер, залежно від внутрішніх переконань і зовнішнього соціального впливу.

Самооцінка є основою самосвідомості особистості. Вона визначає, як людина сприймає свої досягнення, невдачі та потенціал. У контексті професійної діяльності психолога, висока самооцінка може сприяти впевненості в собі, готовності до прийняття складних рішень та розвитку ефективних комунікативних навичок. З іншого боку, низька самооцінка може призводити до страху невдачі, сумнівів у власних здібностях і, як наслідок, до професійного вигорання.

Самооцінка – це суб'єктивне сприйняття особистістю власних якостей, здібностей і цінності, яке формується під впливом соціального оточення, особистого досвіду та внутрішніх переконань [3].

М. Розенбергом самооцінка визначається як загальна оцінка, яку індивід надає собі, що включає позитивні та негативні емоційні реакції на власну особистість, що впливають на його поведінку та ставлення до інших. Е. Еріксон підкреслює на те, що самооцінка є важливим компонентом ідентичності, який формується в процесі соціалізації та взаємодії з іншими людьми, і має значний вплив на розвиток особистості та її адаптацію до соціального середовища. Згідно з дослідженнями А. Бандура, професійна самооцінка є ключовим чинником саморегуляції поведінки та формування професійної ідентичності, оскільки визначає рівень самоефективності та стратегії професійного розвитку [40].

Самооцінка особистості та її дослідження є однією з центральних тем у психології, і для пояснення феномену самооцінки було розроблено кілька теорій, які допомагають зрозуміти, як вона формується, як впливає на поведінку людини та її взаємодію з навколишнім світом.

Теорія соціального порівняння Л. Фестінгера. Леон Фестінгер в 1954 році запропонував теорію соціального порівняння, згідно з якою люди постійно оцінюють себе в порівнянні з іншими. Це дає змогу сформулювати

уявлення про свої власні можливості та статус у суспільстві. За цією теорією, люди зазвичай порівнюють себе з тими, хто знаходиться на аналогічному рівні, щоб оцінити свої досягнення та визначити, чи вони успішні в тому, що роблять [59].

Ключовою ідеєю теорії стало те, що люди схильні порівнювати себе з іншими, щоб оцінити свою самоцінність, а саме: порівняння із схожими людьми дозволяє отримати більш точну самооцінку; соціальне порівняння може підвищити або знизити самооцінку залежно від того, в якому контексті людина бачить себе в порівнянні з іншими.

Л. Фестінгер виявив, що люди схильні до порівняння себе з іншими, щоб отримати точнішу самооцінку. Однак це порівняння може бути як корисним (якщо людина порівнює себе з більш успішними людьми), так і шкідливим (коли людина порівнює себе з тими, хто менш успішний, що може знижувати її самооцінку). На думку вченого, процес соціального порівняння є важливим механізмом формування самооцінки, але для її здорового розвитку важливо вибирати адекватні об'єкти порівняння [43].

Теорія самовизначення (Е. Деці та Р. Райан). Теорія самовизначення (Self-Determination Theory, SDT) була розроблена Едвардом Деці та Річардом Райаном і описує роль мотивації в процесі розвитку самооцінки. Вчені акцентують увагу на внутрішніх та зовнішніх чинниках, що формують поведінку людини. За їхньою теорією, людина, яка відчуває автономію, компетентність і взаємозв'язок з іншими, має високий рівень самооцінки [32].

За визначенням науковців, висока самооцінка залежить від задоволення трьох основних потреб: автономії, компетентності та взаємозв'язку. Внутрішня мотивація (тобто дія, що є самодостатньою та не залежить від зовнішніх винагород) сприяє розвитку здорової самооцінки, а відсутність підтримки цих потреб може призвести до низької самооцінки [18].

Теорія акцентує увагу на трьох основних потребах: автономії, компетентності та зв'язку з іншими. Задоволення цих потреб сприяє розвитку

позитивної самооцінки. Коли індивід відчуває, що має контроль над своїм життям, відчуває свою компетентність у виконанні завдань і має підтримуючі стосунки з іншими, його самооцінка підвищується.

Дослідження показало, що люди з високою автономією та здатністю до самовираження мали більш високу самооцінку. Низька внутрішня мотивація, відсутність підтримки або порушення цих основних потреб призводили до зниження самооцінки. На думку науковців, висока самооцінка залежить від того, чи задоволені базові психологічні потреби людини. Внутрішня мотивація є важливим фактором для розвитку здорової самооцінки [15].

Теорія підкреслює, що позитивна самооцінка є наслідком задоволення базових психологічних потреб, що вказує на важливість соціальної підтримки та особистісного розвитку.

В теорії самосприйняття Д. Бем запропонував ідею, що люди формують свою самооцінку на основі спостереження за власною поведінкою і контекстом, у якому ця поведінка відбувається. Якщо людина бачить себе в позитивному світлі (через свої дії), то її самооцінка підвищується [43].

На думку автора, самооцінка є результатом самоаналізу і спостереження за власними діями, що підкреслює важливість активної участі особистості у формуванні свого іміджу.

Теорія когнітивного дисонансу (Л. Фестінгер) стверджує, що люди намагаються підтримувати узгодженість між своїми переконаннями та поведінкою. Коли виникає дисонанс (невідповідність між переконаннями та поведінкою), людина може змінити свою думку або дію для зниження цього дисонансу. Це має прямий вплив на самооцінку: якщо людина усвідомлює, що її поведінка не відповідає її переконанням, це може негативно вплинути на її оцінку себе [7].

Ключовою ідеєю теорії стало те, що люди намагаються мінімізувати когнітивний дисонанс, що, в свою чергу, може спричиняти корекцію самооцінки. Зміна переконань або поведінки дозволяє знизити дисонанс і відновити стабільність самооцінки.

Л. Фестінгер стверджував, що люди мають природну потребу оцінювати свої здібності та цінність через порівняння з іншими. Це порівняння може бути як горизонтальним (з рівними), так і вертикальним (з тими, хто вище або нижче за статусом). Важливим аспектом є те, що ці порівняння впливають на самооцінку: позитивні порівняння можуть підвищити її, тоді як негативні – знизити. Дослідник довів, що самооцінка залежить від контексту соціальних порівнянь, які можуть змінюватися в залежності від ситуацій та оточення.

Теорія ідентичності (Е. Еріксон). Ерік Еріксон розробив теорію розвитку психосоціальної ідентичності, в якій зазначав, що самооцінка безпосередньо пов'язана з етапами розвитку особистості. Вчений стверджував, що в процесі соціалізації людина формує своє ставлення до себе в контексті соціальних ролей. На кожному етапі життя людина стикається з різними кризами, вирішення яких визначає розвиток здорової самооцінки [6].

На думку автора, самооцінка є результатом процесу соціалізації та самоідентифікації. Позитивне вирішення соціальних та особистісних криз сприяє розвитку стабільної самооцінки. Теорія підкреслює на те, що ідентичність та самооцінка розвиваються через взаємодію з оточенням та виконання соціальних ролей.

Теорія оцінки (Р. Лазарус) акцентує увагу на тому, як людина оцінює стресові ситуації і як це впливає на її самооцінку [2]. За теорією, стресові ситуації можуть мати позитивний або негативний вплив на самооцінку в залежності від того, як людина оцінює свою здатність справитися з ними. Якщо людина відчуває, що вона здатна впоратися з проблемою, це може підвищити її самооцінку. Вчений зауважує на те, що самооцінка формується через оцінку своїх можливостей і ресурсів для подолання стресових ситуацій. Людина, яка відчуває, що має контроль над своєю ситуацією, має більш високий рівень самооцінки.

Р. Лазарус досліджував вплив стресових ситуацій на самооцінку, стверджуючи, що саме оцінка стресової ситуації (як загрози або виклику) визначає її вплив на самооцінку людини. Вчений показав, що якщо людина вважає себе здатною подолати стресову ситуацію, її самооцінка залишається стабільною або навіть підвищується. Якщо ж людина відчуває безсилля перед ситуацією, її самооцінка знижується [14].

Вчений довів те, що стресові ситуації можуть мати як позитивний, так і негативний вплив на самооцінку залежно від того, чи вважає людина себе здатною подолати труднощі.

Результати аналізу та узагальнення наукової літератури свідчать про те, що самооцінка є багатогранним процесом, який залежить від соціальних, когнітивних та емоційних факторів. Різні теорії та наукові підходи вносять важливий вклад у розуміння того, як формуються уявлення людини про себе.

Самооцінка є складним конструктом, що формується під впливом різних факторів, включаючи соціальні порівняння, самоаналіз та задоволення базових психологічних потреб. Вивчені теорії надають цінну інформацію для розуміння механізмів формування самооцінки та її впливу на поведінку і професійну діяльність особистості. Теорія соціального порівняння підкреслює важливість зовнішніх порівнянь, в той час як теорія самовизначення зосереджується на внутрішніх мотивах і потребах. Теорія когнітивного дисонансу та теорія оцінки Лазаруса наголошують на впливі стресових ситуацій та внутрішніх переконань на формування самооцінки. Е. Еріксон і його теорія ідентичності підкреслює значення соціальних ролей і розвитку через різні етапи життя [33].

Самооцінка є багатогранним поняттям, яке включає в себе кілька складових, що взаємодіють між собою. Різні автори пропонують свої моделі, які допомагають зрозуміти цю складну структуру.

Модель Розенберга в структуру самооцінки вводить наступні компоненти [61]:

1. Когнітивний компонент: Уявлення про власні якості, здібності та цінність.

2. Афективний компонент: Емоційні реакції на себе, які можуть бути позитивними або негативними.

3. Поведенковий компонент: Як самооцінка впливає на поведінку особистості, включаючи соціальну взаємодію.

Згідно до моделі, самооцінка формується на основі когнітивних уявлень, емоційних реакцій і поведінки, що підкреслює її комплексність.

Модель К. Рождественського пропонує наступну структуру складових самооцінки [43]:

~ суб'єктивне сприйняття: як особистість бачить себе в контексті соціальних норм і стандартів.

~ соціальне порівняння: вплив оточення та порівняння з іншими на самооцінку.

~ особистий досвід: власні досягнення та невдачі, які формують уявлення про себе.

За визначенням вченого, самооцінка є результатом інтеграції суб'єктивного сприйняття, соціальних впливів і особистого досвіду.

Теорія самовизначення (Р. Раян і Е. Дечі) виділяє наступні складові самооцінки (рис.1.1) [15]:

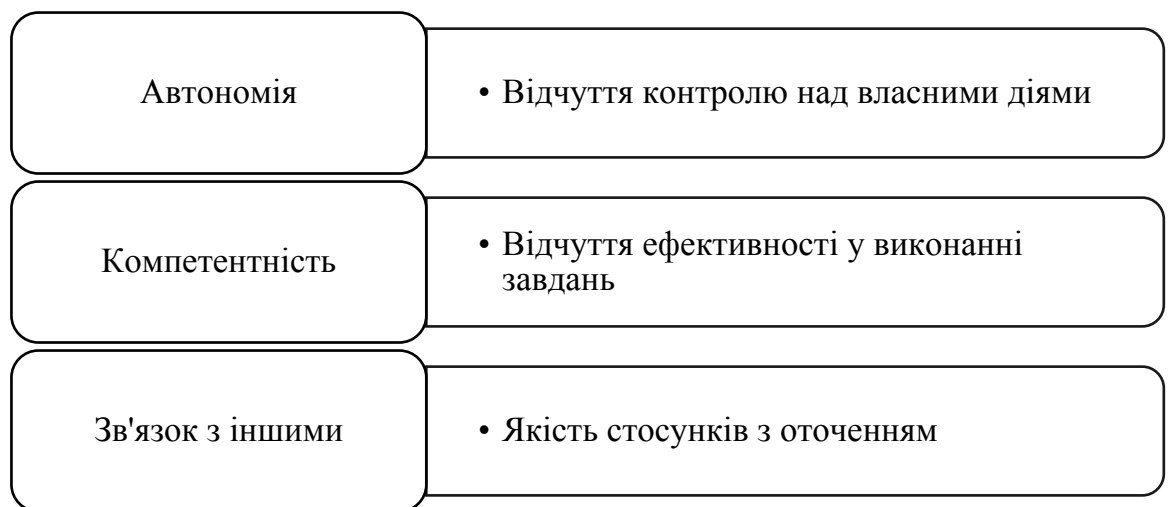


Рис.1.1 Складові самооцінки (Р. Раян і Е. Дечі)

Як видно на рис.1.1, на думку дослідників саме задоволення базових потреб (автономії, компетентності та зв'язку) є критично важливим для формування позитивної самооцінки.

Результати аналізу наукових джерел свідчать про те, що самооцінка має багатогранну структуру. В моделі І. Бенедиктсона самооцінка особистості включає в себе кілька ключових компонентів (рис.1.2) [2]:

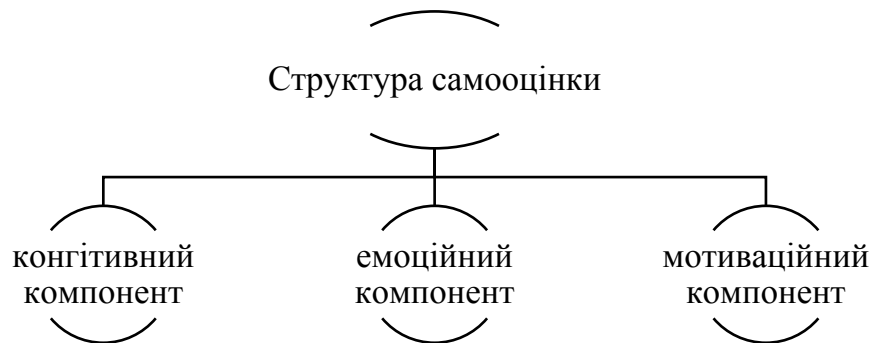


Рис.1.2 Структура самооцінки (І. Бенедиктсон)

Як видно на рис.1.2, І. І. Бенедиктсон вводить до структури три компоненти: когнітивний, емоційний, мотиваційний.

Когнітивний компонент: це сукупність переконань і уявлень особистості про себе. Він формується на основі самоспостереження, аналізу власних досягнень, слабкостей, а також соціальних порівнянь з іншими людьми. Когнітивний аспект самооцінки дозволяє людині оцінювати свої фізичні, інтелектуальні та емоційні можливості [15].

Емоційний компонент: це відчуття задоволення або незадоволення від самого себе, яке виникає у відповідь на оцінки своїх вчинків та досягнень. Позитивна самооцінка зазвичай супроводжується відчуттям самоповаги та внутрішньої гармонії, в той час як низька самооцінка може бути пов'язана з почуттям сорому, провини або страху.

Мотиваційний компонент: високий рівень самооцінки заохочує людину до досягнення нових цілей, розвитку та реалізації власного потенціалу. Низька самооцінка, навпаки, може обмежувати бажання досягати більше, оскільки людина сумнівається у власних силах [32].

Структура самооцінки складається з когнітивних, афективних і поведінкових компонентів, а також впливу соціального оточення та особистого досвіду. Моделі різних авторів підкреслюють важливість взаємодії цих складових у формуванні загальної самооцінки особистості. Розуміння цієї структури може допомогти в психологічній практиці, сприяючи розвитку здорової самооцінки та покращенню міжособистісних стосунків [6].

Самооцінка формується під впливом різноманітних внутрішніх та зовнішніх факторів, серед яких: соціальні впливи, самоспостереження, внутрішні переконання та саморозуміння, культурні чинники та ін. чинники.

Сім'я, однолітки, друзі, колеги та інші соціальні групи значною мірою формують уявлення людини про себе. Наприклад, позитивні відгуки та підтримка можуть підвищити самооцінку, а критика чи відсутність визнання можуть знижувати її. Взаємодія з оточуючими особами дозволяє людині зрозуміти своє місце в соціумі та оцінити свої здібності відповідно до соціальних стандартів. Людина формує уявлення про себе, спостерігаючи за власними діями та результатами своєї діяльності. Успішні досягнення сприяють підвищенню самооцінки, тоді як невдачі можуть призвести до її зниження. Це самоспостереження, таким чином, є основним механізмом формування самооцінки, оскільки людина постійно оцінює свої успіхи і невдачі. Внутрішні особистісні переконання про свої можливості та обмеження визначають, наскільки людина здатна вірити у свою цінність і значущість. Позитивна внутрішня оцінка себе сприяє розвитку здорової самооцінки, а негативне саморозуміння може призводити до зниження самоцінності. [43]

Слід зауважити на те, що певні культурні очікування, соціальні стереотипи, а також норми поведінки можуть сильно впливати на формування самооцінки. У суспільствах, де більше цінується досягнення та успіх, люди можуть відчувати великий тиск до досягнення високої самооцінки через свої професійні досягнення або соціальний статус.

Самооцінка має глибокий вплив на формування та розвиток особистості, оскільки вона визначає, як людина взаємодіє з навколишнім світом, як оцінює свої можливості і як будує свої стосунки з іншими людьми. Висока самооцінка стимулює досягнення високих результатів і реалізації власних цілей. Люди з позитивною самооцінкою більш рішучі у своїх діях, вони сприймають невдачі як тимчасові труднощі, а не як особисті поразки. З низькою самооцінкою люди можуть уникати труднощів і нових викликів через страх невдачі або сумніви у своїх можливостях. Також самооцінка є важливим фактором професійного зростання. Люди з високою самооцінкою більш відкриті до нових можливостей, готові до змін і розвитку. Вони здатні брати на себе відповідальність і брати ініціативу в кар'єрі. Ті, хто має низьку самооцінку, часто сумніваються в своїй кваліфікації, що може обмежувати їх професійні досягнення [33].

Позитивна самооцінка пов'язана з високим рівнем внутрішньої гармонії та задоволення від життя. Люди з високою самооцінкою менше схильні до депресії, тривожності та стресу, оскільки вони мають більш позитивний погляд на себе і свої можливості. Водночас, низька самооцінка часто є джерелом психологічних проблем, таких як тривога, депресія, соціальна ізоляція. Люди з високою самооцінкою, як правило, мають здоровіші стосунки з іншими, оскільки вони не бояться виявляти свою індивідуальність, відстоювати свої інтереси та шанувати чужу думку. Низька самооцінка може призвести до труднощів у стосунках, таких як надмірна залежність від інших, потреба в постійному схваленні або, навпаки, замкнутість та дистанціювання від оточення.

В дослідження Г. Келлі присвяченому вивченню теорії конструктивізму та самооцінки вченого цікавила роль когнітивних схем і конструкцій у формуванні самооцінки [60]. Дослідник вважав, що люди мають різні «підходи» до себе і до світу, які можуть або сприяти, або перешкоджати здоровому розвитку самооцінки. Результати дослідження показали, що якщо людина постійно використовує негативні конструкції для

оцінки своїх вчинків, це призводить до низької самооцінки. Зміна негативних схем на більш конструктивні може підвищити рівень самооцінки. На думку дослідника, когнітивні конструкції мають великий вплив на самооцінку, і зміна негативних схем є важливим кроком для підвищення самооцінки.

Дослідження С. Левіна було присвячено вивченню того, як соціальні фактори, такі як культурні норми і рольові очікування, впливають на формування самооцінки у різних вікових групах. Вчений виявив, що соціальні очікування можуть як підтримувати, так і обмежувати самооцінку. Наприклад, високі соціальні вимоги можуть призвести до підвищення самооцінки через досягнення, але надмірний тиск може мати протилежний ефект. На думку вченого, соціальні норми і ролі мають великий вплив на розвиток самооцінки, тому підтримка і розуміння з боку соціуму є важливими для здорового її формування [16].

Дослідження Д. Томаса та Дж. Сміта вивчало, як соціальна підтримка від родини та друзів впливає на формування самооцінки, зокрема у молоді. Дослідження показало, що наявність соціальної підтримки істотно підвищує рівень самооцінки, а її відсутність може сприяти розвитку низької самооцінки, особливо в періоди кризових ситуацій. Вчені дійшли до висновку, що соціальна підтримка є важливим фактором, що позитивно впливає на рівень самооцінки, сприяючи відчуттю підтримки та цінності [44].

Дослідження М. Дж. Пітера полягало у вивченні впливу родинного середовища на розвиток самооцінки у дітей і підлітків. Вчений виявив, що родина має суттєвий вплив на формування самооцінки. Діти, які отримують підтримку та визнання з боку батьків, мають вищий рівень самооцінки, тоді як відсутність емоційної підтримки або критика знижують самооцінку. На думку дослідника, сім'я є одним із основних джерел формування самооцінки у молодому віці, і її роль у підтримці позитивного самовідчуття не можна переоцінити [58].

В. М. Рябов вивчав взаємозв'язок між рівнем самооцінки та психічним розвитком особистості в умовах соціальних змін та визначив, що самооцінка

є критичним фактором, що визначає здатність особистості адаптуватися до змін у соціальному середовищі та підтримувати стабільний емоційний стан. Автор вказує, що високий рівень самооцінки є важливим компонентом успішної адаптації до соціальних змін. Дослідником було виявлено, що люди з високою самооцінкою мають більшу здатність до саморегуляції та соціальної адаптації. З іншого боку, низька самооцінка часто супроводжується труднощами в міжособистісних стосунках і психосоціальній адаптації [33].

С. Д. Шапіро досліджував процес формування самооцінки у підлітків, акцентуючи увагу на важливості взаємодії з батьками та однолітками та довів, що формування самооцінки в підлітковому віці є важливим етапом розвитку особистості, і воно має бути підтримано позитивними соціальними взаємодіями та підтримкою з боку сім'ї. Автор підкреслює, що саме в підлітковому віці відбувається найбільше змін у формуванні самосприйняття. Дослідником було виявлено, що позитивна самооцінка в підлітковому віці формується в умовах емоційної підтримки батьків і адекватної соціалізації серед однолітків. Негативне оточення може призвести до формування низької самооцінки [44].

Дослідження Т. Ярмолевич було присвячено вивченню впливу самооцінки на професійний розвиток особистості, зокрема на ефективність навчання та кар'єрне зростання. Автор зазначає, що здатність до самоконтролю і адекватної самооцінки є важливою умовою для успіху в кар'єрі. Результати показали, що люди з високою самооцінкою здатні більш ефективно адаптуватися до нових умов праці та краще справлятися з професійними труднощами. У той час як люди з низькою самооцінкою частіше піддаються стресу і мають низький рівень професійної мотивації [46].

На думку дослідника, висока самооцінка є важливим фактором професійного зростання та успіху, оскільки вона сприяє більшій впевненості в собі та своїх силах.

О. Трошина досліджувала роль самооцінки у процесі досягнення особистісної зрілості, акцентуючи увагу на тому, як змінюється самооцінка в контексті розвитку індивіда [43]. Вченою було виявлено, що на різних етапах життя людина має різні вимоги до своєї самооцінки. Зміна самооцінки в напрямку більшого прийняття себе і своїх слабких сторін сприяє розвитку особистісної зрілості. Дослідниця довела, що самооцінка є ключовим фактором розвитку особистісної зрілості, особливо коли людина починає більш об'єктивно оцінювати свої сильні та слабкі сторони.

Л. Кудрявцева вивчала, як соціальні фактори (сім'я, соціальні групи, суспільство) впливають на процес формування самооцінки та самоусвідомлення особистості. Вченою було виявлено, що на самооцінку сильно впливають соціальні групи та культурні норми. Люди, які належать до груп з високими соціальними статусами, як правило, мають більш високу самооцінку, ніж ті, хто відчуває соціальну ізоляцію. Дослідниця зауважує на те, що соціальні фактори є важливими для формування адекватної самооцінки, і значення цієї самооцінки може змінюватися залежно від соціального контексту [18].

В наукових працях Н. Михайлової аналізується, як низька самооцінка може впливати на психічне здоров'я людини, зокрема на виникнення депресії та тривожних розладів та визначається, що низька самооцінка є серйозним чинником, що може призвести до психічних розладів, і вимагає уваги в контексті психологічної допомоги та терапії. Дослідження показало, що низька самооцінка є значущим фактором ризику для розвитку депресії та інших психічних розладів. Особи з низьким рівнем самооцінки частіше страждають від тривожних станів та невпевненості в собі [28].

І. Ковальова досліджувала, як рівень самооцінки впливає на адаптацію людини до соціального середовища та її здатність будувати здорові міжособистісні стосунки. Вченою було виявлено, що люди з високою самооцінкою легше адаптуються до нових соціальних ситуацій і мають більш

здорові стосунки з оточенням. Низька самооцінка може призводити до соціальної ізоляції та проблем у комунікації [16].

Результати чисельних сучасних досліджень вказують на те, що самооцінка є важливим фактором, що визначає здатність особистості адаптуватися до соціальних змін, успішно взаємодіяти з оточенням та зберігати психічне здоров'я. Підвищення рівня самооцінки сприяє кращій професійній адаптації, більш здоровим міжособистісним стосункам та особистісному зростанню. Низька самооцінка може стати причиною психологічних проблем, зокрема депресії та тривожності, а також порушень у соціальних взаємодіях.

Отже, самооцінка формується під впливом багатьох факторів: соціальних, когнітивних, емоційних і культурних. Вона залежить від взаємодії з оточенням, наявності соціальної підтримки, здатності до самопорівняння та сприйняття стресових ситуацій. Дослідження підкреслюють важливість позитивних соціальних відносин (сім'ї, друзів, колег) для розвитку здорової самооцінки, а також вплив когнітивних конструкцій та соціальних порівнянь.

1.2. Професійна ідентичність: сутність, етапи розвитку, особливості становлення у психологів

Професійна ідентичність є ключовим аспектом професійного розвитку, зокрема у таких спеціалізаціях, як психологія. Вона формує не лише спосіб самовизначення фахівця, а й впливає на його взаємодію з іншими людьми, ефективність діяльності та здатність до саморегуляції. У даній роботі розглядаються сутність професійної ідентичності, етапи її розвитку, а також особливості становлення професійної ідентичності психологів.

Професійна ідентичність визначається як внутрішнє усвідомлення себе в рамках певної професії, включаючи інтеграцію знань, навичок, цінностей і норм, що характерні для цієї діяльності. Для психологів це особливо

важливо, оскільки професійна роль не тільки передбачає виконання специфічних функцій, а й включає етичні та емоційні аспекти взаємодії з клієнтами [13].

Професійна ідентичність визначається як інтеграція знань, навичок і цінностей, що характерні для конкретної професії. Це процес, через який індивід усвідомлює свою роль у професійному середовищі, взаємодіючи з іншими членами професійної спільноти. Автори, які підтримують це визначення, стверджують, що професійна ідентичність формується завдяки активній участі у професійній діяльності та взаємодії з колегами [22].

Професійна ідентичність є важливим компонентом професійного становлення, особливо для психологів. Вона формується через взаємодію індивіда з професійним середовищем, а також через процеси соціалізації та прийняття певних етичних і професійних стандартів. Важливими аспектами є усвідомлення своєї ролі в суспільстві та здатність інтегрувати знання і навички в практичну діяльність. Різноманітні теоретичні підходи підкреслюють важливість саморефлексії, досвіду та взаємодії з іншими професіоналами для розвитку професійної ідентичності.

У науковій літературі виділяють кілька підходів до визначення професійної ідентичності. Один з основних – це концепція соціальної ідентичності, яка стверджує, що професіонал має зростаюче усвідомлення своєї приналежності до певної соціальної групи (психологів), що ґрунтується на колективних цінностях і стандартних практиках. Згідно з цією теорією, ідентичність формується через взаємодію з колегами, навчання та інтерналізацію професійних норм.

Відома теорія соціальної ідентичності була розроблена Г. Таджфелем і Д. Тернером у 1970-1980-х роках. Вчені довели, що соціальна ідентичність не тільки складається із групових ознак, але й є джерелом для соціальної взаємодії, а також впливає на міжгрупові відносини. Основний акцент у їхній роботі робиться на впливі соціальних категорій на поведінку людини та взаємодію з іншими [59].

Соціальна ідентичність – це психологічний феномен, що описує частину самоусвідомлення особистості, яка формулюється на основі належності до певних соціальних груп. У рамках цієї концепції особа не тільки визначає себе як індивіда, але й інтерналізує належність до тих груп, до яких вона або її оточення відносять її. Цей процес включає в себе соціальну категоризацію, що визначає себе через членство в групах, таких як національна приналежність, професійна група, етнічна приналежність, релігія тощо [41].

Одна з основних ідей соціальної ідентичності полягає в тому, що членство в групах має суттєвий вплив на самоусвідомлення особистості. Ця належність є основою для розвитку почуття приналежності, а також для оцінки себе на основі характеристик цієї групи. Іншими словами, соціальна ідентичність формується через інтеграцію особистих і групових норм, цінностей і очікувань. Ключовим елементом соціальної ідентичності є процес соціальної категоризації, коли люди визначають себе та інших через приналежність до певних груп. Це може включати категорії як етнічні, так і професійні, такі як психологи, медики, юристи тощо. Це дозволяє індивіду більш точно оцінити свою роль в соціумі, а також зрозуміти, як він має поводитися в межах цієї групи.

Згідно з теорією соціальної ідентичності, належність до групи зумовлює певну взаємодію з іншими групами. Позитивна ідентифікація з власною групою може призвести до створення стереотипів або навіть дискримінації інших груп, що мають відмінні ознаки або норми [47].

Важливим елементом є те, що соціальна ідентичність тісно пов'язана з рівнем самоповаги особи. Ідентифікація з високостатусною групою зазвичай сприяє підвищенню самооцінки індивіда, тоді як належність до менш престижної групи може впливати на відчуття власної цінності.

Один із класичних експериментів, який підтвердив важливість соціальної категоризації, провели Г. Таджфел та його колеги. У цьому експерименті учасників розподіляли на групи за випадковим принципом, і

навіть таке штучне розмежування призводило до того, що люди надавали перевагу членам своєї групи перед іншими. Це показало важливість групової належності для самоусвідомлення [60].

У професійній сфері соціальна ідентичність розглядається вченими як процес інтеграції індивіда в межах певної професії або робочої групи. У психології це проявляється через належність до професійних асоціацій, спільнот, а також через спільні цінності та етичні стандарти. Таке усвідомлення допомагає фахівцю інтегруватися у професійне середовище, підтримувати професійну мораль і розвивати власну кар'єру.

На нашу думку, концепція соціальної ідентичності є потужним інструментом для розуміння того, як формуються особистісні уявлення людини щодо себе в контексті її соціальної належності. Залежно від групи, до якої належить індивід, формується його поведінка, цінності та самооцінка. Враховуючи важливість групової належності для особистісної ідентичності, можна зробити висновок, що соціальні групи мають значний вплив на розвиток професійної ідентичності, зокрема у таких сферах, як психологія, де групова належність (психологічна спільнота) визначає багато аспектів професійної діяльності. Теорія соціальної ідентичності, розроблена Г. Таджфелем описує, як особа усвідомлює себе через приналежність до певних соціальних груп. У цьому контексті професійна ідентичність є важливою складовою загальної соціальної ідентичності індивіда, оскільки професія є однією з основних групових категорій, до яких людина може належати. Роль професійної ідентичності в теорії соціальної ідентичності можна розглядати з кількох ключових аспектів.

Згідно з теорією соціальної ідентичності, людина визначає себе через належність до соціальних груп, таких як національність, релігія, культура або професія. Професійна ідентичність є однією з таких категорій, що формує уявлення індивіда про себе як члена професійної спільноти. Наприклад, психолог може визначати себе не тільки як особу, але й як професіонала, що належить до певної професії з її специфічними цінностями, нормами та

стандартами. Відтак професійна ідентичність є не тільки важливим елементом самовизначення, але й активно впливає на поведінку людини, її ставлення до інших членів професії, а також до осіб, які не належать до цієї групи [34].

Професійна ідентичність допомагає індивіду здійснювати соціальну категоризацію, тобто розподіляти людей на групи, виходячи з професійних ознак. Це дозволяє людям відчувати себе частиною певної соціальної спільноти, в якій їх професійні навички та цінності поділяються іншими. Професійна категоризація може сприяти створенню певних стереотипів щодо інших професійних груп, а також зміцненню внутрішньої групової ідентичності. Наприклад, психологи можуть мати спільні погляди щодо етики роботи та підходів до надання допомоги клієнтам, що визначає їх професійну належність і відрізняє їх від інших спеціалістів [12].

Згідно з теорією соціальної ідентичності, людина використовує належність до соціальних груп для підвищення своєї самооцінки. Ідентифікація з високостановими або престижними групами, включаючи професійну, може значно підвищити самооцінку індивіда. Для психологів, наприклад, належність до професії, що асоціюється з високими моральними і етичними стандартами, може посилювати відчуття самоповаги. Однак, якщо людина належить до менш престижної групи, її самооцінка може бути знижена. Таким чином, професійна ідентичність допомагає не лише визначати роль людини в соціумі, але й суттєво впливає на її психологічне благополуччя.

У рамках теорії соціальної ідентичності також важливою є роль міжгрупових відносин. Ідентифікація з певною професійною групою визначає, як особа буде взаємодіяти з іншими групами. Психологи, як представники певної професії, можуть формувати специфічні ставлення до інших спеціалістів, таких як лікарі, юристи, вчителі, тощо. Вони можуть бути схильні до позитивної оцінки власної групи, принижуючи інші групи через

так званий «ефект внутрішньої групи», що є важливою частиною теорії соціальної ідентичності [55].

Також варто зазначити, що професійна ідентичність може змінюватися протягом кар'єри особи. Це явище особливо важливе в теорії соціальної ідентичності, де підкреслюється, що соціальна ідентичність є динамічною і може змінюватися залежно від життєвих обставин. У професійному житті це може бути пов'язано з переходом на нові ролі, змінами в професії, або набуттям нових професійних навичок. Для психологів, наприклад, зміна напрямку роботи, наприклад, з клінічної практики на дослідження або навчання, може призвести до перегляду професійної ідентичності.

Професійна ідентичність є важливою складовою соціальної ідентичності, яка формує усвідомлення людиною своєї ролі в професійному середовищі. У рамках теорії соціальної ідентичності професійна ідентичність допомагає індивіду визначати себе через належність до конкретної професійної групи, що має суттєвий вплив на самооцінку, міжгрупові взаємодії та загальне психічне благополуччя. Вона є не тільки джерелом позитивного самовизначення, але й впливає на ставлення до інших груп, а також на професійну поведінку і моральні стандарти.

Згідно до наукового підходу В. Хагера, Т. Тайлера, професійна ідентичність розглядається як частина соціальної ідентичності. Згідно з цією концепцією, професійна ідентичність є частиною загальної соціальної ідентичності людини, де індивід визначає себе через належність до певної професійної групи. Це визначення підкреслює важливість спільних норм, цінностей і стандартів, які сприймаються індивідом як частина його особистісної ідентичності [55].

Дослідження сучасних авторів вказують на те, що професійна ідентичність формується в процесі соціалізації в межах професійної групи. Ідентичність зростає завдяки накопиченому досвіду, практичним навичкам, а також завдяки взаємодії з менторами і колегами, що дозволяє людині прийняти певні професійні стандарти. Професійна ідентичність, таким

чином, є результатом інтеграції індивідуальних та колективних аспектів професійної діяльності [4].

Сучасні дослідження показують, що формування стійкої професійної ідентичності значною мірою залежить від адекватної самооцінки, яка є основою професійної мотивації, здатності до саморозвитку та ефективної взаємодії з клієнтами. Проте досі залишається недостатньо вивченим механізм впливу самооцінки на становлення професійної ідентичності психологів, а також фактори, що можуть сприяти чи перешкоджати цьому процесу.

Розвиток професійної ідентичності психологів включає кілька етапів, які можна умовно поділити на три основні етапи (рис.1.3) [10]:

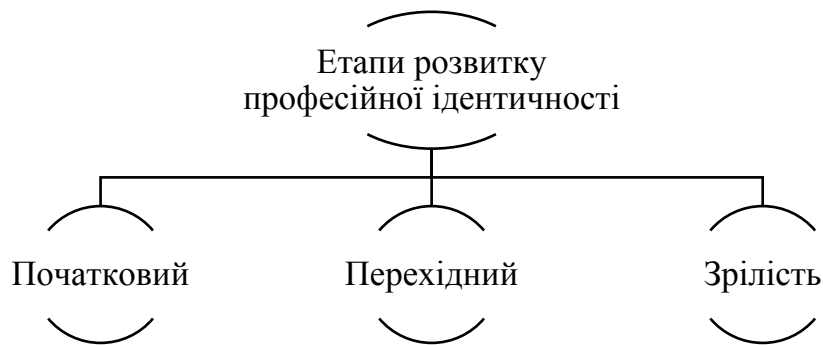


Рис.1.3 Етапи розвитку професійної ідентичності психолога
(Т. І. Гудзенко)

Опишемо більш детально представлені на рис.1.3 етапи, виділені в дослідженнях Т. Гудзенко.

Початковий етап (студентський та початкова практика). На цьому етапі психологи здобувають базові знання про професію, проте їхня ідентичність ще не сформована. Вони часто шукають моделі для наслідування серед досвідчених колег та викладачів. Важливою є підтримка професорів та надання практичних інструментів для розв'язання реальних проблем [9].

Перехідний етап (практика, перші роки роботи). Психолог, намагаючись знайти своє місце в професії, починає застосовувати набуті теоретичні знання та перевіряти їх на практиці. З'являються сумніви щодо

обраного професійного шляху, й важливою стає саморефлексія та отримання зворотного зв'язку від колег і клієнтів. У цей період психологи починають формувати власний стиль роботи, оцінювати свої можливості і обмеження.

Зрілість професійної ідентичності (досвідчена практика). До цього етапу психологи здобувають значний практичний досвід і з впевненістю виконують професійні функції. Вони мають чітке розуміння своїх цінностей, норм і принципів, на яких базується їхня діяльність. На цьому етапі психологи можуть брати участь у професійних спільнотах, розвивати нові напрямки практики та наукові дослідження [22].

Завершальний етап становлення професійної ідентичності психолога пов'язаний із розвитком емоційної компетентності та здатності до саморегуляції. Це дозволяє фахівцеві більш ефективно управляти емоційним вигоранням, що є поширеною проблемою у професії, та підтримувати баланс між особистим і професійним життям.

На думку дослідників, ключовими чинниками розвитку професійної ідентичності є освітній та професійний досвід, соціальне оточення, особистісні характеристики, культурні та гендерні чинники та ін. [20]

Так, освіта та навчання сприяють формуванню професійних уявлень та навичок. Кваліфікація, отримана під час навчання, може значно вплинути на впевненість у професійній ролі та формування ідентичності. Водночас недостатній досвід або невідповідність очікувань до реального професійного життя можуть створювати труднощі.

Кар'єрний шлях – різноманітні етапи професійного розвитку, такі як початок кар'єри, професійне зростання, або навіть зміна професії, можуть змінювати самовизначення особистості [21].

Соціальне оточення: сім'я та соціальні мережі можуть відігравати як позитивну, так і негативну роль у розвитку професійної ідентичності. Підтримка з боку близьких і колег сприяє розвитку впевненості, але тиск з боку соціального оточення або стереотипи можуть створювати бар'єри.

Взаємодія з іншими професіоналами через професійні асоціації або колег може зміцнити професійну ідентичність.

Особисті характеристики: самооцінка та самосвідомість є критичними для розвитку професійної ідентичності. Люди з високою самооцінкою мають більшу ймовірність розвивати позитивну професійну ідентичність, тоді як низька самооцінка може стати на перешкоді.

Індивідуальні цінності та мотивація також впливають на вибір кар'єри та професійні орієнтації. Професійна ідентичність може бути зміщена або змінена внаслідок конфліктів між особистими та професійними цінностями.

Культурні стереотипи та соціальні норми можуть як сприяти, так і заважати розвитку професійної ідентичності, особливо у різних соціальних групах або для представників певних гендерів.

Гендерні стереотипи можуть обмежувати або спонукати до розвитку певних професійних рис, визначаючи типові кар'єрні шляхи для чоловіків та жінок.

Професійна ідентичність психолога формується на основі його досвіду, знань та особистісних рис. Самооцінка впливає на те, як психолог сприймає свою роль у суспільстві та професії. Наприклад, психологи з високою самооцінкою частіше відчують себе компетентними у своїй сфері діяльності, що сприяє їхньому бажанню розвивати професійні навички та брати участь у наукових дослідженнях. Вони більш відкриті до нових можливостей і готові до змін, що є важливим аспектом професійного розвитку [12].

На противагу цьому, психологи з низькою самооцінкою можуть уникати нових викликів і можливостей для розвитку, оскільки сумніваються у своїй здатності впоратися з ними. Це може призводити до стагнації в кар'єрі та обмеження професійних горизонтів.

Розвитку професійної ідентичності перешкоджають [30]:

1. Стрес та професійне вигорання можуть серйозно вплинути на самооцінку та мотивацію, заважаючи формуванню стабільної професійної

ідентичності. Часто виникають через високі вимоги, складні умови праці або відсутність підтримки з боку колег та керівництва.

2. Конфлікти між особистим життям і професійними вимогами часто призводять до стресу і відчуття професійної невизначеності.

3. Невідповідність між очікуваннями та реальністю роботи може сприяти фрустрації та розчаруванню в обраній професії, що впливає на професійну ідентичність.

Слід зауважити на те, що становлення професійної ідентичності психолога має свої особливості, пов'язані з індивідуальними, соціальними та культурними факторами. Важливою особливістю є взаємозв'язок між професійною діяльністю психолога і його особистісними рисами, емоційною стійкістю, рівнем самооцінки та здатністю до саморегуляції. Оскільки психологи працюють з людьми, їх професійна роль часто переплітається з особистісними переживаннями, що може як сприяти розвитку ідентичності, так і викликати внутрішні конфлікти.

Професійна ідентичність є важливим елементом професійного розвитку психолога, що включає не лише засвоєння навичок і знань, але й глибоке усвідомлення власної ролі в суспільстві та в межах професії. Розвиток професійної ідентичності психологів є складним, багатогранним процесом, який потребує постійного самовдосконалення, рефлексії та взаємодії з колегами та клієнтами. Врахування специфіки цієї професії в контексті становлення ідентичності може стати запорукою не лише ефективної роботи, але й психічного благополуччя самих психологів.

1.3. Взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності

Самооцінка та професійна ідентичність є важливими складовими психологічного розвитку особистості, і їх взаємозв'язок має ключове значення для розуміння того, як індивіди формують своє професійне самовизначення та досягнення.

Взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності є складним і багатограним аспектом психології, соціології та професійного розвитку. Обидва ці поняття тісно пов'язані між собою і взаємодіють, впливаючи на особистість індивіда, його мотивацію та поведінку в професійному середовищі [15].

Згідно з теорією соціальної ідентичності індивіди оцінюють свою самооцінку через приналежність до соціальних груп, у тому числі професійних. Професійна ідентичність є одним з основних джерел самооцінки, оскільки люди, ідентифікуючи себе з певною професією, підвищують свою самоповагу, пов'язану з престижем, статусом і моральними цінностями цієї групи.

Теорія самовизначення передбачає, що розвиток професійної ідентичності безпосередньо пов'язаний з досягненням внутрішньої мотивації та автономії. Висока самооцінка сприяє розвитку професійної ідентичності, оскільки людина відчуває впевненість у своїх силах і здатностях виконувати професійні завдання. Це підвищує її мотивацію до досягнення успіху у професії [24].

Теорія когнітивного дисонансу пояснює, що дисонанс між самооцінкою та професійною ідентичністю може призвести до значних психологічних напруг. Якщо індивід відчуває, що його професійна діяльність не відповідає його внутрішнім переконанням або соціальним нормам професії, його самооцінка може знизитися, що призведе до спроби змінити або професійну роль, або самооцінку [16].

Самооцінка як це суб'єктивна оцінка власної значущості, здібностей і якостей формується під впливом різних факторів, таких як: соціальне оточення (взаємодія з родиною, друзями, колегами та суспільством загалом); особистий досвід (успіхи та невдачі в різних сферах життя); культурні норми (вплив культурних стандартів і очікувань на формування самооцінки). Самооцінка може бути як позитивною, так і негативною, і вона має значний

вплив на психічне здоров'я, емоційний стан, а також на мотивацію досягати нових цілей.

Професійна ідентичність – це усвідомлення себе як професіонала в певній сфері діяльності. Професійна ідентичність формується через досвід роботи, навчання, а також через зовнішні фактори, такі як соціальні очікування та ринкові умови [9].

Висока самооцінка сприяє формуванню сильної професійної ідентичності. Люди з позитивною самооцінкою зазвичай мають більше впевненості у своїх здібностях, що дозволяє їм активно долучатися до професійної діяльності та розвивати свої навички [2].

Негативна самооцінка може призводити до сумнівів у власних професійних здібностях, що може викликати невпевненість у виконанні робочих завдань і призводити до уникнення нових можливостей.

Сильна професійна ідентичність може підвищувати самооцінку. Якщо індивід відчуває себе успішним у своїй професії, це позитивно впливає на його загальну оцінку себе [38].

Відсутність чіткої професійної ідентичності або незадоволеність своєю кар'єрою можуть знижувати рівень самооцінки, викликаючи відчуття неповноцінності.

Взаємозв'язок між самооцінкою та професійною ідентичністю має циклічний характер. Позитивні або негативні зміни в одній сфері можуть спричиняти зміни в іншій. Наприклад, успішне завершення проекту може підвищити самооцінку, що, в свою чергу, зміцнить професійну ідентичність.

Соціальна підтримка від колег і керівництва може допомогти в формуванні позитивної самооцінки та зміцненні професійної ідентичності. Визнання досягнень та конструктивний зворотний зв'язок можуть підвищити впевненість у собі та мотивацію до професійного розвитку [16].

Взаємозв'язок між самооцінкою та професійною ідентичністю є важливим аспектом особистісного розвитку. Розуміння цього зв'язку може допомогти індивідам краще усвідомлювати свої сильні сторони, працювати

над слабкостями та ефективно розвивати свою кар'єру. Підтримка психологічного благополуччя та формування здорової самооцінки є ключовими для досягнення успіху в професійній діяльності.

Емпіричні дослідження показують, що професійна ідентичність психологів тісно пов'язана з їхньою самооцінкою. За даними дослідження, проведеного М. Лі, психологи, які мають сильну професійну ідентичність, демонструють високу самооцінку, оскільки професія психолога асоціюється з високими моральними стандартами і значущістю для суспільства. Вони також відчують більшу професійну задоволеність і менший рівень стресу [53].

Дослідження, проведене В. Смітом і колегами в 2015 р., показало, що медичні працівники з високою професійною ідентичністю мають високу самооцінку, яка проявляється в упевненості у своїх професійних навичках і моральних якостях. Однак, низька професійна ідентичність може призвести до зниження самооцінки і виникнення професійного вигорання [57].

У дослідженні професійної ідентичності вчителів було виявлено, що позитивна професійна ідентичність у вчителів сприяє високій самооцінці, що підвищує ефективність їхньої роботи і психологічне благополуччя. Водночас, вчителі, які мають низький рівень професійної ідентичності, часто стикаються з проблемами, що пов'язані з низьким рівнем самоповаги.

Вітчизняні дослідження також підтверджують, що професійна ідентичність психологів тісно пов'язана з їхньою самооцінкою, однак специфіка цих зв'язків може бути впливом культурних, соціальних та професійних контекстів [1].

М. Кузьміна досліджує особливості формування професійної ідентичності студентів напрямку соціальна робота в рамках набування студентами професійної компетентності. Вчена пропонує чотирикомпонентну структуру професійної ідентичності, яка включає [19]:

1. Когнітивний компонент: знання про професію, розуміння професійних стандартів та вимог.

2. Афективно-оцінний компонент: емоційне ставлення до професії, рівень задоволеності вибором професійного шляху.
3. Конативний (поведінковий) компонент: готовність до професійної діяльності, активність у професійному саморозвитку.
4. Інструментальний компонент: наявність необхідних професійних компетенцій та навичок.

Дослідниця підкреслює, що афективно-оцінний компонент, який включає самооцінку, відіграє ключову роль у формуванні професійної ідентичності студентів. Висока самооцінка сприяє позитивному сприйняттю обраної професії та підвищує мотивацію до професійного розвитку. Натомість низька самооцінка може стати перешкодою на шляху досягнення професійних цілей та негативно вплинути на процес становлення професійної ідентичності.

Таким чином, дослідження М. О. Кузьміної підтверджує тісний взаємозв'язок між самооцінкою та професійною ідентичністю, підкреслюючи важливість розвитку позитивної самооцінки для успішного професійного становлення.

Дослідження, проведене М. Лебедєвою вказує на те, що професійна ідентичність психологів напряду впливає на їхню самооцінку. Висока професійна ідентичність психологів, яка включає впевненість у своїх професійних якостях, чітке розуміння професійної ролі та моральних норм, призводить до підвищення самооцінки. Ці психологи виявляють більшу здатність до емоційної стабільності, що дозволяє ефективно працювати з клієнтами [22].

Згідно з дослідженням, проведеним А. Шмідтом і Р. Тетервуд, психологи, які мають низький рівень професійної ідентичності, демонструють знижену самооцінку, що може призвести до професійного вигорання. Вони не відчують упевненості в своїх силах і постійно сумніваються в правильності своїх рішень, що погіршує їх психологічне благополуччя та ефективність роботи [45].

У роботах чисельних вітчизняних авторів зазначено, що психологи з високою самооцінкою здатні до рефлексії щодо своєї професійної діяльності, що дозволяє їм краще формулювати свою професійну ідентичність і розвивати ефективні стратегії взаємодії з клієнтами. Психологи з низькою самооцінкою, навпаки, часто відчують труднощі у формуванні своєї професійної ідентичності, що негативно позначається на їхньому самопочутті та кар'єрному розвитку [34].

Вчені зауважують на те, що професійна ідентичність психологів тісно пов'язана з їхньою самооцінкою, і цей зв'язок є важливим для збереження психологічного здоров'я та професійного зростання. Психологи з високим рівнем професійної ідентичності мають більшу самооцінку, що дозволяє їм ефективно взаємодіяти з клієнтами і розвивати свою кар'єру.

Низька самооцінка, в свою чергу, може призвести до зниження професійної ідентичності, виникнення стресу, професійного вигорання та інших психологічних проблем, що негативно позначається на роботі психолога.

Професійна ідентичність є потужним фактором, що формує самооцінку. Людина, яка ідентифікує себе з професією, яку вона вважає престижною і важливою, має високу самооцінку, що відображається в її психологічному благополуччі та професійних досягненнях.

Професійна ідентичність має вплив на мотивацію та внутрішнє задоволення від роботи. Висока самооцінка допомагає особистості бути мотивованою до досягнення високих результатів у професії, що також підтримує розвиток професійної ідентичності[46].

Низька професійна ідентичність може призвести до зниження самооцінки. У разі невідповідності між професійною діяльністю та внутрішніми переконаннями, особистість може відчувати зниження самоповаги, що може спричинити стрес, вигорання та інші психологічні проблеми.

Отже, взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності є двостороннім і важливим для підтримки професійної ефективності та психологічного здоров'я індивідуума.

Висновки до розділу 1

Самооцінка є ключовим психологічним чинником, що визначає емоційне і соціальне благополуччя людини. Висока самооцінка позитивно впливає на професійну діяльність, тоді як низька може призводити до стресу та вигорання.

Професійна ідентичність психолога формується через серію етапів, кожен з яких є важливим для становлення професіонала. Цей процес супроводжується постійною рефлексією, вдосконаленням навичок і самопізнанням.

Взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності є важливим для ефективної роботи психологів. Висока самооцінка допомагає формувати стабільну професійну ідентичність, а сильна професійна ідентичність підтримує високу самооцінку психолога.

Роль самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів є надзвичайно важливою. Вона впливає на їхню впевненість у собі, готовність до професійного розвитку та здатність справлятися з викликами. Підтримка позитивної самооцінки на всіх етапах професійного становлення – від навчання до практики є ключовим аспектом для забезпечення успішної кар'єри психолога. У сучасному світі, де психологи стикаються з численними викликами, розуміння цієї взаємодії може стати запорукою їхнього професійного зростання та особистісного розвитку.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ САМООЦІНКИ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГІВ

2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження

Дослідження проведено на основі узагальнення теоретичних джерел та наукових досліджень, розглянутих в першому розділі.

Актуальність дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів є значною, оскільки професія психолога вимагає високого рівня самосвідомості, емоційної стійкості та здатності до рефлексії. Самооцінка є важливим фактором, що впливає на професійну ідентичність, допомагаючи формувати чітке уявлення про власну роль у професійній діяльності.

Статистика показує, що серед студентів психологічних спеціальностей низька самооцінка є частою проблемою. За даними досліджень, проведених серед студентів психології, близько 40-50% студентів мають низький рівень самооцінки, що прямо впливає на їх здатність до самореалізації та формування професійної ідентичності. Крім того, психологи, які стикаються з проблемами низької самооцінки на ранніх етапах своєї професійної кар'єри, можуть відчувати труднощі в роботі з клієнтами та переживати професійне вигорання.

Дослідження має на меті вивчити, як самооцінка впливає на формування професійної ідентичності майбутніх психологів, а також визначити, чи існують кореляції між рівнем самооцінки та адаптацією до професійних стандартів у цій галузі.

Проблема дослідження полягає в тому, що, незважаючи на загальне усвідомлення важливості самооцінки в професійному становленні психологів, існує дефіцит емпіричних даних про те, як саме низька або

висока самооцінка впливає на професійну ідентичність і адаптацію до психологічної практики. У зв'язку з цим важливо провести детальне дослідження, яке дозволить виявити основні фактори, що впливають на формування професійної ідентичності, а також визначити роль самооцінки як важливого елементу цього процесу. Статистика показує, що багато студентів психологічних спеціальностей, особливо на початкових етапах навчання, не мають чіткої професійної ідентичності, що може призвести до зниження ефективності їх професійної діяльності в майбутньому. Однією з причин цього є недостатній рівень самооцінки, що впливає на їх здатність до самопізнання і усвідомлення власних професійних якостей.

Об'єкт дослідження – процес формування професійної ідентичності психологів.

Предмет дослідження – вплив самооцінки на формування професійної ідентичності психологів.

Гіпотеза дослідження – передбачається, що високий рівень самооцінки позитивно впливає на формування професійної ідентичності психологів, сприяючи підвищенню їхньої впевненості у професійній діяльності, адаптивності та професійного самовдосконалення.

Завдання дослідження:

1. Провести огляд наукових джерел з проблеми дослідження
2. Провести емпіричне дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів:
 - 2.1. Визначити рівень самооцінки у студентів психологічних спеціальностей.
 - 2.2. Визначити рівень сформованості професійної ідентичності у студентів.
 - 2.3. Дослідити взаємозв'язок між самооцінкою і професійною ідентичністю у студентів психології.
3. Розробити практичні рекомендації щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів.

Етапи дослідження

1. Підготовчий етап : огляд наукової літератури з проблематики дослідження, визначення теми та проблеми дослідження, формулювання мети, гіпотези та завдань, розробка методологічної бази, визначення експериментальної бази та формування вибірки.

2. Експериментальний етап : емпіричне дослідження ролі самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів.

2.1: Підготовка і проведення психологічного тестування серед студентів, що дозволить оцінити рівень самооцінки та професійної ідентичності.

2.2: Обробка та аналіз отриманих результатів, визначення кореляцій між самооцінкою та професійною ідентичністю.

3. Заклучний етап : висновки та рекомендації – формулювання висновків та рекомендацій щодо розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів. Оформлення результатів дослідження.

Обробка результатів проводилася за двома напрямками: якісна і кількісна обробка з використанням комп'ютерної програми – SPSS-24. Достовірність дослідження була забезпечена вихідним методологічним аналізом теоретичних положень психології, застосуванням комплексу діагностичних методів, адекватних цілям і завданням дослідження, використанням математико-статичних процедур обробки даних.

Очікується, що результати дослідження підтвердять гіпотезу про позитивний вплив високої самооцінки на розвиток професійної ідентичності студентів психології.

На основі результатів дослідження будуть сформульовані рекомендації для покращення програм професійної підготовки психологів, а також розроблені методи підвищення самооцінки студентів для сприяння їх професійному становленню.

Операціоналізація базових понять

1. Студенти-психологи : студенти, які навчаються за спеціальністю «психологія» у вищих навчальних закладах та здобувають професійні знання, навички та компетенції, необхідні для подальшої роботи у сфері психології.

Визначаються за критерієм офіційного зарахування до університету за даною спеціальністю.

2. Самооцінка : суб'єктивне уявлення особистості про власну цінність, компетентність та можливості, що впливає на поведінку, мотивацію та соціальну адаптацію.

3. Професійна ідентичність : Усвідомлення себе як представника певної професії, що включає прийняття професійних норм, цінностей, установок, а також готовність до виконання професійних обов'язків.

Методи: у дослідженні використовуються три основні групи методів: теоретичні, емпіричні та статистико-математичні.

1. Теоретичні методи (аналіз та узагальнення, синтез, угруповання, систематизація, порівняльний аналіз) використовуються для аналізу та узагальнення наукових знань, систематизації теоретичних підходів до вивчення самооцінки та професійної ідентичності психологів.

2. Емпіричні методи (психологічне тестування) застосовуються для збору фактичного матеріалу, виявлення особливостей професійної ідентичності психологів з різним рівнем самооцінки. Методики: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ; Опитувальник професійної ідентичності студентів-психологів (У. С. Родигіна); Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД) (Л. Б. Шнейдер).

3. Статистико-математичні методи (описова статистика, регресійний аналіз, факторний аналіз, кореляційний аналіз) застосовуються для обробки отриманих даних, виявлення закономірностей та перевірки висунутої гіпотези.

Шкала самооцінки Робсона (Robson Self-Concept Questionnaire, RSCQ) є одним із надійних психодіагностичних інструментів для оцінки рівня

самооцінки особистості. Вона розроблена з метою комплексного аналізу самосприйняття людини, її впевненості у власних можливостях, емоційного ставлення до себе та загального рівня самоприйняття.

Шкала містить 30 тверджень, які оцінюються за 7-бальною системою (від 0 до 7), що дозволяє отримати максимально 210 балів.

Рівень самооцінки визначається за підсумковим балом, який набирає респондент:

~ 0–70 балів – низька самооцінка (невпевненість у собі, схильність до самокритики, негативне самосприйняття).

~ 71–140 балів – середній рівень самооцінки (помірна впевненість у собі, емоційна стабільність, але можливі коливання залежно від зовнішніх факторів).

~ 141–210 балів – висока самооцінка (впевненість у собі, позитивне сприйняття власної особистості, внутрішня автономність).

Опитувальник професійної ідентичності студентів-психологів (У. С. Родигіна)

Методика розроблена У. С. Родигіною з метою оцінки рівня сформованості професійної ідентичності студентів, які навчаються за спеціальністю «психологія». Опитувальник дозволяє визначити усвідомлення студентами своєї професійної ролі, цінностей та перспектив у сфері психології.

Опитувальник містить 40 тверджень, що оцінюють різні аспекти професійної ідентичності, зокрема:

- ~ рівень усвідомлення професійних норм і цінностей,
- ~ ступінь ототожнення себе з професією,
- ~ мотивацію до подальшого професійного розвитку.

Критерії оцінки результатів :

~ 0–80 балів – низький рівень професійної ідентичності (студент не впевнений у виборі професії, недостатньо усвідомлює професійні цінності).

~ 81–160 балів – середній рівень (певний рівень професійної самоідентифікації, але можлива нестабільність професійних орієнтирів).

~ 161–200 балів – високий рівень (чітке усвідомлення себе як майбутнього фахівця, сформовані професійні цінності та установка на професійний розвиток).

Методика дає змогу визначити ступінь готовності студента до професійної діяльності та оцінити процес його професійного становлення.

Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД) (Л. Б. Шнейдер)

Методика використовується для визначення типу професійної ідентичності, тобто того, як особистість ототожнює себе з обраною професійною діяльністю. Дослідження професійної ідентичності базується на уявленнях про особистісний і професійний розвиток, мотиваційні аспекти професійного становлення.

МІПД складається з 30 тверджень, які оцінюють професійну ідентичність за п'ятьма ключовими типами:

Зріла професійна ідентичність – високий рівень усвідомлення професійної ролі, відповідальності та прагнення до самореалізації.

Нестійка ідентичність – часткова сформованість професійних уявлень, невпевненість у правильності вибору.

Моноідентичність – людина повністю занурюється у професію, ігноруючи інші життєві аспекти.

Дифузна ідентичність – відсутність чіткої професійної самосвідомості, слабкий зв'язок із професійною спільнотою.

Псевдоідентичність – зовнішня ідентифікація з професією без реального прийняття її цінностей.

Кожне твердження оцінюється за 4-бальною шкалою (від 1 – «зовсім не згоден» до 4 – «повністю згоден»). За підсумками аналізу визначається провідний тип професійної ідентичності респондента.

Методика допомагає виявити рівень сформованості професійного самовизначення студентів, оцінити їхню готовність до професійної діяльності, а також спрогнозувати можливі труднощі у майбутній кар'єрі.

Методи описової статистики – обчислення середніх значень, стандартного відхилення, медіани та моди для аналізу загальних тенденцій у вибірці.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона) – визначення взаємозв'язку між рівнем самооцінки та сформованістю професійної ідентичності.

Факторний аналіз – виявлення основних факторів, що впливають на взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності.

Комплексне використання теоретичних, емпіричних та статистико-математичних методів дозволить глибоко дослідити проблему взаємозв'язку самооцінки та професійної ідентичності психологів, підтвердити або спростувати висунуту гіпотезу та виробити практичні рекомендації щодо оптимізації цього процесу.

Експериментальна база дослідження

Дослідження проводилося протягом січня–травня 2025 року на базі вищого навчального закладу «Запорізька політехніка» (м. Запоріжжя). ВНЗ був обраний через наявність психологічного факультету та доступ до студентів, які проходять навчання з основ психологічної теорії та практики. Дослідження проводилося за підтримки кафедри психології та викладачів, які сприяли організації тестувань та опитувань.

Характеристика вибірки

До участі у дослідженні було залучено 40 студентів (юнаки та дівчата), які навчаються на 3–4 курсах бакалаврату за спеціальністю «психологія».

Основними критеріями включення до вибірки були:

1. Навчання на спеціальності «психологія» у ВНЗ «Запорізька політехніка».
2. Вік від 19 до 22 років (середній вік – 20,4 роки).

3. Наявність досвіду проходження професійних дисциплін, що формують професійну ідентичність (соціальна психологія, основи психологічного консультування, психодіагностика, психологія особистості).

4. Добровільна згода на участь у дослідженні.

Соціально-демографічні характеристики вибірки : місце проживання: 65% студентів є мешканцями Запоріжжя, 35% – з інших міст та селищ.

Психологічний досвід: 30% студентів вже проходили практику у психологічних центрах або освітніх установах.

Вибірка сформована таким чином, щоб забезпечити репрезентативність щодо студентів-психологів, які знаходяться на завершальному етапі навчання та активно формують свою професійну ідентичність, що дозволяє отримати валідні результати щодо впливу самооцінки на професійне становлення майбутніх фахівців у галузі психології.

2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів

На першому етапі емпіричного дослідження нами було оцінено самооцінку студентів-психологів за методикою: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ (табл.2.1)

Таблиця 2.1

Рівень самооцінки студентів-психологів за методикою: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ

Рівень самооцінки	кількість, осіб	питома вага (%)
низька самооцінка	13	26,00%
середня самооцінка	34	68,00%
висока самооцінка	3	6,00%

Як можна побачити в табл.2.1, низьку самооцінку мають 13 студентів (26%) . Це свідчить про те, що значна частина майбутніх психологів може мати труднощі з впевненістю у своїх професійних здібностях, що потенційно

може вплинути на їхню професійну ідентичність та ефективність у майбутній діяльності.

34 студенти-психологи (68%) мають середній рівень самооцінки. Це найпоширеніший рівень серед вибірки, що свідчить про збалансоване сприйняття власних можливостей та компетенцій (рис.2.1).

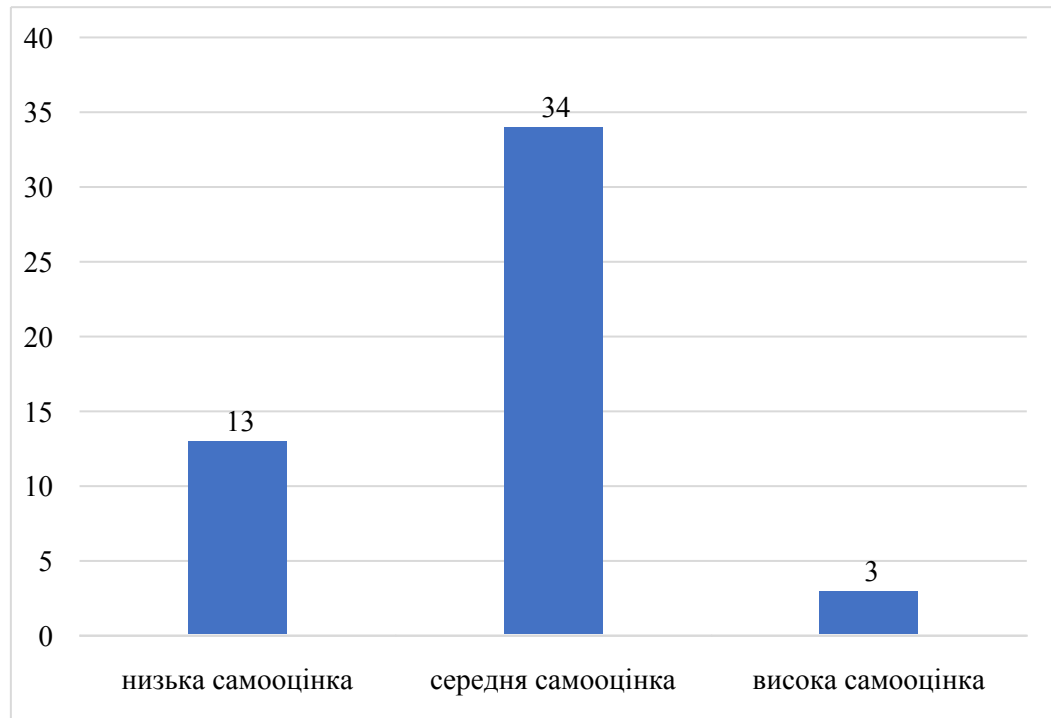


Рис.2.1 Рівні самооцінки в студентів-психологів

Як видно на рис.2.1, лише 3 студенти (6%) продемонстрували високий рівень самооцінки. Це вказує на те, що невелика частка майбутніх психологів має впевненість у своїх професійних якостях і схильна оцінювати свої можливості як значно вищі за середні.

Аналіз отриманих даних свідчить, що більшість студентів-психологів (68%) мають середній рівень самооцінки, що є оптимальним для розвитку професійної ідентичності. Однак майже третина (26%) учасників дослідження має низьку самооцінку, що може свідчити про їхню невпевненість у власних можливостях та необхідність додаткової підтримки в процесі професійного становлення.

Лише 6% мають високу самооцінку, що може вказувати як на високу впевненість, так і на можливі переоцінені очікування щодо власної

професійної компетентності. Отримані результати підтверджують значущість самооцінки у формуванні професійної ідентичності та вказують на необхідність подальшого дослідження взаємозв'язку цих конструктів.

Результати статистичного аналізу даних діагностики наведено в табл.2.2.

Таблиця 2.2

Результати статистичного аналізу показників самооцінки студентів-психологів за методикою: Шкала самооцінки Робсона, RSCQ

Показник	Розрахунок
Середнє	86,1
Стандартна помилка	4,750951
Медіана	78
Мода	78
Стандартне відхилення	30,04765
Дисперсія вибірки	902,8615
Мінімум	50
Максимум	148
Рівень надійності (95,0%)	9,609706

Як видно в табл.2.2, середнє значення показника самооцінки ($M = 86,1$) свідчить про те, що загальний рівень самооцінки студентів знаходиться у межах середнього діапазону. Це підтверджується медіанним значенням ($Md = 78$), що вказує на типовий рівень самооцінки серед респондентів.

Високе стандартне відхилення ($SD = 30,05$) та значна дисперсія (902,86) свідчать про велике варіювання рівнів самооцінки серед студентів. Це означає, що у вибірці є як особи з дуже низькою самооцінкою, так і ті, хто демонструє її високий рівень.

Мінімальне значення (50) та максимальне значення (148) вказують на широкий діапазон розподілу, що підтверджує наявність значних індивідуальних відмінностей у сприйнятті власних здібностей та компетенцій.

Найпоширенішим значенням (мода = 78) є рівень, близький до медіани ($Md = 78$), що свідчить про збалансований розподіл даних без сильних зсувів у бік низької чи високої самооцінки.

Рівень надійності ($95\% \text{ CI} = \pm 9,61$) вказує на те, що при повторенні дослідження середнє значення самооцінки студентів, імовірно, залишиться в діапазоні 76,5–95,7 балів, що підсилює достовірність отриманих даних.

Основна маса студентів демонструє середній рівень самооцінки, що є типовим для осіб, які перебувають на етапі професійного становлення.

Далі за методикою : «Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів» нами було досліджено рівень сформованості професійної ідентичності студентів-психологів (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Рівні сформованості професійної ідентичності студентів-психологів за методикою : «Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів»

Рівень професійної ідентичності	кількість, осіб	питома вага (%)
низький	17	34,00%
середній	20	40,00%
високий	3	6,00%

Як видно з таблиці 2.3, отримані результати розподілилися наступним чином: низький рівень професійної ідентичності – 17 осіб (34,00%); середній рівень професійної ідентичності – 20 осіб (40,00%); високий рівень професійної ідентичності – 3 особи (6,00%) (рис.2.2)

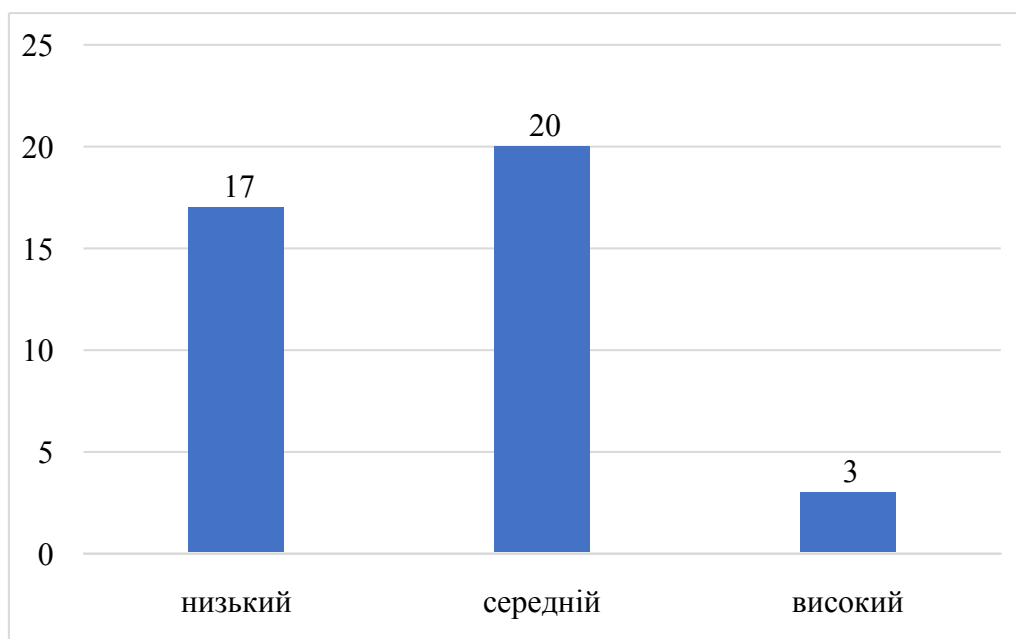


Рис.2.2 Рівні професійної ідентичності студентів психологів

Як можна побачити на рис.2.2, переважна більшість студентів (74%) має низький або середній рівень професійної ідентичності, що свідчить про недостатньо сформовані уявлення про свою професійну роль, цінності та кар'єрні перспективи. Лише 6% студентів мають високий рівень професійної ідентичності, що вказує на те, що вони чітко усвідомлюють свій професійний шлях, цілі та бачать себе в ролі майбутніх фахівців. Наявність значної частки студентів із низьким рівнем ідентичності (34%) може свідчити про потребу в додатковій професійній орієнтації та супроводі, зокрема через наставництво, практичні заняття, психологічні тренінги чи консультативну підтримку.

Загалом результати свідчать про те, що процес формування професійної ідентичності студентів-психологів ще не є завершеним і потребує подальшого розвитку та підтримки.

Результати статистичного аналізу даних діагностики наведемо в табл.2.4.

Таблиця 2.4

Результати статистичного аналізу даних діагностики професійної ідентичності студентів-психологів за методикою : «Опитувальник професійної ідентичності студентів–психологів»

Показник	N	Мін	Мах	Середнє	Стд. відхил.
усвідомлення професійних норм і цінностей	40	17.00	54.00	33.1750	11.47994
ступінь ототожнення себе з професією	40	17.00	58.00	34.4250	13.00668
мотивація до подальшого професійного розвитку	40	16.00	58.00	32.0250	13.21516
проф. ідентичність	40	50.00	167.00	99.6250	37.47867

Як видно з табл. 2.4, отримані статистичні показники за основними критеріями формування проф. ідентичності студентів-психологів свідчать про наступне:

Усвідомлення професійних норм і цінностей : Мінімальне значення: 17,00. Максимальне значення: 54,00. Середнє значення: 33,18. Стандартне відхилення: 11,48. Досить значний розкид значень свідчить про різний рівень усвідомлення професійних норм серед студентів. Частина з них має ще недостатньо сформовані уявлення про професійні стандарти, тоді як інші вже добре орієнтуються в цих аспектах.

Ступінь ототожнення себе з професією : Мінімальне значення: 17,00. Максимальне значення: 58,00. Середнє значення: 34,43. Стандартне відхилення: 13,01. Значне відхилення свідчить про індивідуальні відмінності у ступені професійної самоідентифікації студентів. Деякі студенти вже чітко бачать себе в ролі психолога, тоді як інші ще не визначилися із цим вибором.

Мотивація до подальшого професійного розвитку : Мінімальне значення: 16,00. Максимальне значення: 58,00. Середнє значення: 32,03. Стандартне відхилення: 13,22. Розкид значень демонструє різний рівень зацікавленості студентів у подальшому професійному розвитку. Це може

свідчити про потребу в додаткових програмах мотиваційної підтримки та профорієнтації.

Загальна професійна ідентичність : Мінімальне значення: 50,00. Максимальне значення: 167,00. Середнє значення: 99,63. Стандартне відхилення: 37,48. Дуже велике стандартне відхилення свідчить про значну варіативність рівня професійної ідентичності. Це може означати, що серед студентів є як особи з високим рівнем ідентифікації з професією, так і ті, хто ще не визначився зі своєю професійною приналежністю.

Значні стандартні відхилення вказують на різний рівень розвитку професійної ідентичності серед студентів. Це означає, що одні студенти вже мають сформовану ідентичність, тоді як інші потребують додаткової підтримки у цьому процесі. Усвідомлення професійних норм і ступінь ототожнення себе з професією варіюється, що свідчить про нерівномірний процес формування професійної свідомості серед студентів.

Деякі студенти мають низький рівень мотивації до подальшого професійного розвитку, що може негативно позначитися на їхній кар'єрі. Доцільно розробити заходи, спрямовані на підвищення їхньої зацікавленості в професії, наприклад, організацію майстер-класів, залучення до наукових проєктів та професійних стажувань.

Враховуючи значний розкид показників, слід розробити диференційовані програми для студентів з різним рівнем професійної ідентичності. Наприклад, для тих, хто має низьку професійну ідентичність, можуть бути корисні кар'єрні консультації, менторство або практичні курси, які допоможуть їм краще усвідомити свою роль у професії.

Загалом, отримані результати свідчать про те, що формування професійної ідентичності студентів-психологів є нерівномірним процесом, який потребує подальшого дослідження та вдосконалення освітніх і підтримуючих програм.

Наступним етапом стала діагностика типу професійної ідентичності студентів-психологів за тестом : Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД) (табл.2.5).

Таблиця 2.5

Результати діагностики типу професійної ідентичності студентів-психологів за тестом : Методика дослідження типу професійної ідентичності (МІПД)

Тип ідентичності	Кількість, осіб	Питома вага, (%)
Зріла професійна ідентичність	0	0,00%
Нестійка ідентичність	21	52,50%
Моноідентичність	1	2,50%
Дифузна ідентичність	16	40,00%
Псевдоідентичність	2	5,00%

Як можна побачити в табл.2.5, отримані результати свідчать про наступний розподіл типів професійної ідентичності серед опитаних студентів: зріла професійна ідентичність – 0 осіб (0,00%); нестійка ідентичність – 21 особа (52,50%); моноідентичність – 1 особа (2,50%); дифузна ідентичність – 16 осіб (40,00%); псевдоідентичність – 2 особи (5,00%) (рис. 2.3).

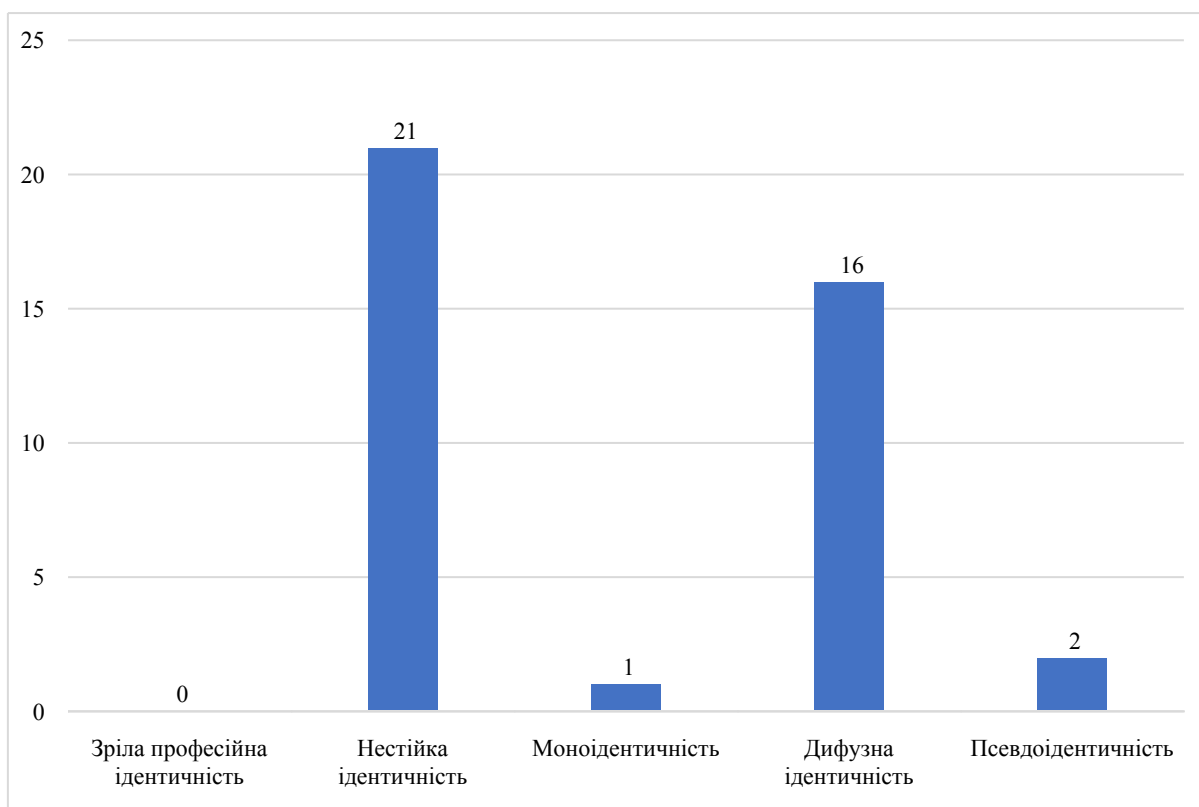


Рис.2.3 Типи професійної ідентичності студентів-психологів

Як видно з рис.2.3, жоден зі студентів не має сформованої професійної ідентичності, що вказує на незавершеність процесу професійного самовизначення. Це може бути наслідком недостатньої практичної підготовки, відсутності професійного досвіду або невизначеності у виборі кар'єрного шляху. Спостерігається домінування нестійкої професійної ідентичності (52,50%). Більшість студентів знаходяться на етапі нестійкої професійної ідентичності, що означає коливання між професійними ролями, невпевненість у правильності вибору професії та труднощі у формуванні стабільного професійного «Я». Це може бути наслідком впливу зовнішніх факторів, таких як очікування суспільства, думка оточення або брак особистого досвіду в професійній сфері.

Високий рівень дифузної ідентичності (40,00%) свідчить про те, що велика частина студентів не має чіткої ідентифікації з професією, що може свідчити про слабку внутрішню мотивацію, відсутність ясного бачення власної кар'єри та невизначеність у майбутньому. Це особливо тривожний

показник, адже дифузна ідентичність асоціюється з низьким рівнем професійного самовизначення та схильністю до зміни напрямку діяльності.

Спостерігається низька частка моноідентичності (2,50%) та псевдоідентичності (5,00%). Моноідентичність (жорстке ототожнення з професією) представлена лише в однієї особи, що є позитивним показником, оскільки надмірне звуження професійної самосвідомості може обмежувати гнучкість у кар'єрному розвитку. Псевдоідентичність виявлена у 5% студентів, що свідчить про наявність осіб, які демонструють зовнішню впевненість у своєму професійному виборі, проте насправді можуть не мати глибокого усвідомлення та прийняття власної професійної ролі.

Відсутність в достатній мері сформованої професійної ідентичності у студентів-психологів на заключному етапі бакалаврату є серйозною проблемою. Жоден студент не має зрілої професійної ідентичності, що свідчить про те, що більшість студентів ще не готові до свідомого входження в професійну діяльність. Це може створювати труднощі у їхньому професійному становленні, знижувати впевненість у власних силах і сприяти відтоку кадрів із професії.

Більшість студентів перебувають у кризовому стані професійного самовизначення. Понад 90% респондентів мають нестійку або дифузну ідентичність, що може негативно позначитися на їхній подальшій кар'єрі. Вони можуть мати труднощі з професійним вибором, сумніватися у правильності обраного напрямку та потребувати підтримки для більш усвідомленого професійного становлення. Для зменшення рівня нестійкої та дифузної ідентичності необхідно розробити освітні програми, що сприятимуть формуванню професійної самосвідомості, такі як: проведення тренінгів із професійного самовизначення; залучення студентів до практичної діяльності у сфері психології; наставництво з боку досвідчених фахівців; професійні стажування та ознайомлення з різними напрямками роботи психолога.

Велика частка студентів із дифузною та нестійкою ідентичністю свідчить про ризик того, що частина з них у майбутньому може змінити професію або взагалі залишити сферу психології. Це підкреслює необхідність своєчасного виявлення таких студентів та надання їм необхідної підтримки.

Псевдоідентичність може свідчити про адаптивну поведінку, коли студент намагається відповідати очікуванням викладачів чи суспільства, але насправді не має внутрішньої впевненості у своєму виборі. З такими студентами доцільно проводити індивідуальні консультації, спрямовані на глибше усвідомлення їхнього професійного шляху.

Отримані результати вказують на те, що професійна ідентичність студентів-психологів ще не сформована, і більшість із них перебувають у стані професійної невизначеності. Це свідчить про необхідність впровадження додаткових заходів, спрямованих на розвиток професійної самосвідомості та мотивації до професійного зростання. Без цілеспрямованого впливу є ризик того, що значна частина студентів так і не зможе сформувати стабільну професійну ідентичність, що може вплинути на їхню подальшу кар'єру в сфері психології.

Нами було проведене факторний аналіз : для виявлення основних факторів, що впливають на взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів (табл.2.6).

Факторний аналіз допоможе визначити основні фактори, які впливають на взаємозв'язок самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів. Отримані результати свідчать про наступні тенденції.

Фактор 1: Усвідомлення професії та мотивація (38,5%) – найбільш значущий фактор, що пояснює майже 40% дисперсії даних. Він об'єднує такі змінні, як усвідомлення професійних норм і цінностей, мотивація до розвитку та ступінь ототожнення себе з професією.

Високі навантаження вказують на те, що студенти з чітким розумінням норм і цінностей професії мають сильнішу мотивацію та вище ототожнюють себе з професією.

Таблиця 2.6

Результати факторного аналізу взаємозв'язку самооцінки та професійної ідентичності

Фактор	Власне значення	Частка дисперсії, %	Кумулятивна частка, %	Навантаження змінних
Фактор 1: Усвідомлення професії та мотивація	3,85	38,5%	38,5%	Усвідомлення норм і цінностей (0,76), Мотивація (0,72), Ототожнення себе з професією (0,68)
Фактор 2: Невизначеність професійної ідентичності	2,47	24,7%	63,2%	Нестійка ідентичність (-0,71), Дифузна ідентичність (-0,69), Псевдоідентичність (-0,65)
Фактор 3: Самооцінка та особистісна впевненість	1,92	19,2%	82,4%	Самооцінка (0,74), Професійна ідентичність (0,70)
Фактор 4: Ригідність професійної свідомості	1,18	11,8%	94,2%	Моноідентичність (0,78), Псевдоідентичність (0,65)

Як можна побачити в табл.2.6, фактор 2: Невизначеність професійної ідентичності складає (24,7%). Фактор 2 включає негативні значення для нестійкої, дифузної та псевдоідентичності та показує, що студенти, які демонструють нестійкість у професійному самовизначенні, мають труднощі з чітким вибором професії та можуть відчувати сумніви щодо свого майбутнього кар'єрного шляху.

Фактор 3: Самооцінка та особистісна впевненість (19,2%) підтверджує, що високий рівень самооцінки корелює із загальною професійною ідентичністю студентів. Це означає, що впевненість у собі є важливим чинником у процесі професійного самовизначення.

Фактор 4: Ригідність професійної свідомості (11,8%) включає моноідентичність та псевдоідентичність, що свідчить про фіксацію студентів на одному варіанті професійного розвитку без критичної рефлексії або

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона представлений в табл.2.7, підтверджує існування статистично значущих взаємозв'язків між рівнем самооцінки та ключовими показниками професійної ідентичності студентів-психологів. Усі коефіцієнти кореляції є високими та позитивними ($p < 0,01$), що свідчить про сильний взаємозв'язок між досліджуваними змінними.

Самооцінка та усвідомлення професійних норм і цінностей ($r = 0,648$, $p < 0,01$). Високий рівень самооцінки корелює з більш чітким розумінням професійних норм і цінностей. Це означає, що студенти, які впевнені у своїх силах, краще усвідомлюють вимоги та етичні стандарти своєї професії.

Самооцінка та ступінь ототожнення себе з професією ($r = 0,633$, $p < 0,01$).

Високий рівень самооцінки сприяє кращому ототожненню себе з професією психолога, що підтверджує гіпотезу про те, що впевненість у собі позитивно впливає на процес професійної ідентифікації.

Самооцінка та мотивація до подальшого професійного розвитку ($r = 0,612$, $p < 0,01$). Чим вища самооцінка студента, тим більша його мотивація до професійного розвитку, що вказує на те, що впевненість у власних здібностях стимулює прагнення до самовдосконалення та кар'єрного зростання.

Самооцінка та загальна професійна ідентичність ($r = 0,634$, $p < 0,01$).

Високий рівень самооцінки позитивно корелює із загальним рівнем сформованості професійної ідентичності, що ще раз підкреслює важливість розвитку впевненості у собі для становлення особистості психолога.

Спостерігаються дуже високі кореляційні зв'язки між усвідомленням норм і цінностей, ототожненням себе з професією, мотивацією та загальним рівнем професійної ідентичності ($r > 0,97$, $p < 0,01$). Це вказує на те, що всі складові професійної ідентичності взаємопов'язані та розвиваються синхронно.

Гіпотеза дослідження підтверджена. Кореляційний аналіз підтвердив, що високий рівень самооцінки дійсно позитивно впливає на формування

професійної ідентичності психологів, підвищуючи їхню впевненість у професійній діяльності, адаптивність та прагнення до професійного самовдосконалення. Самооцінка є важливим предиктором розвитку професійної ідентичності

Оскільки всі отримані коефіцієнти кореляції є високими та значущими, можна зробити висновок, що рівень самооцінки студентів-психологів відіграє ключову роль у процесі їхнього професійного становлення.

Усвідомлення професійних норм і цінностей, ототожнення себе з професією та мотивація до професійного розвитку є взаємопов'язаними компонентами, що разом впливають на загальний рівень професійної ідентичності.

Оскільки самооцінка є одним із ключових чинників професійного самовизначення, доцільним є розроблення програм психологічної підтримки студентів, спрямованих на розвиток їхньої впевненості у собі та професійної рефлексії.

Отримані результати підтверджують важливість розвитку адекватної самооцінки у студентів-психологів для їхнього успішного професійного становлення та подальшого розвитку в професії.

2.3. Практичні рекомендації щодо підвищення самооцінки та розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів

Формування професійної ідентичності студентів-психологів є багатогранним процесом, що охоплює усвідомлення професійних цінностей, ототожнення себе з професією та мотивацію до розвитку. Водночас самооцінка є важливим чинником, який впливає на впевненість у власних професійних навичках, здатність до самовдосконалення та адаптацію до професійного середовища. На основі проведеного дослідження нам и було розроблено низку практичних рекомендацій, спрямованих на підвищення самооцінки та розвиток професійної ідентичності майбутніх психологів.

1. Психологічна рефлексія та усвідомлення власного потенціалу

Мета: Допомогти студентам усвідомити власні сильні сторони, визначити професійні орієнтири та сформуванати позитивне уявлення про себе як майбутнього фахівця.

Методи:

Ведення щоденника професійного зростання, у якому студенти аналізують свої успіхи, труднощі та емоційні переживання, пов'язані з навчанням та практикою.

Використання метафоричних асоціацій: запитання на зразок «Якби моя професійна ідентичність була образом/символом, що б це було?» допомагає усвідомити власну роль у професії.

Робота з особистісними та професійними цінностями, що дозволяє студентам глибше зрозуміти свої мотиви та переконання.

2. Формування професійної компетентності через практичний досвід

Мета: Надати студентам можливість закріпити знання та отримати досвід реальної професійної діяльності, що сприятиме розвитку впевненості у власних навичках.

Методи:

Рольові ігри та кейс-методи: моделювання реальних ситуацій взаємодії з клієнтами, обговорення професійних дилем.

Наставництво та супервізія: робота під керівництвом досвідчених психологів, які можуть дати зворотний зв'язок і допомогти у професійному розвитку.

Участь у волонтерських проектах: практична робота в центрах психологічної допомоги, що дозволяє набути досвіду спілкування з різними категоріями клієнтів.

3. Робота з особистими переконаннями та когнітивними установками

Мета: Змінити деструктивні переконання, що знижують самооцінку, та сформуванати позитивне мислення щодо власної професійної ролі.

Методи:

Когнітивно-поведінкова техніка «Заміна негативних переконань»: аналіз обмежувальних думок («Я недостатньо хороший психолог», «У мене мало досвіду»), їх раціональне спростування та формування позитивних тверджень («Я маю потенціал для зростання», «Я можу розвиватися та вдосконалювати свої навички»).

Практика позитивного самопрограмування: використання афірмацій та технік візуалізації успішного професійного майбутнього.

Робота зі страхом помилок: навчання усвідомленому ставленню до невдач як до частини професійного розвитку.

4. Підтримка та соціальна взаємодія

Мета: Зниження рівня професійної тривожності, підвищення впевненості через позитивну взаємодію з колегами та наставниками.

Методи:

Групова рефлексія та обговорення успіхів: обмін досвідом між студентами щодо труднощів і досягнень у професійній сфері.

Створення спільнот професійної підтримки: організація студентських психологічних клубів для обговорення наукових досліджень, професійних викликів та нових методик у психології.

Залучення до професійних конференцій, семінарів, вебінарів: можливість отримати нові знання, познайомитися з експертами та відчувати себе частиною професійної спільноти.

5. Розвиток емоційної стійкості та стресостійкості

Мета: Навчити студентів справлятися зі стресом та емоційним вигоранням, що позитивно впливає на впевненість у собі та стабільність професійної ідентичності.

Методи:

Медитація та майндфулнес-практики: техніки усвідомленості допомагають краще розуміти власні емоції та знижувати рівень тривоги.

Практики тілесної роботи (йога, дихальні техніки, прогресивна м'язова релаксація), що сприяють зниженню напруженості та відновленню енергії.

Методика «Дерево ресурсів»: студентам пропонується створити візуальний образ своїх ресурсів (знання, досвід, підтримка оточення, особисті якості), що дозволяє зміцнити відчуття професійної цілісності.

6. Формування професійної автентичності та унікального стилю роботи

Мета: Сприяти усвідомленню власного стилю роботи як психолога, що підвищить самооцінку та професійну ідентичність.

Методи:

Розробка індивідуального підходу до клієнтів: визначення особистісних сильних сторін у професійній діяльності.

Аналіз власних професійних пріоритетів: складання переліку принципів, які студент вважає важливими у своїй роботі.

Творчі методики самовираження: написання есе на тему «Яким психологом я хочу стати?» або створення професійного колажу (візуального образу свого майбутнього в професії).

Розвиток професійної ідентичності та підвищення самооцінки студентів-психологів є необхідною умовою їхнього успішного професійного становлення. Запропоновані методи сприяють усвідомленню власного потенціалу, впевненості у своїх професійних навичках та формуванню цілісного бачення себе як фахівця. Комплексний підхід, що поєднує рефлексивні, практичні та психотерапевтичні методики, допомагає майбутнім психологам впевнено розпочати свою професійну діяльність та стати компетентними спеціалістами. На основі комплексного підходу нами було розроблено концептуальну модель розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів, що є важливим для формування професійного самовизначення студентів психологів. Згідно з теоретичними та емпіричними дослідженнями, взаємозв'язок між цими двома явищами є двостороннім і складним, що проявляється в багатьох аспектах професійного життя.

На рисунку 2.4 наведено основні елементи моделі:

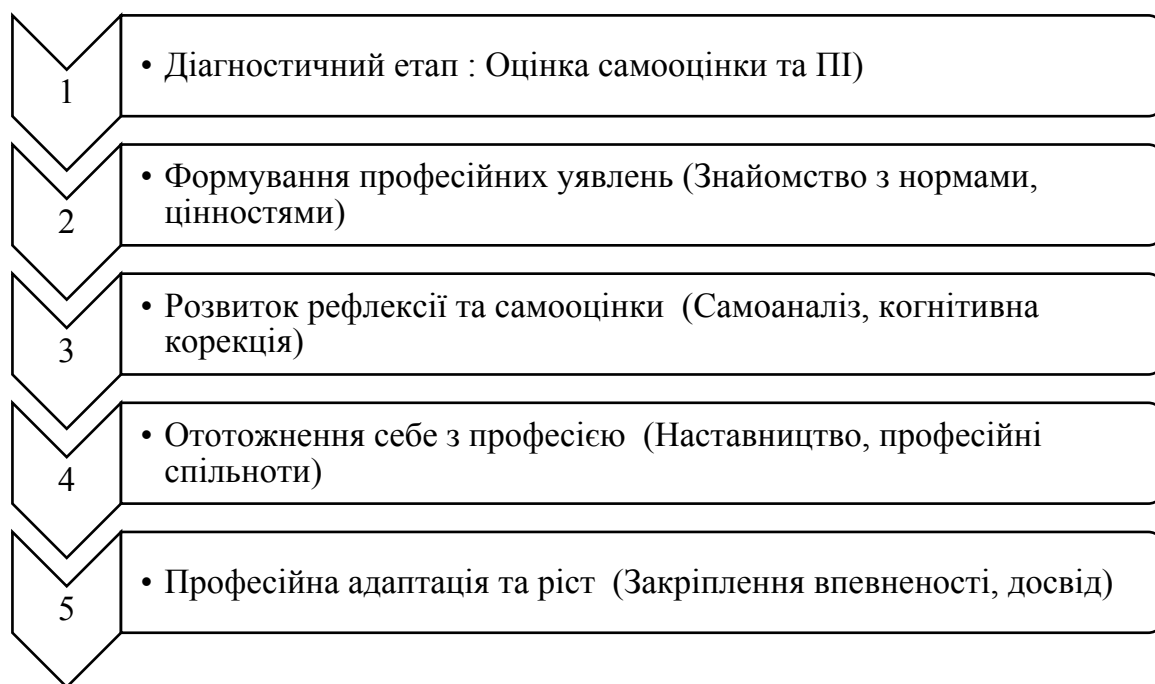


Рис.2.4 Модель розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів (складено автором)

Представлена на рис.2.4 модель демонструє, як самооцінка поступово впливає на становлення професійної ідентичності психологів через серію взаємопов'язаних етапів, кожен із яких відіграє важливу роль у формуванні компетентного та впевненого у собі фахівця.

Опишемо більш детально етапи реалізації моделі.

1. Діагностичний етап (аналіз вихідного рівня самооцінки та професійної ідентичності)

Мета: Визначення початкового рівня самооцінки та типу професійної ідентичності студентів.

Методи:

Проведення психологічного тестування (Методики: «Опитувальник професійної ідентичності студентів-психологів», тест на самооцінку)

Аналіз когнітивних установок щодо професії

Оцінка рівня мотивації до професійного розвитку

2. Формування базових професійних уявлень

Мета: Створення фундаменту професійної ідентичності через знайомство з етичними нормами, цінностями та вимогами до фахівця.

Методи:

Лекції, семінари, тренінги з професійної етики

Ознайомлення з моделями успішних спеціалістів

Самоаналіз власних цінностей і переконань

3. Розвиток професійної рефлексії та самооцінки

Мета: Сприяння усвідомленню власних сильних сторін, усунення негативних переконань щодо професійної компетентності.

Методи:

Ведення «щоденника професійного зростання»

Когнітивно-поведінкові техніки подолання негативних установок

Практики самопрограмування (аффірмації, візуалізація)

4. Ототожнення себе з професійною роллю

Мета: Формування відчуття належності до професійної спільноти.

Методи:

Практика під керівництвом наставника (супервізія)

Участь у професійних конференціях, обговореннях

Волонтерська діяльність у сфері психологічної допомоги

5. Професійна адаптація та розвиток впевненості у власних компетенціях

Мета: Закріплення професійної ідентичності через реальний досвід та саморозвиток.

Методи:

Аналіз успішних кейсів із власної практики

Розробка персональної моделі роботи психолога

Постійне самовдосконалення та навчання

Слід зазначити, що формування професійної ідентичності студентів-психологів тісно пов'язана із рівнем їхньої самооцінки, оскільки впевненість у власних силах сприяє усвідомленню професійних норм, ототожненню з

професією та мотивації до професійного розвитку. На основі комплексного підходу нами було розроблено покрокову модель цього взаємозв'язку, яка включає основні етапи становлення професійної ідентичності під впливом рівня самооцінки.

Самооцінка визначає, як індивід оцінює свою значущість і здатність у професійному контексті. Висока самооцінка може призвести до більш стійкої та позитивної професійної ідентичності, оскільки людина впевнена у своїх силах і здатна впоратися з професійними викликами. На противагу, низька самооцінка може призводити до сумнівів у своїй професійній компетентності та соціальній ролі в професійній сфері, що ускладнює формування професійної ідентичності. Висока самооцінка підтримує стійке відчуття приналежності до професійної групи та визначеності у власних кар'єрних цілях. Це дозволяє людині приймати професійні виклики без страху перед невдачами. Низька самооцінка може обмежувати готовність до нових професійних можливостей або розвитку, оскільки людина може сумніватися в своїх можливостях.

Професійна ідентичність формується в результаті постійного процесу самооцінки і самовизначення в контексті кар'єри. Людина через свою самооцінку визначає, якою хоче бути в професійному середовищі, які цілі ставити перед собою і в якому контексті її діяльність має сенс. На цьому етапі важливо, щоб самооцінка була гнучкою, що дозволяє адаптувати професійну ідентичність у разі змін.

Взаємодія самооцінки та професійної ідентичності є циклічною. Позитивна професійна ідентичність підтримує високу самооцінку через визнання професіоналізму та досягнень у сфері діяльності. З іншого боку, висока самооцінка підтримує розвиток професійної ідентичності, оскільки людина з високою оцінкою своїх можливостей активно шукає нові можливості для розвитку кар'єри та професійного зростання.

Запропоновані заходи допоможуть покращити роботу ВНЗ щодо розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів.

Висновки до розділу 2

Результати проведеного емпіричного дослідження дозволили виявити взаємозв'язок між рівнем самооцінки студентів-психологів та рівнем сформованості їхньої професійної ідентичності. Згідно з отриманими даними, значна частина респондентів має нестійку або дифузну професійну ідентичність, що вказує на невизначеність у виборі професійного шляху, недостатню впевненість у своїх здібностях та слабо виражене ототожнення себе з професією.

Кореляційний аналіз показав, що рівень самооцінки є важливим фактором, який впливає на формування професійної ідентичності. Значущі позитивні кореляційні зв'язки між самооцінкою та ключовими показниками професійної ідентичності (усвідомлення професійних норм і цінностей, ступінь ототожнення себе з професією, мотивація до професійного розвитку) підтверджують гіпотезу про те, що високий рівень самооцінки сприяє більш вираженому професійному самовизначенню.

На основі отриманих даних було запропоновано комплекс заходів, спрямованих на підвищення самооцінки та розвиток професійної ідентичності студентів-психологів

ВИСНОВКИ

Самооцінка є важливою психологічною характеристикою, що відображає суб'єктивне ставлення людини до себе, своїх можливостей та соціального становища. Це складне і багатогранне явище, що залежить від численних факторів, таких як життєвий досвід, соціальне оточення, вплив родини та соціальних норм. Вона визначає не лише самоусвідомлення особистості, а й її здатність до саморегуляції, адекватної оцінки своїх сил і можливостей.

Психологічні аспекти самооцінки тісно переплітаються з емоційним станом людини, її психологічною стабільністю і адаптацією до змінюваних обставин. Висока самооцінка є індикатором внутрішньої гармонії та оптимізму, тоді як низька може бути пов'язана з відчуттям тривоги, депресії та соціальної ізоляції. Для психологів особливо важливо зберігати адекватну самооцінку, оскільки вона впливає на професійну діяльність, комунікацію з клієнтами та здатність до емоційної підтримки.

Професійна ідентичність – це частина соціальної ідентичності людини, яка формується на основі її професійної діяльності та інтерпретації цієї діяльності через призму власних переконань, цінностей і норм. Для психологів професійна ідентичність є не лише механізмом самопізнання, а й важливим інструментом професійного розвитку, здатністю до рефлексії власних переконань, принципів та стилю роботи.

Етапи розвитку професійної ідентичності психологів включають: ініціацію: на початкових етапах кар'єри психологи часто стикаються з проблемами, пов'язаними з вибором професійного шляху, ролями та їх відповідністю реальності; утвердження: на цьому етапі професіонали починають чітко визначати свою професійну роль, вдосконалюючи навички та розвиваючи психологічну компетентність; розвиток та рефлексію: згодом психологи починають більш глибоко розуміти свою роль, аналізуючи вплив професійної діяльності на особисте життя та соціальні відносини.

Особливості становлення професійної ідентичності у психологів обумовлені специфікою цієї професії: висока емоційна навантаженість, необхідність підтримки етичних стандартів та обов'язок підтримувати професіоналізм навіть у складних ситуаціях. Цей процес є динамічним і тривалим, що потребує постійної самооцінки та саморозвитку.

Самооцінка та професійна ідентичність психологів перебувають у взаємозв'язку, оскільки формування професійної ідентичності неможливе без адекватної самооцінки. Висока самооцінка забезпечує психологам упевненість у своїх силах, що сприяє успішному розвитку професійної ідентичності. Психологи з високим рівнем самооцінки більше схильні до рефлексії своєї діяльності, чітко визначають свої цілі та здатні ефективно виконувати професійні обов'язки. Низька самооцінка, навпаки, може призводити до виникнення професійного вигорання, сумнівів у власних силах і зниження ефективності в роботі. Це також може вплинути на рівень професійної ідентичності, створюючи внутрішній конфлікт між особистими переконаннями і вимогами професії.

Взаємозв'язок між самооцінкою та професійною ідентичністю є циклічним. Позитивна професійна ідентичність стимулює підвищення самооцінки, а висока самооцінка сприяє утвердженню професійної ідентичності, формуючи професійний образ психолога, який є гармонійним і ефективним у взаємодії з клієнтами та колегами.

Результати емпіричного дослідження виявили середній на нижче середнього рівень самооцінки у студентів-психологів в вибірці. Середнє значення показника самооцінки ($M = 86,1$) свідчить про те, що загальний рівень самооцінки студентів знаходиться у межах середнього діапазону.

Лише 6% студентів мають високий рівень професійної ідентичності, що свідчить про їхню впевненість у виборі професії. 40% студентів демонструють середній рівень, що вказує на поступове становлення професійної ідентичності. 34% мають низький рівень професійної ідентичності, що може свідчити про сумніви у виборі професійного шляху.

Зріла професійна ідентичність не виявлена серед досліджуваних, що вказує на необхідність подальшої роботи над професійним самовизначенням студентів. 52,5% студентів мають нестійку ідентичність, що свідчить про вплив зовнішніх факторів на їхнє професійне самовизначення. 40% студентів мають дифузну ідентичність, тобто не можуть чітко визначити своє професійне майбутнє.

Згідно з отриманими даними, значна частина респондентів має нестійку або дифузну професійну ідентичність, що вказує на невизначеність у виборі професійного шляху, недостатню впевненість у своїх здібностях та слабо виражене ототожнення себе з професією.

Результати проведеного емпіричного дослідження дозволили виявити взаємозв'язок між рівнем самооцінки студентів-психологів та рівнем сформованості їхньої професійної ідентичності. Кореляційний аналіз показав, що рівень самооцінки є важливим фактором, який впливає на формування професійної ідентичності. Значущі позитивні кореляційні зв'язки між самооцінкою та ключовими показниками професійної ідентичності (усвідомлення професійних норм і цінностей, ступінь ототожнення себе з професією, мотивація до професійного розвитку) підтверджують гіпотезу про те, що високий рівень самооцінки сприяє більш вираженому професійному самовизначенню. Високий рівень самооцінки корелює з чіткішим усвідомленням професійних норм, вищим рівнем ототожнення себе з професією та більшою мотивацією до професійного розвитку.

Низький рівень самооцінки асоціюється з нестійкою або дифузною професійною ідентичністю, що може призводити до труднощів у професійному становленні.

На основі отриманих даних було запропоновано комплекс заходів, спрямованих на підвищення самооцінки та розвиток професійної ідентичності студентів-психологів:

1. Запропонована система заходів спрямована на усунення проблем, виявлених у ході дослідження.

2. Розроблена модель розвитку самооцінки та професійної ідентичності студентів-психологів.

Впровадження практичних рекомендацій дозволить підвищити рівень самооцінки студентів-психологів та сприятиме більш впевненому професійному самовизначенню. Використання інтегрованого підходу (психологічні тренінги, наставництво, саморефлексія) сприятиме гармонійному розвитку особистості та формуванню стійкої професійної ідентичності.

Таким чином, дослідження підтвердило, що самооцінка відіграє важливу роль у формуванні професійної ідентичності студентів-психологів. Розроблені практичні заходи можуть бути використані у навчальному процесі для ефективної підтримки майбутніх фахівців, що сприятиме підвищенню їхньої впевненості у власних професійних компетенціях та забезпечить успішну адаптацію у сфері професійної діяльності.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрющенко А. Особливості взаємозв'язку рівня самооцінки та рівня домагань у студентів-психологів. *Вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 2020. Вип. 1. С. 123–128.
2. Бенедиктсон І. В. Психологія самооцінки: Теорія та практика. Київ: Наукова думка, 2019. 256 с.
3. Бенедиктсон, І. В. Самооцінка як фактор професійного розвитку. *Журнал психології*, 2015, 17(2). С. 45-53.
4. Бойко А. Особливості становлення професійної ідентичності в майбутніх психологів. *Наукові записки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія: Психологічні науки*, 2021. Вип. 1. С. 112–118.
5. Ващенко Т.В., Клібайс Т.В. Психологічні особливості формування професійної ідентичності у студентів-психологів. *Наукові здобутки студентів Інституту людини*, 2016. Вип. 2(6). С. 48–55.
6. Вільямс Р. Структура та механізми формування самооцінки. *Вісник психології*, 2016, 19(4). С. 102-113.
7. Водолазька Н. Самооцінка та мотивація досягнень як чинники професійного становлення майбутніх психологів. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського. Серія: Психологічні науки*, 2020. Вип. 1. С. 78–83.
8. Голл М. Психологія особистості: Взаємозв'язок самооцінки та поведінки. Львів: Видавництво старого Лева, 2017. 320 с.
9. Гросс С. М. Психологія професійної ідентичності: Взаємодія з самооцінкою. *Кар'єрні дослідження*, 2018, 22(4). С. 121-130.
10. Гудзенко Т. І. Психологія професійного розвитку. Київ: Академвидав, 2018. 240 с.

11. Деніз Дж. Реконцептуалізація професійної ідентичності: важливість передпрофесійної ідентичності. *Дослідження та розвиток вищої освіти*, 2016. Вип. 35(5). С. 925–939.
12. Єгорова Є., Єрмолаєва О., Іванова Н. Формування професійної ідентичності майбутніх психологів. *Психологія особистості*, 2020. Вип. 1. С. 43–50.
13. Карлсон М. Р. Роль самооцінки у формуванні професійної ідентичності. *Вісник психології*, 2017, 14(1). С. 98-110.
14. Кіттель П. Р. Теорія та практика розвитку самооцінки в психології. Харків : Фоліо, 2018. 280 с.
15. Коваленко І. О. Роль самооцінки у формуванні професійної ідентичності психологів, 2018. Львів: Інститут психології. 210 с.
16. Ковальова І. А. Вплив самооцінки на соціальну адаптацію та міжособистісні стосунки. *Психологія розвитку особистості*, 2020. Вип. 20. С. 95–102.
17. Колосович О.С. Психологічні аспекти формування професійної ідентичності особистості в кризові періоди суспільства. *Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 2017. Вип. 1. С. 43–50.
18. Кудрявцева Л. В. Вплив соціальних факторів на самооцінку та самоусвідомлення. *Психологія соціальних відносин*, 2015. Вип. 9(2). С. 75–80.
19. Кузьміна М. О. Соціально-професійна компетентність випускника закладу вищої освіти як педагогічна проблема. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2018. Вип. 60. С.113-116.
20. Кузіна Ю. В. Структура професійної ідентичності майбутніх фахівців технічного профілю. *Психологія: реальність і перспективи*. 2015. Вип. 5. С. 150–157.
21. Кузьміна М. О. Феномен розвитку професійної компетентності соціальних працівників у дослідженнях вітчизняних науковців. *Науковий*

вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2020. Вип. 2 (47). С. 79–84.

22. Лебедева М. В. Професійна ідентичність психологів та її вплив на професійну ефективність, 2012. Київ: Наукова думка. 245 с.

23. Лигоміна Т.А. Динаміка розвитку професійної ідентичності майбутніх психологів у процесі фахової підготовки. *Студентський науковий вісник*, 2016. Вип. 1. С. 48–55.

24. Ложкін Г., Волянчук Н. Професійна ідентичність в контексті маргінальної поведінки суб'єкта. *Соціальна психологія*, 2008. Вип. 3. С. 123–130.

25. Лукіяничук А.М. Модель розвитку професійної ідентичності майбутніх педагогів. *Проблеми сучасної психології*, 2010. Вип. 7. С. 370–380.

26. Майерс Р. Е. Вплив професійного середовища на самооцінку: Емпіричний аналіз. *Психологічні аспекти кар'єрного розвитку*, 2016, 19(3). С. 56–64.

27. Мельничук І.М. Формування професійної ідентичності майбутніх фахівців як педагогічна проблема. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*, 2024. Вип. 1. С. 131–140.

28. Михайлова Н. М. Низька самооцінка як фактор ризику для психічного здоров'я. *Журнал клінічної психології*, 2017. Вип. 6(4). С. 112–118.

29. Одінцова В. М. Професійна ідентичність як психологічна проблема . *Вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2013. Вип. 1. С. 28–33.

30. Олексійчук І. В. Психологічні аспекти формування професійної ідентичності. Львів: Видавництво ЛНУ, 2023. 320 с.

31. Павлюк М. М. Особливості емоційно-ціннісного компонента професійної ідентичності вчителя основної школи. *Вісник Національного технічного університету України "КПІ". Серія: Філософія. Психологія. Педагогіка*. – 2014. № 2. С. 62–66.

32. Радзівіл К.П. Роль самооцінки особистості майбутніх психологів у формуванні професійних очікувань у навчальному процесі. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 28. С. 367–378.
33. Рябов В. М. Самооцінка та її вплив на розвиток особистості. *Психологічні дослідження*, 2001. Вип. 5. С. 22–28.
34. Савчук З. Професійна ідентичність психолога як складова його професійної самосвідомості. *Вісник Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*. 2018. Вип. 53. С. 130–135.
35. Савчук З. Професійна ідентичність: становлення професіонала. Навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2019. 256 с.
36. Савчук З. Психологічні особливості професійної ідентичності. *Вісник Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*. 2017. Вип. 52. –С. 123–128.
37. Самкова О. М. Теоретичні підходи до вивчення особливостей формування професійної ідентичності. *Вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2014. Вип. 2. С. 45–50.
38. Синишина В.М. Професійна ідентичність майбутніх практичних психологів на етапі навчання в закладах вищої освіти. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*, 2019. Вип. 89. С. 45–49.
39. Смирнова О. Психологічні змістові параметри професійної ідентичності. *Вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 2023. Вип. 1. С. 45–50.
40. Сміт К. М., та Джонсон Л. М. Роль самооцінки в розвитку професійної ідентичності. *Журнал психології*, 2017. 12(3). С. 78-85.
41. Степаненко М.І. Професійна ідентичність особистості: теоретичне вивчення феномена. *Психологічний журнал*. 2016. Т. 2, № 8. С. 15–24.
42. Токар Н.Ф. Динаміка мотивації в процесі професійної підготовки. *Педагогіка і психологія*, 2021. Вип. 4. С. 151–154.

43. Трошина О. Л. Самооцінка як чинник розвитку особистісної зрілості. *Психологія і суспільство*, 2013. Вип. 15. С. 56–60.
44. Шапіро С. Д. Психологічні аспекти формування самооцінки у підлітковому віці. *Журнал психології та педагогіки*, 2005. Вип. 12(3). С. 115–120.
45. Шмідт А. Т., Тетервуд Р. Л. Професійне вигорання серед психологів: взаємозв'язок з професійною ідентичністю та самооцінкою. *Журнал психології та психотерапії*, 2015. 22(3). С. 45–58.
46. Ярмолович Т. І. Роль самооцінки в професійному розвитку особистості. *Психологія праці та кар'єри*, 2010. Вип. 8(1). С. 38–42.
47. Abelson R. Social Identity and Intergroup Relations. Cambridge: Cambridge University Press, 1985. 108 p.
48. Adams K. A., Hean S., Sturgis P., Clark J. M. Investigating the factors influencing professional identity of first-year health and social care students. *Learning in Health and Social Care*, 2006. 5(2). P. 55–68.
49. Beijaard D., Meijer P. C., Verloop N. Reconsidering research on teachers' professional identity. *Teaching and Teacher Education*, 2004. 20(2). P. 107–128.
50. Caza B. B., Creary S. J. The construction of professional identity. *Perspectives on Contemporary Professional Work: Challenges and Experiences*, 2016. Edward Elgar Publishing. P. 259–285.
51. Ibarra H. Provisional selves: Experimenting with image and identity in professional adaptation. *Administrative Science Quarterly*, 1999. 44(4). P. 764–791.
52. Kuzmina M. Theoretical-methodological features of determining the professional competences of social workers. *Innovative solutions in modern science*. 2019. Vol. 9 (36). P. 81–95. DOI: [https://doi.org/10.26886/2414-634X.9\(36\)2019.6](https://doi.org/10.26886/2414-634X.9(36)2019.6)
53. Lee M. Professional Socialization and Social Identity in Psychologists, 2001. London: Routledge, 2001. 138 p.

54. Scanlon L. "Becoming" a professional. "Becoming" a Professional: An Interdisciplinary Analysis of Professional Learning, 2011. Springer. P. 13–32.
55. Skorikov V. B., Vondracek F. W. Occupational identity. Handbook of Identity Theory and Research, 2011. Springer. P. 693–714.
56. Slay H. S., Smith D. A. Professional identity construction: Using narrative to understand the negotiation of professional and stigmatized cultural identities. Human Relations, 2011. 64(1). P. 85–107.
57. Smith V., Jones K., Williams T. Professional Identity and Self-Esteem in Medical Workers. Journal of Health Psychology, 2015. 20(3). P. 258–270.
58. Sutherland L., Markauskaite L. Examining the role of authenticity in supporting the development of professional identity: An example from teacher education. Higher Education, 2012. 64(6). P. 747–766.
59. Tajfel H. Experiments in Intergroup Discrimination. Scientific American, 1971. 225(5). P. 96–102.
60. Tajfel H., Turner J. The Social Identity Theory of Intergroup Behavior. In S. Worchel, W. G. Austin (Eds.), Psychology of Intergroup Relations, 1986. Chicago: Nelson-Hall. P. 7–24.
61. Trede F., Macklin R., Bridges D. Professional identity development: A review of the higher education literature. Studies in Higher Education, 2012. 37(3). P. 365–384.
62. Tryssenaar J., Perkins J. From student to therapist: Exploring the first year of practice. The American Journal of Occupational Therapy, 2001. 55(1). P. 19–27.

ДОДАТКИ

Додаток А

Результати первинної діагностики за методиками : Шкала самооцінки
 Робсона, RSCQ; Опитувальник професійної ідентичності
 студентів–психологів (У. С. Родигіна); Методика дослідження типу
 професійної ідентичності (МІПД) (Л. Б. Шнейдер)

№	самооцінка	усвідомлення професійних норм і цінностей	ступінь ототожнення себе з професією	мотивація до подальшого професійного розвитку	проф. ідентичність
1	78	24	22	17	63
2	86	22	23	21	66
3	55	27	24	20	71
4	148	54	58	55	167
5	140	46	48	48	142
6	138	36	38	34	108
7	85	38	38	35	111
8	64	20	20	18	58
9	73	20	20	17	57
10	50	41	44	48	133
11	62	37	36	38	111
12	78	22	22	20	64
13	146	52	56	54	162
14	78	28	25	24	77
15	85	20	20	16	56
16	60	34	37	38	109
17	78	32	34	28	94
18	86	20	20	20	60
19	55	20	20	21	61
20	80	40	42	40	122
21	125	48	50	45	143
22	138	46	48	44	138
23	85	44	48	45	137
24	64	20	20	18	58
25	73	20	20	17	57
26	50	21	21	18	60
27	62	17	17	16	50
28	78	22	22	20	64
29	144	47	50	48	145
30	78	46	45	44	135
31	85	20	18	16	54

32	60	36	40	38	114
33	78	34	38	34	106
34	86	40	47	42	129
35	55	38	40	35	113
36	123	46	49	42	137
37	52	30	34	26	90
38	130	50	53	58	161
39	85	47	50	45	142
40	68	22	20	18	60