

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук
(повне найменування факультету)

Психологія
(повне найменування кафедри)

до дипломного проєкту (роботи)

магістр
(ступінь вищої освіти)

на тему Професійна мотивація студентів-психологів в умовах війни
(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 5 курсу,
групи СН-113м

Спеціальності 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

СУР О.Г.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник ПИЛИПЕНКО К.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КОВАЛЬ В.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

« 29 » _____ серпня 2024 року

З А В Д А Н Н Я

НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

СУР Оксана Геннадіївна

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи): Професійна мотивація студентів-психологів в умовах війни

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

керівник проєкту (роботи) доцент кафедри психології ПИЛИПЕНКО Катерина Валентинівна

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «02» вересня 2024 року № 358

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) 11 грудня 2024 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 84 сторінок, 35 джерел, 11 рисунків, 2 таблиці, 5 додатків.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) було реалізовано ряд завдань: здійснено теоретичний аналіз комунікативних здібностей студентів-психологів в умовах дистанційного навчання; розглянуто психологічні аспекти формування комунікативних здібностей у студентів-психологів; проведено емпіричне дослідження; зроблено аналіз результатів дослідження; розроблені практичні рекомендації для студентів та закладів вищої освіти.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) рис. 2.1. Вікова характеристика учасників дослідження; рис. 2.2. Гендерний склад учасників дослідження; рис. 2.3. Розподіл респондентів за курсом навчання; рис. 2.4. Мотиваційні фактори вибору професії психолога у респондентів; рис. 2.5. Фактори, що сприяють розвитку професійних навичок студентів під час війни на думку респондентів; рис. 2.6. Емоційний стан студентів щодо професійного майбутнього в психології під час війни; рис. 2.7. Вплив війни на професійну мотивацію у студентів-психологів; рис. 2.8. Преференції студентів щодо надання психологічної допомоги під час війни; рис. 2.9. Визначення основних мотивів вибору професії у майбутніх психологів в умовах війни (у %); рис.2.10. Розподіл респондентів за рівнем мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі; рис. 2.11. Розподіл респондентів за рівнем потреби у досягненнях; таблиця 2.1. Психодіагностичні методики для вивчення професійної мотивації майбутніх; таблиця 2.2. Відповіді опитаних студентів (у %), щодо значення мотивів при виборі професійної діяльності.

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	23.09.2024	06.10.2024
2	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	07.10.2024	20.10.2024
3	ПИЛИПЕНКО К.В., доцент	21.10.2024	27.10.2024
Нормок-б	КОВАЛЬ В.О., в.о.зав.кафедри	08.11.2024	10.11.2024

7. Дата видачі завдання «29» серпня 2024 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проєкт(роботу)	29.08.2024	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проєкт(роботу)	30.08.2024	
3	Затвердження теми	02.09.2024	
4	Складання змісту	20.09.2024	

5	Виконання першого розділу	23.09.2024	
6	Виконання другого розділу	07.10.2024	
7	Виконання третього розділу	21.10.2024	
8	Формування висновків	28.10.2024	
9	Перевірка роботи керівником	01.11.2024	
10	Оформлення дипломного проєкту(роботи)	04.11.2024	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	08.11.2024	
12	Попередній захист дипломного проєкту(роботи)	11.12.2024	
13	Подання роботи на кафедру	11.12.2024	
14	Одержання відгуку та рецензії	13.12.2024	
15	Захист дипломної роботи	19.12.2024	

Студент(ка) _____ Оксана СУР
(підпис) (Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи) _____ Катерина ПИЛИПЕНКО
(підпис) (Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 84 с., 11 рис., 2 табл., 35 дж., 5 дод.

Об'єкт дослідження: професійна мотивація майбутніх психологів під час воєнного стану.

Предмет дослідження: психологічні особливості професійної мотивації у студентів, які вивчають психологію, в умовах війни.

Мета дослідження: вивчення особливостей професійної мотивації у студентів-психологів в умовах війни.

Методи дослідження: аналіз теоретико-методологічних літературних джерел, психодіагностичне тестування, анкетування та методи статистично-математичної обробки отриманих результатів.

У роботі проведено теоретичний огляд літератури, в якому розглянуто сутність поняття «мотивація», визначено різні її типи та підкреслено важливість професійної мотивації як ключового елементу розвитку професійних компетентностей майбутніх психологів у умовах війни. Також здійснено емпіричне дослідження особливостей професійної мотивації студентів, які навчаються на психологічних факультетах під час воєнного стану. На основі отриманих результатів розроблено практичні рекомендації для посилення професійної мотивації майбутніх психологів в умовах війни.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці корекційної програми для покращення мотивації студентів-психологів в умовах війни, зокрема для адаптації навчальних програм, створення психологічної підтримки та підвищення емоційної стійкості студентів до стресу.

ПРОФЕСІЙНА МОТИВАЦІЯ, ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ,
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ, СТУДЕНТИ-ПСИХОЛОГИ,
ВОЄННИЙ СТАН

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	11
1.1. Феномен поняття мотивація особистості у психологічній літературі.....	11
1.2. Теоретичні основи професійної мотивації особистості.....	17
1.3. Основні складові професійної мотивації у майбутніх психологів.....	24
Висновки до першого розділу.....	33
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ВИВЧАЮТЬ ПСИХОЛОГІЮ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ.....	35
2.1. Організаційні аспекти та зміст дослідження професійної мотивації у майбутніх психологів в умовах війни.....	35
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	40
Висновки до другого розділу.....	57
РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЯ ПРОГРАМА ДЛЯ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	59
3.1. Мета та завдання корекційної програми для підвищення професійної мотивації у майбутніх психологів.....	59
3.2. Структура корекційної програми для розвитку професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни.....	60
3.3. Очікувані результати та перспективи розвитку корекційної програми для підвищення мотивації у студентів-психологів під час війни.....	62
Висновки до третього розділу.....	63
ВИСНОВОК.....	65

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	67
ДОДАТКИ.....	72
Додаток А.....	72
Додаток Б	75
Додаток В.....	77
Додаток Г	79
Додаток Д.....	81

ВСТУП

Актуальність дослідження. У воєнний час життя громадян України стає дедалі складнішим і невизначенішим. Війна створює нові виклики для психічного здоров'я населення, що значно підвищує попит на кваліфікованих психологів. Студенти в цій галузі повинні не лише засвоїти теоретичні знання, але й мати високу мотивацію для практичного застосування цих знань у кризових ситуаціях при професійній допомозі. Це особливо важливо для здатності адекватно реагувати фахівцям на психологічні потреби суспільства у воєнний час.

Водночас війна впливає на психоемоційний стан самих студентів. Стрес, тривога та невизначеність можуть знижувати їхню мотивацію до навчання і професійної діяльності. Дослідження факторів, які мають вплив на мотивацію у студентів, є надзвичайно важливими для розробки ефективних програм підготовки майбутніх психологів.

Професійна мотивація формує перспективи майбутніх психологів, впливає на їхню систему цінностей та підвищує емоційний інтелект, що, в свою чергу, впливає на розуміння світу, особисту та професійну ідентичність.

Таким чином, формування мотивації до професійної діяльності у майбутніх психологів є основним завданням вищої психологічної освіти. Дослідження професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни має важливе теоретичне та практичне значення, оскільки це сприяє не тільки підвищенню ефективності підготовки майбутніх фахівців, але й задоволенню потреб суспільства в психологічній допомозі.

Питання мотивації та її впливу на поведінку і діяльність людини є одним із ключових у психології, що привертає значну увагу дослідників у всьому світі, зокрема і вітчизняних вчених, серед яких: Є. Кушева, В. Моляко, Л. Пермінова, З. Ржевська-Штефан, О. Савченко, О. Скрипченко, а також такі зарубіжні діячі, як К. Альдерфер, Д. Аткінсон, М. Вертгеймер, К.

Гольдштейн, Ф. Герцберг, У. Джеймс, Д. Дьюї, А. Маслоу, В. Райх, 3.
Фройд, Е. Фромм, Х. Хекхаузен, К. Хорні.

Однак, огляд психологічних досліджень, присвячених мотивації майбутніх психологів під час професійної підготовки, вказує на брак досліджень, які б спеціально вивчали цю тему в умовах воєнного часу.

Таким чином, обраність теми професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни обумовлена зростаючою потребою у кваліфікованих фахівцях для психологічної підтримки населення, а також недостатньою кількістю досліджень, що аналізують вплив воєнного контексту на мотивацію студентів у їхній професійній підготовці.

Гіпотеза дослідження — професійна мотивація студентів-психологів в умовах війни знижена під впливом стресових факторів та потребує розвитку готовності надавати психологічну допомогу постраждалим групам населення.

Метою дослідження є вивчення особливостей професійної мотивації у студентів-психологів в умовах війни.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний огляд літератури для з'ясування сутності поняття «мотивація», окреслити різні типи мотивації та проілюструвати значення професійної мотивації як важливого елементу розвитку професійних компетентностей майбутніх психологів в умовах війни.

2. Емпірично дослідити особливості професійної мотивації у студентів, які вивчають психологію під час воєнного стану.

3. На основі результатів емпіричного дослідження розробити практичні рекомендації щодо посилення професійної мотивації майбутніх психологів в умовах війни.

Об'єкт дослідження - професійна мотивація майбутніх психологів під час воєнного стану.

Предмет дослідження — психологічні особливості професійної мотивації у студентів, які вивчають психологію, в умовах війни.

Методи дослідження. Для вирішення визначених завдань у даному дослідженні використовувалися наступні наукові методи: аналіз теоретико-методологічних літературних джерел, психодіагностичне тестування, анкетування та методи статистично-математичної обробки отриманих результатів.

Експериментальна база дослідженні: для перевірки достовірності висунутої гіпотези було здійснено дослідження, учасниками якого стали 42 студентів різних курсу факультету соціальних наук Національного університету «Запорізька політехніка», віком від 18 до 33 років, серед яких 37 жінки та 5 чоловіків.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці рекомендацій для покращення мотивації студентів-психологів в умовах війни, зокрема для адаптації навчальних програм, створення психологічної підтримки та підвищення стійкості студентів до стресу. Це сприятиме ефективнішій підготовці висококваліфікованих психологів, готових ефективно працювати з постраждалими від війни.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, список використаних джерел, що налічує 35 найменувань, а також 5 додатків. Загальний обсяг роботи становить 84 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ
ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ В
УМОВАХ ВІЙНИ

1.1. Феномен поняття мотивація особистості у психологічній літературі

Вивчення психологічної літератури про мотивацію показує, що вона є фундаментальним питанням у психології. Її важливість підкреслюється постійним вивченням ключових теорій та дослідженнями відомих науковців, які часто розглядають аспекти мотивації та людської поведінки, особливо в контексті освіти. Так, освітня діяльність посідає провідне місце в системі мотивації, оскільки мотиви, пов'язані з навчанням, є одними з перших, які стимулюють участь людини у різних видах діяльності.

З точки зору методології, мотивація - це складний психологічний конструкт, що охоплює не тільки власне мотивацію, але й мотиви, потреби, інтереси, прагнення, переконання, установки, контекстуальні чинники, а також цілеспрямовану полімотивацію [26]. Термін «мотивація» має багату спадщину як в українській, так і в зарубіжній психологічній літературі. Сформувався дві основні наукові школи щодо мотивації. Перша розглядає мотиви та мотивацію як стійкі, зумовлені особистістю риси, які регулюють дії в різних сценаріях. Друга сприймає їх як ситуативні константи, що формують поведінкові тенденції.

До видатних зарубіжних авторів теорії мотивації належать Ф. Гілбрет, Л. Гілбрет, Е. Мейо, О. Шелдон, Ф. Тейлор та Т. Емерсон. Українські вчені, такі як Л. Бондар, Т. Левченко, Т. Кудрін та О. Третяк, також зробили значний внесок у дослідження цього напрямку.

Ранні теорії мотивації ґрунтувалися на історичному досвіді та поведінці людини, досліджуючи моральні стимули, примус та матеріальну винагороду.

Відомим прикладом є підхід «батога і пряника», який залишається ефективним і сьогодні, де «батіг» представляє страх перед покаранням, а «пряник» символізує свободу і автономію в діях [23].

Змістовні теорії мотивації класифікують потреби за категоріями, такими як ієрархія потреб Абрахама Маслоу, теорія Клейтона Альдерфера (існування, спорідненість, зростання), теорія набутих потреб Девіда МакКлелланда та двофакторна теорія Фредеріка Герцберга [33]. Ієрархія Маслоу, заснована на біхевіоризмі (вивченні людської поведінки та факторів, що на неї впливають), включає наступні принципи:

1. Люди природно відчують постійні потреби;
2. Ці потреби можна класифікувати;
3. Потреби мають певну ієрархію;
4. Люди діють, коли їхні потреби незадоволені;
5. Задоволена потреба поступається місцем іншій, вищій потребі;
6. Потреби мають бути пріоритетними для задоволення;
7. Вищі потреби стають активними лише тоді, коли задоволені нижчі;
8. Вищі потреби легше задовольнити за допомогою різноманітних засобів, ніж нижчі.

Теорія Маслоу виділяє п'ять основних категорій потреб:

- Фізіологічні потреби (їжа, вода, житло, одяг, тепло, сексуальні потреби);
- Безпека та захищеність (захист від фізичних та психологічних загроз);
- Соціальна приналежність (зв'язок із соціальними групами, такими як сім'я, навчальні заклади або робочі місця);
- Повага та визнання (отримання поваги від інших та самоповаги);
- Самоактуалізація (реалізація особистих цілей та амбіцій)[33].

Теорія Клейтона Альдерфера також класифікує людські потреби на існування, спорідненість та зростання, що нагадує ієрархію Маслоу [8]. Однак Альдерфер допускає гнучкість, припускаючи, що якщо одна потреба незадоволена, інша, задоволена потреба, може мати пріоритет.

Теорія набутих потреб Девіда МакКлелланда зосереджується на досягненні, приналежності та владі. Потреба в досягненні притаманна людям з чітко визначеними цілями, які прагнуть досягти їх більш ефективно. Такі люди зосереджені на високоякісній роботі і часто надають перевагу індивідуальній роботі. Потреба в афіліації стосується тих, хто шукає позитивних стосунків з іншими і чутливий до чужої думки. Потреба у владі характеризує людей, які прагнуть впливу, або для того, щоб мати владу, або для досягнення організаційних цілей[8].

Двофакторна теорія Фредеріка Герцберга часто вважається «новою моделлю мотивації», оскільки вона визначає пов'язані з роботою фактори, що впливають на мотивацію та продуктивність, класифікуючи їх як мотиваційні або гігієнічні [36].

Тема мотивації та мотивів вже давно займає центральне місце в психологічних дослідженнях. Ці поняття розглядалися з перших днів існування психології. Наприклад, В. Вундт досліджував мотиви і дійшов висновку, що вольовий акт складається з почуттів і уявлень, причому уявлення ініціюють діяльність, а почуття виступають у ролі перешкод. Мотивація починається з мотивів, які визначаються як рушійна сила дій, що спонукають до активності. Різні мотиви, такі як самоствердження, почуття відповідальності та інтерес до самої діяльності, спонукають людей до дій [26].

Однак мотивація охоплює більше, ніж мотиви; ситуативні елементи (наприклад, характер діяльності або вплив інших) також відіграють певну роль [32]. Мотивація розуміється через узгодження дій і причин, що лежать в їх основі, включаючи емоційні стани, мотиви, наміри та очікування, які керують особистою активністю, спрямованою на екзистенційні рівні або на індивідуальну ідентичність і зовнішній світ. Незважаючи на різні погляди на дослідження мотивації, існує загальноприйнятий підхід до розуміння структури та природи мотивації, хоча мотиви залишаються дуже особистими

[36]. Незважаючи на те, що існує безліч теорій мотивації, їх можна розділити на три основні типи:

- а) первинні теорії - засновані на історичному досвіді та трудовій поведінці;
- б) змістовні теорії - відображають сутність людських потреб;
- в) процесуальні теорії - пов'язані з винагородою.

Мотивація є основною рушійною силою людської діяльності, в тому числі й професійної [16]. Вона є вирішальним фактором успіху в навчанні та професійному зростанні молодих людей. Формування позитивної академічної мотивації у студентів є життєво важливим для особистісного розвитку та ефективної підготовки до кар'єри. Академічна та професійна діяльність є центральними у вищих навчальних закладах, метою яких є підготовка висококваліфікованих фахівців. Попит на вищу освіту відображає суспільну потребу, що відповідає сучасному прогресу, а навчальні заклади задовольняють цей попит через структуровану освіту та систему професійних знань для оволодіння ними.

Структура і сутність освіти відображають різноманітні потреби людини, такі як професійно-інтелектуальна потреба (цікавість до знань) і бажання здобути вищу освіту (прагнення до суспільного становища). Вища освіта зосереджена на здобутті наукових і кар'єрних знань, позиціонуючи професійно-інтелектуальний потяг як основний чинник мотивації студента до навчання [7].

Розуміння різних мотивів академічної активності має вирішальне значення, оскільки вони впливають на якість професійної підготовки. До таких мотивів належать допитливість, кар'єрні прагнення, творчі досягнення, широкі соціальні цінності, прагнення до особистого визнання, самореалізації та фінансові стимули.

Однією з основних мотивацій серед сучасних студентів є інтелектуальна допитливість. Молоді люди прагнуть поглиблювати свої знання, розвивати компетенції та аналітичні здібності. Під час навчання вони

заглиблюються в нюанси обраної професії, формуючи чітке уявлення про свою майбутню роль.

Формування професійної мотивації у студентів відбувається поетапно, а свідоме та обдумане рішення щодо вибору професії відіграє ключову роль у життєвій траєкторії людини.

Вивчення мотивації студентів є особливо актуальним у період становлення особистості (17-22 роки), коли продовжується формування важливих аспектів особистості. Мотивація - це сукупність зовнішніх і внутрішніх сил, які спонукають до дії, спрямовуючи людину до конкретних цілей [8]. Розвиток позитивної академічної мотивації має важливе значення як для особистісного зростання, так і для ефективної підготовки до кар'єри.

Оскільки мотивація є фундаментальною для академічного успіху, підтримка високого рівня мотивації у студентів є життєво важливою для створення продуктивного навчального середовища. Викладачі у вищих навчальних закладах часто стикаються з проблемами, коли студентам бракує зосередженості та послідовності, що часто є наслідком недостатньої мотивації.

Мотиваційні чинники в освіті зазвичай класифікують як внутрішні та зовнішні. Внутрішня мотивація пов'язана з вродженою допитливістю і задоволенням від процесу навчання, що приносить емоційну винагороду («Мені подобається дізнаватися щось нове»). Сильна внутрішня мотивація сприяє самостійному залученню до навчальної діяльності.

І навпаки, навчання, кероване зовнішніми мотивами, часто не має прямого зв'язку з самим змістом, натомість спрямоване на зовнішні винагороди, такі як високі оцінки, наукові ступені, стипендії чи схвалення з боку однолітків і викладачів. Коли переважають зовнішні чинники, навчальні матеріали можуть не мати особистого значення, що може перешкоджати залученню студента до навчання та професійного розвитку.

Вивчення мотиваційного ландшафту сучасних студентів є нагальною проблемою в психології. Мотивація залишається ключовим елементом

академічної успішності, проте вона варіюється на різних етапах навчання, адаптуючись у міру того, як студенти просуваються від вступу до випуску зі зміною академічних і кар'єрних цілей. Невідповідна мотивація може призвести до зниження академічної успішності.

У сучасному контексті освіта повинна виходити за рамки передачі знань, навичок і досвіду з конкретних предметів. Вона також має сприяти зростанню учнів як активних членів суспільства, які несуть відповідальність за власне життя, життя тих, хто їх оточує, і розвиток суспільства в цілому. Таким чином, результатом освіти є не просто академічний успіх, а всебічний розвиток потреб і рушійних сил особистості [18].

С.Д. Максименко глибоко розглядає взаємозв'язок цілей і мотивів, зазначаючи: «Мета - це те, до чого людина прагне, заради чого працює, чого прагне досягти, чого прагне досягти. Без мети неможлива цілеспрямована дія. Життя повноцінне лише тоді, коли є безперервне прагнення до мети; без неї життя втрачає свою жвавість і привабливість» [1].

Мотив - це внутрішня сила, яка спонукає людину до дії. Мотиви поведінки впливають як з базових, так і з культурних потреб, надаючи відчуття спрямованості. Потреби породжують інтереси, які спрямовують увагу людини до певних сфер знань або майстерності.

Мотивація може варіюватися від базових потреб, таких як їжа, одяг і житло, до інтелектуальних і культурних потреб, включаючи прагнення до знань, соціальної активності та естетичного сприйняття. Мотивація може також відрізнятися залежно від часу: деякі цілі спрямовані на негайне досягнення, а інші плануються на довшу перспективу.

Мотиви також різняться за ступенем усвідомлення. Деякі з них чітко усвідомлюються, наприклад, зобов'язання перед громадою, почуття відповідальності або дисципліна, тоді як інші, такі як звички або неявні упередження, можуть діяти несвідомо. Незалежно від рівня усвідомлення, мотив залишається ключовим фактором у досягненні цілей.

Соціальний контекст, а також стосунки на роботі, в навчанні та громадській діяльності формують цілі та мотивації людини. Існує взаємний вплив між цілями та мотивами: вони спонукають людей діяти, визначаючи спрямованість і спосіб їхніх зусиль, але водночас формуються під впливом умов, що оточують їхню участь у цій діяльності.

Таким чином, професійна мотивація є вирішальним фактором, що визначає успішність індивіда в його кар'єрі та особистісному розвитку. Вона формує бажання досягати нових вершин, розвивати навички та впроваджувати інновації в професійній діяльності. Внутрішня мотивація, зокрема інтерес до обраної професії та прагнення до самоактуалізації, спонукає до активності та глибшого залучення в роботу. Водночас зовнішні чинники, такі як соціальне визнання, фінансові винагороди та можливості кар'єрного зростання, також грають важливу роль у формуванні професійної мотивації. Розуміння цих аспектів дозволяє створювати сприятливі умови для розвитку працівників, підтримуючи їхні цілі і прагнення, що, в свою чергу, веде до підвищення продуктивності та задоволеності від роботи. Крім того, активна підтримка професійної мотивації є критично важливою для забезпечення успіху як окремих фахівців, так і організацій у цілому.

1.2. Теоретичні основи професійної мотивації особистості

Стрімкий темп сучасного життя, який є наслідком безперервного прискорення науково-технічного прогресу та змін у суспільстві, змушує людей постійно підвищувати свою кваліфікацію, оновлювати знання та адаптуватися до нових вимог. Швидкий розвиток технологій та високий рівень конкуренції на ринку праці стимулюють фахівців до постійного вдосконалення, розширення своїх знань та підвищення професійної майстерності. Кожен, хто прагне бути успішним і затребуваним, має не лише глибокі знання у своїй галузі, але й здатність швидко адаптуватися до нових умов. Мотивація відіграє ключову роль у здатності фахівця відповідати цим

високим вимогам. Людина, яка має внутрішній стимул і бажання досягати поставлених цілей, здатна ефективніше виконувати свої обов'язки, досягати кращих результатів і демонструвати високий рівень продуктивності. Мотивована особистість краще підготовлена до подолання будь-яких перешкод, вона активніше шукає нові знання, креативно підходить до вирішення завдань, здатна зосереджуватись на важливих аспектах роботи. Здатність визначати пріоритети, ставити перед собою цілі, дотримуватися високих стандартів ефективності та відповідати за результати своєї роботи є основними факторами успішної кар'єри та особистісного зростання. Одже, мотивація є одним із найбільш важливих елементів у досягненні успіху на сучасному ринку праці.

Наукові дослідження у сфері мотивації показують, що існує безліч трактувань та підходів до розуміння професійної мотивації. Це свідчить про її складність і багатогранність як явища, що впливає на життя та діяльність людини. Вчені, такі як Є. Клімов, С.Каверіна, А. Сухарєв, В. Шегуров, розглядають професійну мотивацію як складний багаторівневий та ієрархічний процес, у якому поєднуються потреби, мотиви, емоції та особистісні установки. Вони вважають, що цей процес охоплює як зовнішні, так і внутрішні аспекти, і включає безліч факторів, що впливають на загальну мотиваційну систему особистості [14]. Є.Ільїн наголошує, що основою професійної мотивації є особисті стимули, які впливають на вибір кар'єри, відповідальність при виконанні обов'язків та пріоритети при виборі робочого місця. На його думку, професійна мотивація визначає, як людина ставиться до роботи, наскільки вона зацікавлена в успішному виконанні завдань та у яких сферах бачить можливості для розвитку [31]. Н.Іванова акцентує увагу на тому, що мотивація має складний характер і є поєднанням різноманітних мотивів, які залежать від особистих якостей, інтелектуального потенціалу та рис характеру. Вона вважає, що професійна мотивація безпосередньо впливає на поведінку людини, визначаючи її здатність адаптуватися до різних робочих ситуацій та успішно вирішувати поставлені завдання [3]. А. Маркова

бачить професійну мотивацію як «силу, що підштовхує людину до активних дій, спрямованих на досягнення конкретних цілей, вдосконалення навичок та набуття нових компетенцій», тим самим створюючи підґрунтя для подальшого професійного зростання [16].

Сучасні концепції мотивації зосереджуються на таких ключових поняттях, як «збагачення змісту роботи», «гуманізація трудових процесів», «залученість працівників» та «якість трудового життя». Зміст праці, яка має сенс для працівника, підвищує його мотивацію та задоволення від виконуваних завдань. Відповідні умови праці, що підтримують активну участь та розвиток працівників, сприяють формуванню стійкої мотивації до досягнення результатів та самовдосконалення. Історично важливий внесок у розвиток сучасного підходу до мотивації зробили такі зарубіжні дослідники, як Ф. Гілбрет, Л. Гілбрет, Г. Емерсон, Я. Кондо, Ф. Тейлор, М. Фоллетт, а також відомі українські та російські вчені М. Вольський, С.Єрохін, А. Колот, С.Москвичов, О. Тимченко, М. Туган-Барановський. Їхні дослідження сприяли кращому розумінню мотивації на робочому місці та її зв'язку з продуктивністю праці, задоволенням від роботи та загальною якістю трудового життя. Вони наголошують на важливості створення умов, які сприяють внутрішньому прагненню людини до ефективної праці.

Окремі дослідники, такі як Є. Клімов, О. Маркова, Т. Мухамбехов, В. Степанський, звертають увагу на мотивацію як ключовий фактор професійного розвитку та адаптації [7]. Інші, зокрема С. Карташов, П. Журавльов, М. Маусов, підкреслюють, що робота є для багатьох професіоналів засобом задоволення не тільки матеріальних, але й особистісних потреб. Вони вказують, що ці потреби формуються під впливом культурних, моральних, етичних та соціальних чинників, зокрема сімейного виховання та раннього життєвого досвіду, що формує світогляд особистості [15].

В. Сич звертає увагу на те, що сучасний професіонал повинен мати високу мотивацію, автономність, стійкість до труднощів, інноваційний підхід

у вирішенні завдань, здатність до постійного навчання та саморозвитку [18]. Прагнення досягати поставлених цілей, здобувати нові знання та самореалізуватися є вирішальними аспектами для успішної кар'єри. Він наголошує на важливості того, щоб фахівець залишався конкурентоспроможним, здатним до швидкого реагування на зміни та переорієнтації на нові завдання. За його словами, професійна мотивація має змінюватися та розвиватися на різних етапах кар'єри: від початкового ентузіазму до зрілої, обдуманого мотивації, що відповідає особистим та професійним потребам. Вона формується під впливом багатьох факторів, зокрема інтересу до характеру роботи, актуальності мотивів для особистості та їхньої важливості для досягнення ефективних результатів. Особистісні якості, які сприяють успіху, такі як відповідальність, вміння організувати себе та високий рівень залученості, також відіграють важливу роль у мотивації працівника.

Ф. Герцберг виділив серед факторів, що впливають на мотивацію, ті, які сприяють задоволенню від роботи, і ті, які призводять до незадоволення. Задоволення від роботи є ключовим фактором, що визначає рівень продуктивності, а також залученість працівника до процесу. В. Бодров вважає, що професійні завдання формують внутрішню мотивацію, стимулюючи працівника до самовдосконалення [24], тоді як О'Тул та Нісборі наголошують на важливості творчості, залучення до процесу та якісної комунікації, що створюють привабливі умови для професійного розвитку та ефективного виконання обов'язків [6].

О. Козієвська стверджує, що самооцінка своїх професійних здібностей є ключовим фактором, який стимулює людину до активного професійного зростання і сприяє формуванню уявлення про ідеальне професійне «Я» [17]. Висока самооцінка підвищує мотивацію до досягнення поставлених цілей і стимулює прагнення до самовдосконалення, оскільки особа починає чіткіше розуміти свої сильні сторони та області для розвитку. Професійна мотивація формується під впливом численних чинників, зокрема особистісних

характеристик, соціальних відносин та ситуаційних обставин, які впливають на індивідуальні прагнення та пріоритети. На цей процес також впливають умови робочого середовища, які можуть або сприяти професійному розвитку, або, навпаки, стримувати його.

Важливість цього аспекту підкреслює М. Вольський, який наголошує на необхідності створення оптимальних моральних, фізичних та інтелектуальних умов на робочому місці для забезпечення повної реалізації потенціалу співробітників [8].

О. Кальчук визначає основні функції професійної мотивації, серед яких виділяються активізація, спрямування та регуляція дій [9]. Ці функції забезпечують спрямованість поведінки в межах виконання професійних обов'язків і є необхідними для досягнення ефективних результатів. Активізація є основною функцією, яка пробуджує бажання до дії, в той час як спрямування формує чітке бачення кінцевих цілей, до яких прагне індивід. Регуляція, в свою чергу, забезпечує контроль за ходом виконання завдань, дозволяючи своєчасно вносити корективи для підвищення продуктивності [19]. Н. Іванова додає, що ці функції також мають організуючий та коригуючий аспекти, що сприяє більш системному підходу до професійної діяльності. Дослідники особливо підкреслюють активізуючу та регулюючу ролі мотивації, які є фундаментальними для досягнення результатів і забезпечення постійного професійного розвитку.

Для більш глибокого розуміння мотиваційних процесів С. Єрохін, Ю. Нікітін та І. Нікітіна запропонували класифікацію мотивації на кілька стадій: ініціація (або спонукання до дії), вибір (постановка цілей), виконання (регулювання та контроль процесу досягнення цілей) і після виконання (оцінка результатів та формування мотивації для подальших дій). Цей підхід дозволяє структурувати мотиваційні процеси, які проходить індивід під час професійної діяльності, що сприяє досягненню гармонії між особистими амбіціями і професійними вимогами. Ключовими елементами цього процесу є інтерес, почуття обов'язку та самооцінка, які формують основу для

успішної реалізації будь-якого професійного завдання. Саме ці компоненти мотивують працівника до досягнення поставлених цілей, надаючи йому впевненості у власних силах та прагнення до подальшого розвитку [16].

Е. Ільїн у своєму дослідженні поділяє мотивацію на зовнішню та внутрішню, наголошуючи на різних джерелах їхнього виникнення. Зовнішня мотивація ґрунтується на впливі зовнішніх чинників, таких як матеріальна винагорода, суспільне визнання або інші форми заохочення, що приходять ззовні. Внутрішня мотивація, навпаки, впливає з внутрішніх потреб і бажань людини, таких як інтерес до діяльності, задоволення від процесу роботи або прагнення до особистісного зростання [6]. Є. Чугунова пропонує поділ мотивації на домінантну, ситуативну та конформістську, що відображає різноманітність підходів до класифікації мотивів залежно від умов та обставин [29].

Румунська дослідниця К. Замфір, зі свого боку, виділяє три типи мотивації: внутрішню, позитивну зовнішню та негативну зовнішню. Внутрішня мотивація фокусується на особистих інтересах та задоволенні від роботи, тоді як позитивна і негативна зовнішня мотивація спрямована на досягнення заохочень або уникнення покарань відповідно. А. Маркова зазначає, що мотивація включає прагнення, очікування, наміри, професійне покликання, внутрішні рушійні сили та цінності, які забезпечують більш комплексне розуміння мотивів [24].

Модель мотивації В. Герчикова підкреслює переважання внутрішніх мотиваторів над зовнішніми, що має велике значення для ефективності професійної діяльності. Він виділяє кілька типів мотивації: інструментальна, професійна, управлінська, патріотична та мотивація уникнення, що охоплює широкий спектр мотивів, які спонукають людину до виконання своїх професійних обов'язків [7]. Джон Барбуто та Річард Шолл також пропонують свою модель мотивації, в якій визначають п'ять основних джерел: внутрішню мотивацію, інструментальну, зовнішню Я-концепцію, внутрішню Я-концепцію та інтерналізацію цілей [35]. Ці моделі показують різноманітність

підходів до розуміння професійної мотивації, акцентуючи увагу на внутрішніх потребах і переконаннях, що формують стійке бажання досягати професійних успіхів.

Професійна мотивація є багатогранною і динамічною системою, що виступає потужним джерелом енергії для професійної діяльності. Вона базується на потребах, які постійно змінюються і відображаються на мотиваційній структурі особистості. М. Туган-Барановський класифікує ці потреби як фізіологічні, статеві, альтруїстичні, симптоматичні інстинкти та практичні потреби, які забезпечують задоволення базових життєвих вимог [2]. С. Рубінштейн, своєю чергою, вважає, що саме потреби є основою будь-якої мотиваційної діяльності, оскільки вони відображають фундаментальні людські прагнення, що стимулюють до активної діяльності.

Дослідження демонструють, що професійні мотиви змінюються в процесі розвитку кар'єри, що відображає динамічність професійної мотивації. В. Іванников зазначає, що мотивація тісно пов'язана з професійним зростанням, яке, своєю чергою, стимулює особистість до постійного вдосконалення та розвитку [11]. В. Ковальов розглядає, як мотиваційні зрушення синхронізуються з поступовим зростанням самосприйняття особистості, що сприяє формуванню більш зрілих та свідомих мотивів [25]. Це доводить, що мотивація змінюється в процесі професійного розвитку, підлаштовуючись під зміну цінностей та пріоритетів особистості.

Таким чином, професійна мотивація є складним і багатокомпонентним процесом, що розвивається під впливом різноманітних потреб та мотивів, пов'язаних з роботою. Вона допомагає зрозуміти тонкощі мотиваційних механізмів, які сприяють професійному зростанню та успішній реалізації особистості у професійному середовищі. Це відкриває нові перспективи для розробки психологічних підходів, спрямованих на зміцнення мотивації в трудовій діяльності та підвищення ефективності роботи [27].

1.3. Основні складові професійної мотивації у майбутніх психологів

Теоретичний розгляд особистісного та професійного самовизначення студентів-психологів свідчить про те, що початковий етап професійного становлення передбачає вибір сфери професійної діяльності, визначення своєї ролі в професійній спільноті, соціальну адаптацію та досягнення самореалізації як ефективного члена суспільства [14].

Дослідження, проведені С. Максименко, ілюструють, що мотиваційно-потребовий вимір являє собою складне психологічне явище, в якому домінуючи мотиви формують спрямованість характеру особистості. Мотиваційно-особистісний компонент пов'язаний з розвитком навчальних мотивів та особистісних якостей майбутніх фахівців, а також їхніх професійних цілей, оскільки і мотиви, і цілі виступають вирішальними детермінантами поведінки [22].

Успіх у різних починаннях залежить не лише від здібностей і знань, а й від прагнення до самоствердження, прагнення досягти високих стандартів. Мотивація впливає на потенційні можливості людини, рівень її залученості або відстороненості від виконання професійних завдань, впливає на її професійне зростання [24].

Як особистісна риса, професійна мотивація складається з системи цілей і потреб, які спонукають студента до активного навчання, набуття навичок та усвідомленої відданості своїй професії. Вона виконує роль компенсаторного фактора: в умовах недостатнього розвитку здібностей мотивований студент може досягти більшого успіху, ніж його талановитий одноліток, якому бракує професійної мотивації. Отже, цілеспрямоване формування професійної мотивації у студентів є одним із найважливіших завдань вищих навчальних закладів [16].

Ефективність професійного розвитку студента залежить від його ініціативності та наявності відповідних мотивів. У дослідженні Г.В.Дьяконова до значущих чинників, що впливають на професійну

спрямованість психологів, віднесено мотиви їхнього вибору професії. Первинними мотивами для студентів-психологів-початківців є бажання допомагати іншим, потреба в особистісному зростанні, інтерес до психології як до нової галузі знань та прагнення здобути шановану роль «практикуючого психолога» (наприклад, психотерапевта або консультанта). Ці мотиви значною мірою формуються під впливом підліткових особливостей і пов'язані з прагненням до самопізнання та пошуком психологічних порад. Крім того, часто бракує ясності щодо характеру та обсягу професійних обов'язків психолога, а також існують хибні уявлення про психологію та психологів [14].

Сучасний ринок праці вимагає нового підходу до професійної освіти, заснованого на тісній співпраці з сектором освітніх послуг. Така необхідність зумовлена тим, що соціально відповідальне ведення бізнесу вимагає якісно нового рівня професійної мотивації особистості. Сьогодні відповідальність за результати своєї праці, здатність самостійно здобувати необхідні знання та творчо застосовувати їх на практиці є життєво важливими для професійного та кар'єрного зростання молодих людей.

Вища фахова освіта відіграє фундаментальну роль в інтегрованій системі безперервного професійного навчання в умовах жорсткої конкуренції на ринку праці. Розвиток професійної мотивації у студентів має вирішальне значення для підвищення їхньої конкурентоспроможності на ринку праці. Важливість цього питання зростає в умовах системної суспільної кризи. Економічна нестабільність і соціальна незахищеність можуть підірвати особистість і призвести до таких негативних явищ, як алкоголізм, наркоманія та ігроманія. Крім того, сучасні стандарти вступу до університетів іноді призводять до того, що молоді люди роблять імпульсивний і невідповідний вибір кар'єри. Тому процес виховання професійної мотивації потребує модифікації, управління та підкріплення з боку педагогів, батьків, академічних лідерів та суспільства в цілому [21].

Важливим аспектом професіоналізму є мотивація роботи. Існує кілька потенційних мотивацій; деякі з них є конструктивними та доречними, а інші – шкідливими. Наявність хибних мотивів – часто егоцентричних – може призвести до поганої професійної діяльності, а в деяких випадках і до дій, які можуть завдати шкоди клієнтам/пацієнтам/замовникам. Така негативна мотивація може також призвести до неетичної поведінки в межах професійної діяльності. На противагу цьому, позитивна мотивація, як правило, призводить до високоякісної роботи і справжнього служіння іншим, а також до особистої самореалізації професіонала. Отже, дуже важливо замислитися над своїми мотивами в роботі.

Основною рушійною силою професійних зусиль має бути намір служити іншим. Цей мотив нерозривно пов'язаний з професійними обов'язками; можна сказати, що він є «вродженим». Кожен професіонал володіє специфічним досвідом, який він застосовує на благо інших. Медичні працівники, адвокати, інженери та освітяни присвячують свій час та енергію допомозі іншим. Їхня праця гідна похвали, якщо вона ефективно служить тим, хто шукає допомоги. Це служіння має бути головною мотивацією їхньої професійної діяльності. Хоча для професіоналів цілком виправдано мати додаткові цілі, окрім служіння іншим (адже ніхто не очікує, що вони працюватимуть безоплатно), нехтування справжнім благополуччям клієнтів (включаючи пацієнтів, клієнтів, студентів і т.д.) було б значним недоліком.

Особисте задоволення відноситься до більш спрямованої на себе мотивації: почуття досягнення, яке людина відчуває, завершуючи щось значуще і цінне. Це нормально і здорово – відчувати насолоду або задоволення від усвідомлення своїх талантів і сильних сторін на роботі, відчувати себе уповноваженою особою. Це почуття досягнення посилюється, коли людина стикається з викликами, долає перешкоди, впроваджує інновації або вдосконалює попередні зусилля. Тому для людей є типовим прагнення виконувати ролі, які вони вважають цікавими та складними, що дозволяє їм вдосконалювати свої таланти та сприяти інноваціям і зростанню [15].

Освітній досвід суттєво впливає на професійну орієнтацію майбутніх психологів, особливо в сучасних умовах, які за своєю суттю є проблемно-орієнтованими. Студентам не пропонують «єдино правильну» інтерпретацію людини та світу, а заохочують до вироблення власної точки зору на професійні та життєві виклики шляхом ретельного вивчення та самостійного пошуку. Враховуючи творчий характер майбутньої професійної діяльності психолога, нереалістично очікувати від нього готових рішень щодо формулювання завдань чи стратегій вирішення проблем. Пошук роботи після закінчення навчання, успішне працевлаштування та професійне самовизначення також залежать від індивідуальних здібностей та зусиль молодого фахівця. Важливим завданням вищої освіти, окрім надання знань і навичок, є формування особистості фахівця та підтримка його ідентифікації з обраною професією [16].

Мотивація варіюється залежно від того, на що спрямовані зусилля людини. Вона слугує поштовхом для поведінки людей. Точніше кажучи, мотивація підвищує ефективність будь-якої діяльності. Методи впливу відрізняються залежно від сфери застосування. Обдумуючи майбутню професію, чи часто ми замислюємося над тим, наскільки цей вибір відповідає нашим психологічним і фізіологічним особливостям? Чи справді нас мотивують конструктивні чинники, і чи не пошкодуємо ми згодом про своє рішення? Як неправильна мотивація може вплинути на нашу майбутню професійну діяльність? Можливо, ми не часто замислюємося над цими питаннями, і це дуже прикро. Багато психологів вивчали професійну мотивацію, і всі вони сходяться на думці, що вона є життєво важливою складовою успішної діяльності та самореалізації як у професійному, так і в особистісному зростанні [4]. Тому психологи-початківці та всі, хто прагне побудувати успішну професійну кар'єру, повинні бути обізнані з найважливішими аспектами професійної мотивації. Професійна мотивація, або мотивація до професійної діяльності, пов'язана зі специфічними стимулами, які впливають на вибір кар'єри та постійне залучення до

виконання відповідних обов'язків, або ж із взаємодією внутрішніх і зовнішніх сил, які спонукають людей до роботи і надають їй напрямок для досягнення конкретних цілей.

Як правило, мотивація до професійної діяльності розвивається через різні фази, кожен з яких характеризується своєю унікальною структурою професійної мотивації [15]:

- Фаза вибору професії або напряму навчання;
- Фаза вибору місця роботи;
- Фаза безпосередньої участі у професійній діяльності.

На виконання людиною роботи в тій чи іншій мірі впливає весь комплекс мотивів, які діють на неї на кожному з цих етапів. Мотиви, пов'язані з трудовою діяльністю, сприяють формуванню мотивів вибору професії, які в подальшому визначають вибір місця роботи.

За класифікацією Є. С. Чугунова, можна виділити кілька типів мотивів професійного вибору:

- Домінантний тип професійної мотивації - позначає стійкий інтерес до обраної професії. Цей інтерес суб'єктивно відображається «в позитивному емоційному тонусі, що супроводжує процес навчання, втілюється в прагненні зрозуміти і отримати більше уявлень про предмет, який став значущим».
- Ситуативна мотивація виникає внаслідок життєвих обставин, які можуть не збігатися з інтересами особистості. На цей тип мотивації можуть впливати економічні умови в сім'ї, які часто характеризуються терміновістю.
- Конформістські (сугестивні) типи професійної мотивації - формуються під впливом соціальних впливів (таких як сім'я, друзі, знайомі).

К. Замфір виділяє три компоненти в структурі трудової мотивації[23]:

1) Внутрішня мотивація (ВМ) - мотивація, яка виникає з індивідуальних потреб і безпосередньо пов'язана з процесами та результатами роботи, виконується добровільно і з задоволенням.

2) Зовнішня позитивна мотивація - включає мотивації, які опосередковано пов'язані з результатами та процесами роботи. Сюди входять «матеріальні стимули, просування по службі, визнання з боку колег або груп, престиж і винагороди, до яких, на думку людей, вони повинні прагнути».

3) Зовнішня негативна мотивація - включає в себе мотиви, які не пов'язані безпосередньо з процесом або результатами роботи, але несуть негативний емоційний аспект, спрямований на уникнення: покарання, критика, звинувачення, штрафи тощо. Незважаючи на те, що існує багато точок зору щодо професійної мотивації, більшість з них можна звести до підкреслення важливості як зовнішніх мотиваторів, так і внутрішніх потреб.

Відсутність мотиваторів, пов'язаних із суттю та характером роботи, зазвичай не призводить до незадоволення працівників. Однак їхня наявність може суттєво підвищити задоволеність роботою та надихнути працівників до необхідних дій, що сприятиме підвищенню ефективності. Зменшення кількості мотивуючих факторів, ймовірно, може бути пов'язане з обмеженою кількістю годин у навчальному навантаженні (порівняно з традиційним очним навчанням), яке надає студентам можливості для самовираження та особистісного зростання [24].

Наразі формування мотивації до навчання у студентів є важливою вимогою, що зумовлено складними суспільними процесами та відповідальністю освітян за якість професійної підготовки. Численні мотиви спрямовують діяльність, і ця сукупність, разом із внутрішнім процесом спонукання, називається мотивацією. Це психологічний регуляторний механізм, що впливає як на спрямованість діяльності, так і на енергію, мобілізовану для її виконання, представляючи собою початкову фазу розумової та фізичної активності [12,13].

Самомотивація ґрунтується як на зовнішніх, так і на внутрішніх стимулах, що спонукають до пізнавальної активності. Людина стає активною лише тоді, коли напрямок її зусиль збігається з цілями особистого розвитку.

Робота може не надихати, якщо вона здається монотонною та рутинною. Важливо розуміти, що робота не є самоціллю, а її результати дають матеріальну винагороду.

Важливо усвідомлювати, що працевлаштування відкриває можливості, які не обмежуються лише фінансовою вигодою. Що для цього потрібно? Визначити вид діяльності, який заряджає енергією і полегшує виконання повсякденних обов'язків. Використання негативної мотивації також може бути корисним. Важливо шукати реалізацію в альтернативних сферах, де результати збігаються з внутрішніми спонуканнями людини [11].

Професійна мотивація, як риса особистості, складається з системи цілей і потреб, які спонукають студентів активно здобувати знання, розвивати навички та свідомо ставитися до своєї кар'єри. Професійна мотивація виступає компенсаторним фактором: у ситуаціях, коли компетентності не вистачає, студенти з сильною професійною мотивацією можуть досягти більшого успіху, ніж їхні компетентні однолітки, яким бракує мотивації. Тому цілеспрямований розвиток професійної мотивації студентів є першочерговим завданням вищої освіти [22].

Практичний психолог мотивується глибоким інтересом до інших людей і бажанням допомагати їм у вирішенні проблем, що виникають у спілкуванні, професійній діяльності та в житті загалом. Як зазначають В.Г. Панок і Л. Уманець, важливим механізмом цього інтересу є усвідомлення та подолання власних подібних проблем. Основу мотиваційної сфери психолога повинна складати гуманістична спрямованість особистості, яка включає в себе низку рис і якостей, зокрема альтруїстичні позиції, установки у міжособистісному спілкуванні, високу мотивацію до професії, а також переважання пізнавальних і емпатичних мотивів у роботі з клієнтами [22].

Досвід сучасних педагогів свідчить, що професійна мотивація студентів інтенсивно розвивається на третьому та четвертому курсах, особливо під час поглибленого вивчення професійно-орієнтованих дисциплін та участі в практичних заняттях. Професійну мотивацію можна

класифікувати за трьома основними компонентами: інтерес, обов'язок і самооцінка професійної компетентності. Прямі інтереси (виникають внаслідок привабливості змісту і процесів конкретної діяльності) охоплюють професійно-специфічні інтереси (пов'язані з об'єктами і процесами праці, що визначають основні функції і результати, які проявляються у вироблених товарах і наданих послугах), загальнопрофесійні інтереси (зумовлені привабливістю широких характеристик професії), інтереси, пов'язані з реалізацією романтичних бажань (ґрунтуються на уявленнях про унікальність конкретної професії), ситуативні інтереси (формується під час випадкової і нетипової діяльності) [34].

До опосередкованих інтересів (зумовлених організаційними, соціальними чи іншими атрибутами професії) належать професійно-пізнавальні інтереси (зумовлені прагненням до розуміння специфічних природничих, технічних, гуманітарних чи інших процесів і явищ), інтереси до самоосвіти (проявляються у прагненні до особистого духовного збагачення та розвитку суб'єктивних ціннісних якостей), престижні інтереси (пов'язані з уявним статусом професії), інтереси, пов'язані з перспективами кар'єрного зростання та суспільним визнанням професії, а також інтереси до актуальних можливостей (що відображають культивування професійно-ціннісних установок) [33].

Крім того, обґрунтованість професійної орієнтації студентів базується на знанні власних особистісних рис і можливостей. Пізнавальний мотив, особистісна спрямованість, професійне самовизначення, а також вплив соціального середовища на формування зрілої особистості є основними складовими професійного мотиву. Інтерес до конкретної трудової діяльності, який ґрунтується на духовних потребах і внутрішніх спонуках особистості, виявляється у підвищеній увазі до професії психолога [22].

Мотив соціальної відповідальності при виборі професії передбачає усвідомлення учнями реальної суспільної користі від занять певною діяльністю в поєднанні з почуттям особистої відповідальності за успішний

результат і готовністю протистояти можливим моральним і фізичним труднощам. Існує чотири основні категорії професійних мотивацій, які можна поділити на:

- а) відповідальність за виконання рутинних професійних обов'язків;
- б) прагнення до вдосконалення навичок в обраній сфері;
- в) інновації в роботі або організації;
- г) загальні альтруїстичні амбіції.

Процес розвитку самооцінки професійної придатності є складним і часто суперечливим. Учні можуть намагатися пов'язати свої якості з характеристиками відомих професій (через недостатню самосвідомість) або стикатися з труднощами у виборі професії, яка б відповідала їхнім потребам (через брак інформації про наявні професії). У міру дорослішання особистості багатство її самооцінки поступово зростає, однак ця трансформація не характеризується лінійним або інтенсивним процесом розвитку [34].

Дослідження показали, що очікування студентів після закінчення вищого навчального закладу пов'язані насамперед зі змістом та умовами професійної діяльності, можливостями кар'єрного зростання, задоволенням матеріальних потреб. Крім того, вони також мають соціальні очікування, які виражають їхні наміри реалізувати певні життєві плани та амбіції. Ці очікування майбутніх працівників не варто ігнорувати, а навпаки, їх необхідно враховувати, оскільки вони можуть допомогти пом'якшити первинні труднощі та покращити процес професійної адаптації. Практичний досвід показує, що труднощі в професійній адаптації можуть виникати через індивідуальні особливості молодих працівників. Численні особистісні труднощі виникають через нестабільність, невпевненість у собі та недостатню наполегливість [22].

Таким чином, внутрішня мотивація є центральним аспектом професійного становлення майбутніх психологів, оскільки вона визначає їхнє прагнення до навчання, особистісного розвитку та готовності до допомоги

іншим. Чітке усвідомлення власних мотиваційних чинників стимулює студентів до активної участі у навчальному процесі, що, в свою чергу, формує необхідні професійні навички та компетенції. Професійна мотивація дозволяє студентам досягати значних успіхів завдяки наполегливості та бажанню реалізувати себе у вибраній сфері. Тому важливість цілеспрямованого розвитку професійної мотивації у студентів не можна переоцінити — це питання не лише їхнього особистого зростання, а й підготовки конкурентоспроможних фахівців на ринку праці. Систематичне впровадження методів формування мотивації з боку викладачів і підтримка з боку суспільства є ключем до успішної професійної адаптації молодих психологів.

Висновки до першого розділу

У першому розділі розглянуто сутність професійної мотивації та її вирішальне значення для успішності індивіда в кар'єрі і особистісному розвитку. Професійна мотивація є складним і багатограним процесом, що формується під впливом різноманітних внутрішніх і зовнішніх чинників. Внутрішня мотивація, яка включає в себе глибокий інтерес до обраної професії, прагнення до самоактуалізації та бажання реалізувати свій потенціал, є центральним аспектом у професійному становленні. Ці внутрішні прагнення спонукають індивіда до активної участі в професійній діяльності, пошуку нових знань і навичок, що безпосередньо впливає на його продуктивність і задоволення від роботи.

Водночас зовнішні фактори, такі як соціальне визнання, фінансові винагороди, можливості кар'єрного зростання та підтримка з боку оточення, також грають значну роль у формуванні професійної мотивації. Ці елементи можуть значно підсилювати внутрішні спонукання, створюючи позитивне середовище для розвитку кар'єри. Розуміння цього взаємозв'язку допомагає

організаціям і викладачам розробляти ефективні стратегії для підтримки молодих фахівців у їхньому професійному зростанні.

Особливо важливою є роль професійної мотивації у підготовці майбутніх психологів. Усвідомлення власних мотиваційних чинників сприяє залученню студентів до навчального процесу, формує їхню здатність до самоаналізу і саморозвитку.

Отже, цілеспрямований розвиток професійної мотивації у студентів є критично важливим для їхнього особистісного зростання та підготовки до викликів сьогодення в умовах війни.

Таким чином, професійна мотивація є не лише індивідуальним фактором, а й важливим елементом системи підготовки психологів, що дозволяє забезпечити високий фаховий рівень. Розробка і впровадження програм, спрямованих на розвиток професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни, сприятиме успіху не тільки окремих фахівців, а й відновленню психічного здоров'я суспільства в цілому.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ВИВЧАЮТЬ ПСИХОЛОГІЮ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

2.1. Організаційні аспекти та зміст дослідження професійної мотивації у майбутніх психологів в умовах війни

Теоретичний огляд досліджуваної теми підкреслив важливість глибокого емпіричного аналізу характеристик формування професійної мотивації у майбутніх психологів в умовах війни. Урахування сучасного соціально-психологічного контексту виявилось ключовим аспектом для дослідження. Адже війна, як надзвичайна ситуація, має значний вплив на психологічну сферу студентів, що, в свою чергу, позначається на їхньому професійному виборі та мотивації.

Дослідження проводилося у три етапи восени 2024 року:

Перший етап був спрямований на аналіз наявних літературних джерел за темою, визначення основних принципів, формулювання гіпотези та створення структурованого плану дослідження. Крім того, передбачалося дослідження розвитку та особливостей мотиваційної сфери студентів-психологів, а також визначення найбільш сприятливих умов для формування професійної мотивації у майбутніх психологів під час воєнного стану.

Другий етап включав проведення емпіричного дослідження, метою якого було вивчення психологічних особливостей професійної мотивації у студентів-психологів в умовах війни. У результаті було здійснено узагальнення та аналіз отриманих даних.

Третій етап передбачав розробку корекційної програми, спрямованої на розвиток професійної мотивації у майбутніх психологів під час війни.

Для досягнення поставленої мети були вирішені наступні завдання:

1. Підбір і опис психодіагностичних методик, проведення констатувального експерименту для дослідження особливостей професійної мотивації у майбутніх психологів і аналіз його результатів.

2. Представлення кількісних і якісних даних дослідження та формулювання висновків.

У дослідженні взяли участь 42 студенти-психологи з різних курсів факультету соціальних наук Національного університету «Запорізька політехніка», віком від 18 до 33 років, серед яких 37 жінок та 5 чоловіків.

Опитування респондентів було здійснено дистанційно за допомогою Google - платформи. Під час роботи з учасниками дослідження було забезпечено дотримання етичних стандартів, зокрема принципів добровільності, конфіденційності, неупередженості, поважного ставлення та індивідуального підходу.

Психодіагностичний інструментарій дослідження, що спрямований на вивчення особливостей професійної мотивації майбутніх психологів, включає в себе низку методик, які дозволяють оцінити різні аспекти мотиваційної сфери. Список даних методик, що були використані для виконання завдань дослідження, подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Психодіагностичні методики для вивчення професійної мотивації майбутніх психологів

№	Досліджувані властивості	Діагностична методика
1	Ставлення студентів до майбутньої професійної діяльності	Авторська анкета для визначення вираженості професійної мотивації у студентів-психологів
2	Мотиви вибору професії	Методика визначення основних мотивів вибору професії (О.М. Павлютенкова)
3	Мотивація досягнення успіху та уникнення невдач	Тест мотивації досягнення успіху та уникнення невдач (Тест А. Реана)
4	Потреба у досягненнях	Тест для визначення потреби у досягненнях (Ю.М. Орлов, В.І. Шкуркін, Л.П. Орлова)

Першим інструментом у дослідженні стало використання авторської анкети, спрямованої на визначення ставлення студентів до майбутньої професійної діяльності. Анкета включала 8 запитань, які охоплювали різні аспекти мотивації, ставлення до професії психолога, а також вплив війни на професійну орієнтацію та мотиваційні фактори. Зразок авторської анкети надано у Додатку А.

Другим інструментом для дослідження стало використання методики визначення основних мотивів вибору професії, розробленої О.М. Павлютенковим. Ця методика дозволяє виявити, які саме мотиви є визначальними при виборі професії конкретним індивідом, а також розкриває внутрішні психологічні чинники, що сприяють цьому вибору. У контексті дослідження професійної мотивації студентів-психологів методика дозволяє з'ясувати, наскільки мотиви, пов'язані з потребою допомагати людям, інтересом до психології, фінансовими аспектами або іншими факторами, впливають на вибір цієї професії.

Методика складається з 18 суджень, які умовно поділяються на 9 груп мотивів. Кожна група мотивів відображає конкретний аспект професійного вибору, та включає пари суджень. Вони стосуються таких категорій, як соціальні мотиви (наприклад, бажання сприяти суспільному прогресу), моральні (прагнення до вдосконалення свого морального обличчя), естетичні (оцінка краси праці), пізнавальні (потреба оволодіти спеціальними знаннями), творчі (орієнтація на інновації та наукові досягнення), а також матеріальні, престижні і утилітарні мотиви.

Учасники дослідження оцінюють кожне судження за 5-бальною шкалою: 5 балів — «Так», що означає високий рівень відповідності цього судження до їхнього вибору професії, 4 бали — «Скоріше так, ніж ні», 0 балів — «Важко відповісти», 2 бали — «Скоріше ні, ніж так», 1 бал — «Ні». Це дозволяє точно визначити, які саме мотиви домінують у професійному виборі студентів і як ці мотиви змінюються під впливом зовнішніх факторів, таких як соціальна ситуація чи війна.

Після того, як всі судження отримали оцінки, здійснюється підсумовування балів за кожен групу мотивів. Групи, що набрали найбільшу кількість балів, визначаються як основні мотиви вибору професії для кожного учасника дослідження. Такий підхід дає змогу отримати глибоке розуміння того, які чинники є найважливішими для студентів при виборі професії психолога, а також, як ці чинники можуть змінюватися в умовах нестабільної соціальної ситуації. Зразок бланку опитувальника надано у Додатку Б.

Третім інструментом, використаним у дослідженні, є тест мотивації досягнення успіху та уникнення невдач, розроблений А.Реаном. Цей метод дозволяє оцінити мотиваційні орієнтації індивіда, визначивши, чи орієнтований він на досягнення успіху, чи має схильність уникати невдач.

Тест складається з 20 тверджень, на які респонденти повинні дати відповідь, вибираючи один з двох варіантів: згоден чи не згоден із наведеним твердженням. Важливою умовою є те, що учасники повинні реагувати на твердження швидко, не замислюючись, щоб відобразити їх першу реакцію. Для кожного з тверджень респонденти ставлять знак «+», якщо згодні, або «-», якщо не згодні. Це дозволяє отримати швидкі та неупереджені відповіді. Результати не передбачають правильних чи неправильних варіантів відповідей, але важливо, щоб респонденти були щирими та уважними.

За результатами оцінювання кожного твердження визначається рівень мотивації досягнення успіху або мотивації до уникнення невдач. Ключ до оцінки містить перелік тверджень, з якими відповіді повинні бути оцінені позитивно (згоден). Сумуючи бали за правильні відповіді, визначається рівень мотивації.

Згідно з результатами, мотивація досягнення успіху має місце, якщо сума балів складає від 14 до 20. Це свідчить про орієнтацію на досягнення конструктивних, позитивних результатів, активність, впевненість у своїх силах, цілеспрямованість та ініціативність. Натомість мотивація до уникнення невдач проявляється у випадку набрання від 1 до 7 балів. Такі

люди, як правило, виявляють схильність уникати відповідальних завдань через страх перед зривом або осудом. Вони часто переживають тривожність і не впевнені в своїх силах.

Середні показники, від 8 до 13 балів, можуть свідчити про відсутність вираженого полюса мотивації або про наявність певної схильності до обох типів мотивації: як до успіху, так і до уникнення невдач, в залежності від конкретної ситуації.

Цей тест дозволяє детально вивчити мотиваційні чинники, які впливають на вибір студентами психологічних професій, а також з'ясувати, наскільки високий рівень мотивації досягнення успіху чи страх перед невдачами визначають їхні професійні прагнення. Зразок опитувальника надано в Додатку В.

Четвертою методикою, застосованою в дослідженні, є тест для визначення потреби в досягненнях (ПД), розроблений Ю.М. Орловим, В.І. Шкуркіним та Л.П. Орловою. Метою цієї методики є визначення рівня потреби в досягненнях у студентах, що дозволяє класифікувати їх за рівнем мотивації досягнення цілей.

Тест містить 22 твердження, що допомагають виявити орієнтацію респондентів на досягнення успіху або на уникнення невдач. Відповіді піддослідних оцінюються за принципом "Так" або "Ні". Оцінка кожного твердження дає можливість визначити, чи має респондент високу чи низьку потребу в досягненнях. У результаті заповнення тесту можна оцінити мотиваційний рівень студента та визначити його схильність до досягнення високих результатів у професійній діяльності.

Обробка результатів передбачає підрахунок балів. Якщо респондент дає відповідь "Так" на певні твердження, він отримує один бал, а якщо "Ні" — то бал не нараховується. Результат підсумовується, що дозволяє класифікувати учасників за рівнем потреби в досягненнях: низький рівень — до 10 балів, середній — 13-14 балів, вище середнього — 15-16 балів, високий рівень — 17-22 бали. Зразок опитувальника надано у Додатку Г.

Таким чином, поетапне проведення дослідження з використанням різних психодіагностичних інструментів дало змогу глибоко проаналізувати мотиваційні орієнтації студентів-психологів в умовах війни.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Анкетування, яке було проведено серед студентів, мало на меті з'ясувати, як виражена професійна мотивація у майбутніх психологів. Усі респонденти були анонімні, що забезпечило чесність у відповідях. Результати анкети показали різноманітні погляди та емоції, зокрема щодо майбутньої професії в умовах війни.

Вік учасників варіювався від 18 до 30 років, і найбільша частина респондентів належала до вікової групи від 21 до 25 років — 28 осіб (66,6%). 21,4% респондентів були віком до 20 років (9 осіб). Лише 12% студентів (5 осіб) були віком від 26 до 30 років. Вікові показники представлені на Рисунку 2.1.

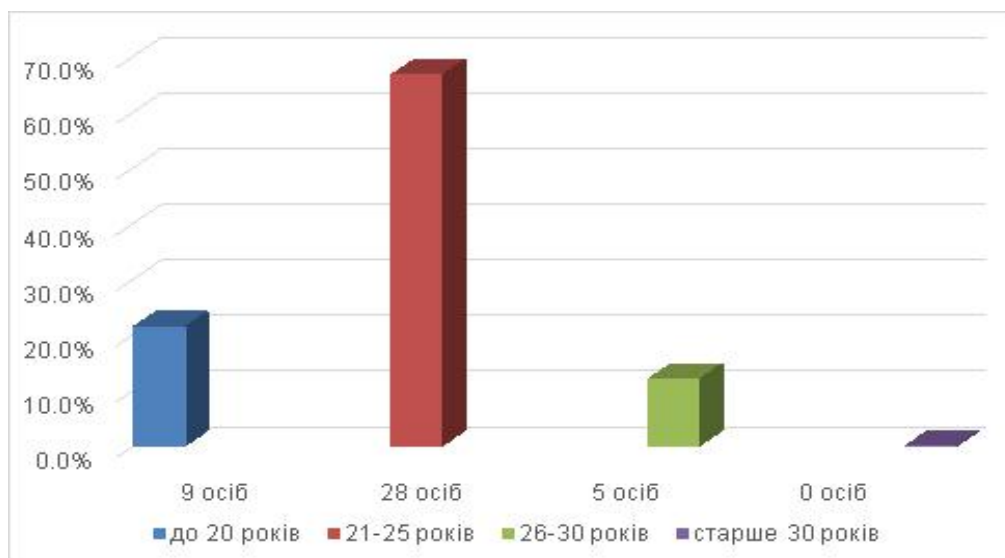


Рис. 2.1. Вікова характеристика учасників дослідження

Крім того, серед респондентів переважали жінки, оскільки 88% учасників (37 осіб) були жінками, в той час як чоловіків було всього 12% (5 осіб). Отримані результати показано на Рисунку 2.2.



Рис. 2.2. Гендерний склад учасників дослідження

Щодо курсу навчання, найбільше студентів перебувало на 1 курсі, що становило 35,7% (15 осіб) від усіх респондентів. Значна кількість студентів була також на 5 курсі — 42,8% (18 осіб), що свідчить про різноманітність рівнів підготовки серед учасників. Менша частина респондентів була на 2 та 3 курсах -7,1% (3 особи) і 2,4% (1 особа) відповідно. Ці дані показано на Рисунку 2.3.

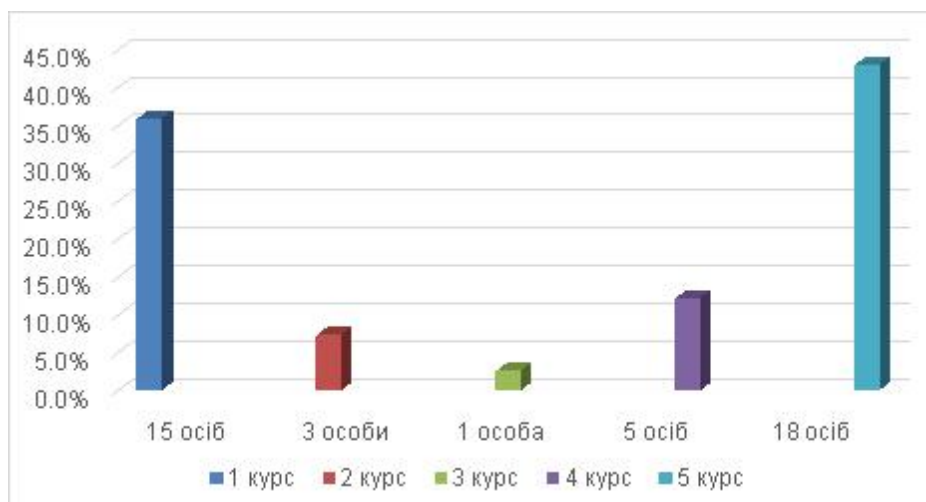


Рис. 2.3. Розподіл респондентів за курсом навчання

На питання анкети «Якій фактор найбільше вплинув на Ваше рішення стати психологом?» більшість респондентів вказали, що на їхнє рішення стати психологом найбільше вплинув інтерес до психології (35,7% - 15 осіб). Це свідчить про сильний інтелектуальний інтерес до професії, що може бути пов'язано з бажанням зрозуміти людську поведінку, психіку та процеси, які відбуваються в суспільстві.

Іншим важливим фактором стала особиста мотивація допомагати іншим (12% - 5 осіб). Це може свідчити про високий рівень емпатії та бажання надавати підтримку тим, хто переживає труднощі чи психологічні проблеми.

Фінансові мотиви та можливість швидкого працевлаштування виявилися менш значущими для респондентів. Тільки 16,6% (7 осіб) зізналися, що на їхнє рішення вплинула фінансова зацікавленість, а 7,1% (3 особи) вказали, що фактор можливості швидкого працевлаштування був важливим. Це свідчить про те, що для більшості студентів психологія — це більше покликання, а не просто спосіб заробітку.

Також деякі студенти вказали вплив особистого досвіду (23,8% - 10 осіб) як ключову мотивацію для вибору професії. Це можуть бути різноманітні життєві ситуації, коли респонденти стикалися з психологічними проблемами чи допомагали іншим у таких ситуаціях, що зміцнило їхнє бажання допомагати в професійному контексті.

Також є невелика група респондентів (4,8%, 2 особи), які вказали, що на їхнє рішення найбільше вплинула соціальна значущість професії, тобто розуміння того, що психологи виконують важливу роль у суспільстві, особливо в кризових ситуаціях.

Отримані результати відповідей на запитання анкети щодо фактору, що найбільше вплинув на рішення студента обрати професію психолога, продемонстровані на Рисунку 2.4.



Рис. 2.4. Мотиваційні фактори вибору професії психолога у респондентів

Таким чином, переважна більшість респондентів обрала психологію через інтелектуальну зацікавленість, бажання допомагати людям та через особисті переживання. Ті ж, хто вказав на фінансові або кар'єрні мотивації, складають меншість, що свідчить про високий рівень особистої залученості та бажання допомагати в професії психолога.

На запитання анкети, яке стосувалося того, що найбільше допомагає студентам у розвитку професійних навичок під час війни, респонденти надавали різні відповіді, що дозволяє побачити різноманітність підходів до професійного росту в умовах війни.

Найбільше студентів (38,1% - 16 осіб) вказали, що професійні семінари та тренінги є найбільш важливими для їхнього розвитку. Це свідчить про їхню потребу в отриманні нових знань і навичок, а також в удосконаленні тих, що вони вже мають. У цьому контексті можна припустити, що студенти психологи вважають навчальні заходи, які пропонуються під час війни,

важливим інструментом для підвищення кваліфікації, особливо в умовах, коли психоемоційний стан людей потребує спеціалізованого підходу.

Другим за важливістю чинником (33,3% - 14 осіб) є психологічні консультації. Цей результат свідчить про те, що студенти вважають безпосередній практичний досвід роботи з людьми важливим для їхнього професійного розвитку. Психологічні консультації надають можливість застосувати теоретичні знання на практиці, а також допомагають розвивати навички міжособистісного спілкування і психотерапевтичної роботи, що є невід'ємною частиною професії психолога. У часи війни консультації можуть бути особливо корисними для зниження стресу і адаптації до змінюваних умов.

Спілкування з родиною та друзями допомагає лише 23,8% (10 осіб) респондентів. Це вказує на важливість соціальної підтримки, яка допомагає в емоційному і психічному розвитку студентів. Однак цей фактор не є основним для розвитку професійних навичок. Можливо, це пов'язано з тим, що соціальна підтримка має більше значення на емоційному рівні, тоді як для професійного росту студенти надають перевагу більш практичним, спеціалізованим заходам, таким як семінари чи консультації.

Зовсім невелика частина респондентів (4,8% - 2 особи) вказала на хобі та відпочинок як важливий аспект у розвитку професійних навичок. Це показує, що для студентів психології, навіть у складних умовах війни, пріоритетом залишається професійне зростання, а не відпочинок чи захоплення. Можливо, це також свідчить про високий рівень стресу і необхідність постійного вдосконалення професійних знань та навичок, що допомагають їм долати труднощі, пов'язані з війною.

На Рисунок 2.5 пролюстровано розподіл відповідей студентів щодо факторів, які допомагають їм у розвитку професійних навичок під час війни.



Рис. 2.5. Фактори, що сприяють розвитку професійних навичок студентів під час війни на думку респондентів

Таким чином, можна зробити висновок, що більшість студентів психології орієнтовані на професійне зростання і підвищення кваліфікації через практичний досвід, участь у семінарах і тренінгах, а також роботу з клієнтами. Водночас соціальна підтримка та хобі займають другорядне місце, що підкреслює прагнення студентів активно розвиватися в умовах війни, незважаючи на стресові ситуації, в яких вони опинилися.

Результати запитання анкети про почуття студентів щодо їхнього професійного майбутнього в психології виявили значущі психологічні особливості в умовах війни. Наприклад, жоден із респондентів не відчуває задоволення при роздумах про своє майбутнє в психології. Це може вказувати на відсутність позитивних емоцій і повної впевненості щодо професійної реалізації в умовах війни.

Найбільше респондентів відзначили тривогу — 15 осіб (35,7%) та страх — 10 осіб (23,8%), що вказує на значний стрес і переживання за майбутнє професії під час війни. Це свідчить про психологічну напругу і невизначеність щодо того, що чекає в майбутньому. Відчуття невизначеності

висловили 8 осіб (19,1%), що також підтверджує психологічну нестабільність серед студентів через складну ситуацію в країні.

Проте, незважаючи на загальний стрес і тривогу, деякі респонденти відчують оптимізм — 2 особи (4,8%) і ентузіазм — 3 особи (7,1%), що свідчить про наявність мотивації і бажання розвиватися навіть в умовах війни. Водночас, 0% студентів не відчують нудьги, роздратування або депресії, що вказує на відсутність відверто негативних емоцій щодо майбутнього.

Рисунок 2.6 ілюструє відчуття студентів щодо їхнього професійного майбутнього в психології.

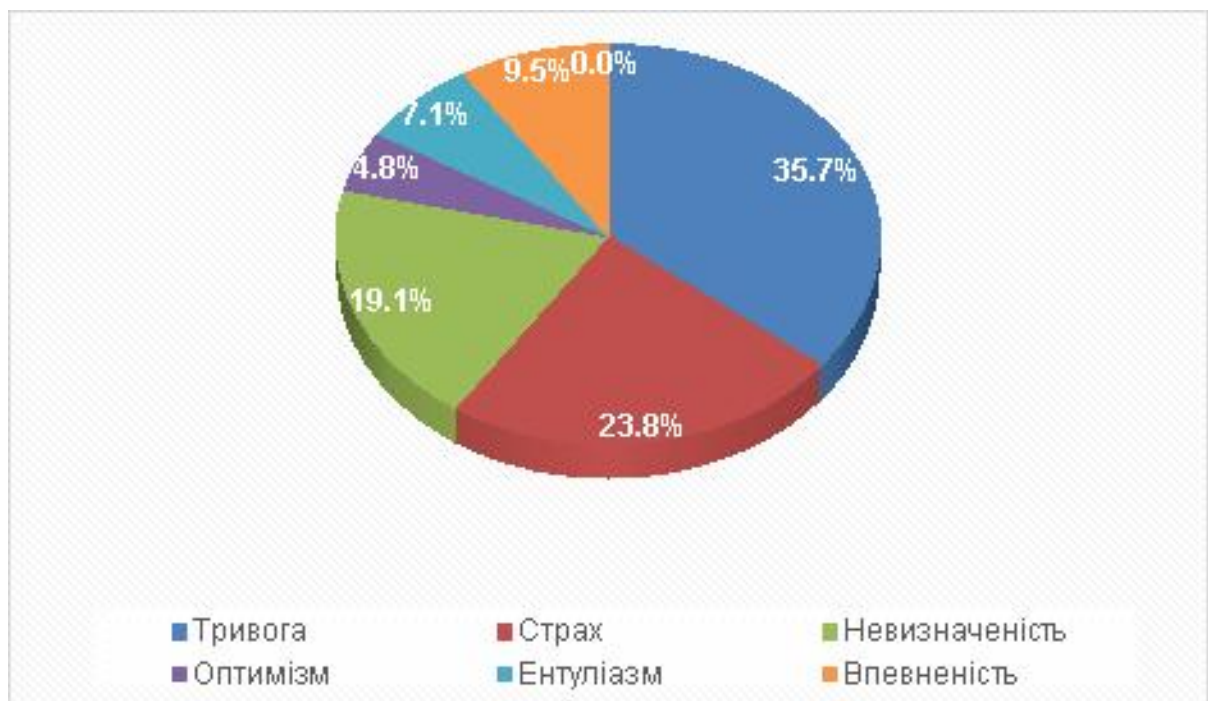


Рис. 2.6. Емоційний стан студентів щодо професійного майбутнього в психології під час війни

Таким чином, отримані результати свідчать про те, що більшість студентів психологів переживають емоційний стрес і невизначеність через ситуацію в країні, хоча деякі з них зберігають надію і мотивацію для професійного розвитку.

На запитання анкети щодо впливу війни на мотивацію стати психологом, 35,7% студентів (15 осіб) зазначили, що війна збільшила їхню

мотивацію стати психологами. Це вказує на високий попит на психологів під час кризових ситуацій, таких як війна, коли люди потребують підтримки та допомоги. Ці студенти, ймовірно, бачать свою професію як важливу для допомоги людям у складних умовах.

26,2% респондентів (11 осіб) визнали, що війна знизилася їхню мотивацію стати психологами. Це може бути спричинено кількома факторами. По-перше, війна викликає емоційне виснаження, оскільки постійний стрес та психологічні навантаження можуть знижувати інтерес до професії. Багато студентів також можуть відчувати безсилля перед масштабами конфлікту, що знижує впевненість у власних силах і майбутньому професійному розвитку. Крім того, невизначеність майбутнього та психологічна нестабільність, викликані війною, можуть змусити студентів сумніватися в стабільності своєї кар'єри. Інші можуть побоюватися за свою безпеку або відчувати, що надання допомоги в таких складних умовах є надто важким завданням. Враховуючи всі ці фактори, студентам може бути складно зберігати мотивацію до професії психолога в умовах війни.

38,1% студентів (16 осіб) зазначили, що війна не вплинула на їхню мотивацію стати психологами. Це свідчить про те, що для цієї групи респондентів прагнення допомагати людям і займатися психологічною практикою залишаються незмінними, незважаючи на складні зовнішні обставини війни.

Таким чином, результати опитування демонструють різний вплив війни на мотивацію студентів стати психологами, що відображає різноманітність реакцій і ставлення до професії в умовах війни. Ці результати представлені на Рисунку 2.7



Рис. 2.7. Вплив війни на професійну мотивацію у студентів-психологів

На запитання анкети про те, кому студенти-психологи хочуть надавати психологічну допомогу під час війни, значна частина респондентів (42,8% - 18 осіб) вказала, що вони найбільше хочуть допомагати жінкам з дітьми. Це свідчить про високу емпатію студентів до цієї вразливої категорії населення, оскільки жінки з дітьми під час війни зазнають численних труднощів, пов'язаних з небезпекою для своїх дітей.

Також, 21,4% студентів (9 осіб) зазначили, що хочуть допомагати переселенцям, які змушені були залишити свої домівки через бойові дії. Ця категорія людей стикається з труднощами адаптації до нових умов життя, психологічними травмами через втрату дому та відрив від звичних соціальних зв'язків, тому потребує значної психологічної підтримки.

Крім того, 14,3% респондентів (6 осіб) висловили бажання допомогти людям, які втратили рідних. Втрата близьких під час війни є однією з найболючіших травм, тому психологічна підтримка у таких випадках є надзвичайно важливою для допомоги у переживанні горя та зменшенні емоційного стресу.

На жаль, лише 9,5% студентів (4 особи) виявили бажання допомагати пораненим у госпіталях, що вказує на готовність надати допомогу тим, хто фізично постраждав внаслідок бойових дій. Насамперед, робота з людьми, які

пережили фізичні травми, вимагає від психолога особливих емоційних та професійних якостей. Поранення, як правило, супроводжуються важкими фізичними та психологічними травмами, що може бути дуже емоційно виснажливим для тих, хто надає допомогу. Студенти-психологи можуть відчувати страх перед можливістю не справитися з такими ситуаціями, оскільки робота в медичних закладах часто передбачає високу емоційну напругу.

Також 12% респондентів (5 осіб) зазначили, що хочуть надавати допомогу підприємствам і організаціям. Це може бути зумовлено тим, що в умовах війни бізнеси і організації також зазнають стресу та труднощів, тому потребують підтримки для стабільності робочого процесу та покращення психологічного клімату в колективах.

Особливістю є те, що жоден респондент не вибрав варіант допомоги воїнам на передовій, що свідчить про відсутність бажання або можливості працювати в таких екстремальних умовах. Причинами цього можуть бути страх за власне життя, складність роботи в екстремальних умовах фронту та відсутність досвіду для надання допомоги військовим. Більшість студентів, ймовірно, вважають, що наразі не готові до такої професійної ролі. Результати опитування показані на Рисунку 2.8.



Рис. 2.8. Преференції студентів щодо надання психологічної допомоги під час війни

Отже, результати дослідження свідчать про те, що студенти психології надають перевагу допомозі тим, хто переживає найбільші психологічні травми, зокрема жінкам з дітьми, переселенцям та родичам загиблих, тоді як допомога воїнам на фронті залишається менш пріоритетною.

Загалом, анкета показала, що більшість студентів психології відчують значний стрес і невизначеність щодо свого майбутнього в професії через війну, але при цьому продовжують прагнути допомагати найбільш уразливим категоріям населення. Війна створює як нові можливості для фахівців у психології, так і нові труднощі та виклики, зокрема емоційне виснаження та непевність у майбутньому. Студенти-психологи готові надавати підтримку постраждалим від війни, хоча їхня готовність працювати в таких небезпечних умовах, як фронт, залишається низькою.

Аналіз результатів методики визначення основних мотивів вибору професії (О.М. Павлютенкова) показав, що соціальні мотиви, які пов'язані з бажанням сприяти суспільному прогресу та працювати на досягнення вищих загальнолюдських цілей, мали помітне значення для 57,1% респондентів. Так, 9 осіб (21,4%) обрали відповідь «Так» (5 балів), 15 осіб (35,7%) – «Скоріше так, ніж ні» (4 бали), що вказує на їх орієнтацію на соціально значущу діяльність. Однак 19% студентів (8 осіб) вказали, що їм важко відповісти на це питання, а 16,7% (7 осіб) обрали відповідь «Скоріше ні, ніж так» (2 бали), що свідчить про менш виражену орієнтацію на соціальні мотиви в професійному виборі.

Моральні мотиви, які вказують на прагнення до вдосконалення свого морального обличчя та розвитку духовних якостей, виявилися менш вираженими у виборі професії серед студентів. Лише 14,3% (6 осіб) відповіли «Так» (5 балів), а 23,8% (10 осіб) обрали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали). Загалом 38,1% респондентів зазначили важливість моральних мотивів, проте 28,6% (12 осіб) зазначили, що їм важко відповісти на це питання, а 16,7% (7

осіб) не погоджуються з такою важливістю моральних аспектів у виборі професії.

Естетичні мотиви, що вказують на прагнення до краси праці та гармонії в ній, не є домінуючими для більшості студентів. 11,9% (5 осіб) вибрали «Так» (5 балів), ще 19% (8 осіб) обрали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали). Більшість респондентів, а саме 42,9% (18 осіб), вказали, що їм важко відповісти на це питання. 16,7% (7 осіб) обрали «Скоріше ні, ніж так» (2 бали), а 9,5% (4 осіб) не вважають естетичні мотиви важливими для вибору професії.

Пізнавальні мотиви, які відображають прагнення до оволодіння спеціальними знаннями та пізнання змісту конкретної праці, мають важливе значення для половини студентів. 16,7% (7 осіб) відповіли «Так» (5 балів), 33,3% (14 осіб) вибрали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали), що показує схильність до пізнавальної діяльності. Однак 14,3% (6 осіб) відповіли «Важко відповісти», що може свідчити про невизначеність в оцінці цього мотиву. 26,2% (11 осіб) не вважають пізнавальні мотиви пріоритетними, оскільки обрали «Скоріше ні, ніж так» (2 бали), а 9,5% (4 осіб) взагалі не бачать значущості цих мотивів.

Творчі мотиви, які пов'язані з прагненням бути оригінальним у роботі та здійснювати наукові відкриття, були важливими лише для 33,3% респондентів. Лише 9,5% (4 осіб) обрали відповідь «Так» (5 балів), а 23,8% (10 осіб) вказали, що творчі мотиви мають значення (4 бали). Більшість (38,1%) вказали, що їм важко відповісти, що може свідчити про невизначеність у важливості творчості. 19% (8 осіб) не вважають творчі мотиви важливими, обравши відповідь «Скоріше ні, ніж так» (2 бали).

Мотиви, пов'язані з утриманням праці, які охоплюють знання про процес праці та орієнтацію на розумову і фізичну працю, отримали відносно менше схвалення. 4,8% (2 осіб) обрали «Так» (5 балів), 19% (8 осіб) вказали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали), але більшість студентів (42,9%, 18 осіб)

заявили, що їм важко відповісти. 19% (8 осіб) обрали «Скоріше ні, ніж так» (2 бали), а 14,3% (6 осіб) взагалі не оцінюють важливість таких аспектів праці.

Матеріальні мотиви, які вказують на прагнення отримувати певні блага, є беззаперечними лідерами серед усіх респондентів. 59,5% (25 осіб) відповіли «Так» (5 балів), 28,6% (12 осіб) вибрали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали), що показує, що майже 88% студентів орієнтуються на матеріальні блага при виборі професії. Лише 7,1% (3 осіб) вказали, що їм важко відповісти, а 4,8% (2 осіб) не вважають матеріальні аспекти важливими для вибору професії.

Престижні мотиви, що пов'язані з прагненням до професій, які цінуються серед знайомих і забезпечують швидке просування по службі, також є важливими для більшості студентів. 47,6% (20 осіб) обрали «Так» (5 балів), 23,8% (10 осіб) вказали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали). 16,7% (7 осіб) не змогли чітко визначити значущість престижу, вибравши «Важко відповісти», а 9,5% (4 осіб) не вважають престиж важливим, обравши «Скоріше ні, ніж так» (2 бали). Отримані результати надано у % в Таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Відповіді опитаних студентів (у %), щодо значення мотивів при виборі професійної діяльності.

Відповіді Мотиви	Так	Скоріше так, ніж ні	Важко відповісти	Скоріше ні, ніж так	Ні
Соціальні	21,4%	35,7%	19%	16,7%	7,1%
Моральні	14,3%	23,8%	28,6%	16,7%	16,7%
Естетичні	11,9%	19%	42,9%	16,7%	9,5%
Пізнавальні	16,7%	33,3%	14,3%	26,2%	9,5%
Творчі	9,5%	23,8%	38,1%	19,1%	9,5%
Пов'язані з утриманням праці	4,8%	19%	42,9%	19%	14,3%
Матеріальні	59,5%	28,6%	7,1%	4,8%	0%
Престижні	47,6%	23,8%	16,7%	9,5%	2,4%
Утилітарні	16,7%	30,9%	35,7%	14,3%	2,4%

Утилітарні мотиви, які включають прагнення керувати людьми та працювати в місті, є важливими для 47,6% студентів. 16,7% (7 осіб) обрали «Так» (5 балів), 30,9% (13 осіб) вибрали «Скоріше так, ніж ні» (4 бали), 35,7% (15 осіб) вказали, що їм важко відповісти, що свідчить про певну невизначеність у цьому питанні. 14,3% (6 осіб) обрали «Скоріше ні, ніж так» (2 бали), а 2,4% (1 осіб) не вважають утилітарні мотиви важливими для вибору професії.

Ці результати показують, що найбільший вплив на вибір професії мають матеріальні мотиви, престижні мотиви та пізнавальні мотиви, в той час як соціальні, моральні та естетичні мотиви відіграють менш важливу роль для більшості студентів. Отримані результати проілюстровано на Рисунку 2.9.

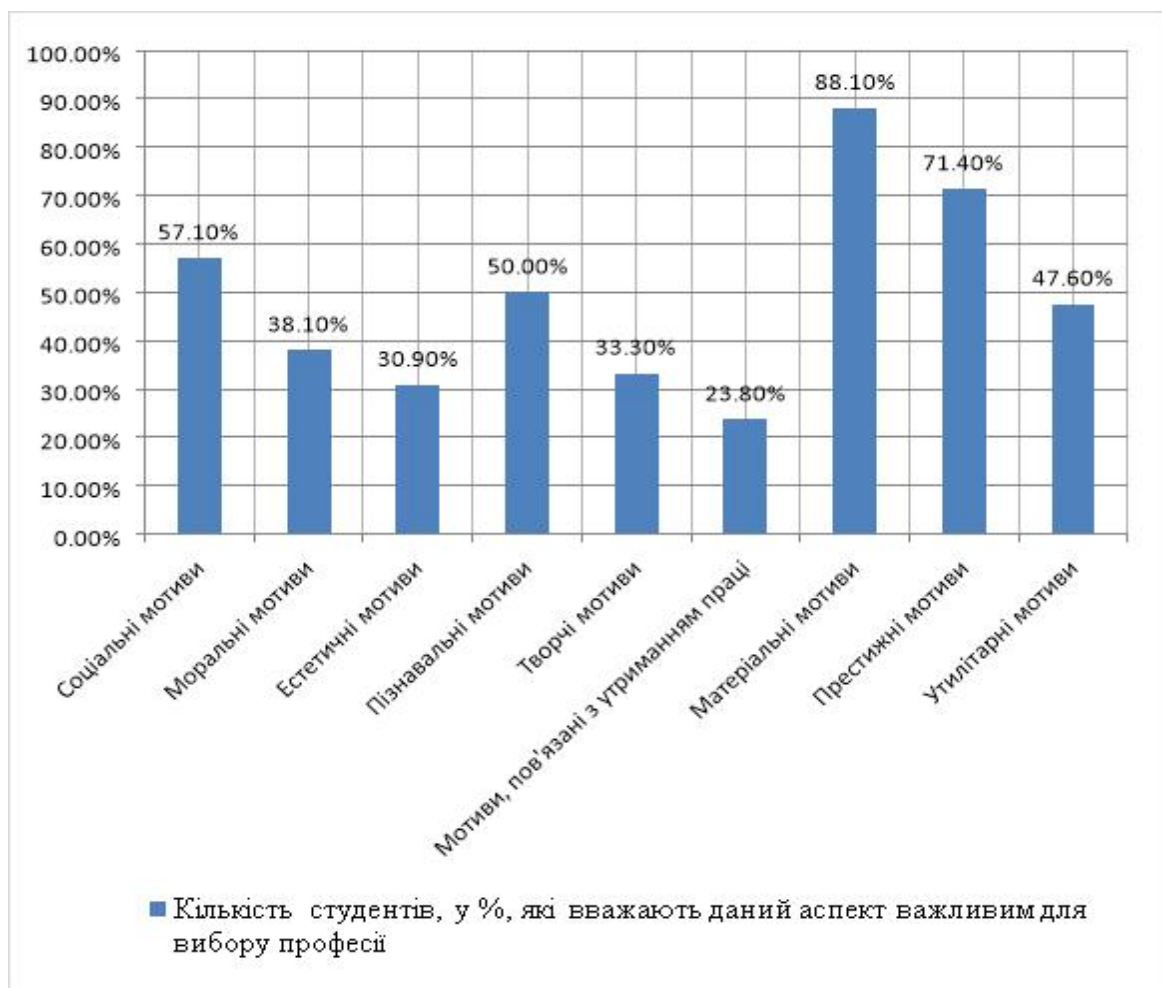


Рис. 2.9. Визначення основних мотивів вибору професії у майбутніх психологів в умовах війни (у %)

Згідно з результатами дослідження мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі (тест А. Реана), можна виділити наступні тенденції:

- 15 респондентів (35,7% від загальної кількості) набрали від 1 до 7 балів, що свідчить про наявність мотивації уникати невдач. Ці студенти демонструють значний рівень тривожності та страху перед невдачами, що може впливати на їхній вибір завдань та підходи до їх виконання. Вони схильні уникати складні або відповідальні завдання, оскільки їх турбує ймовірність невдачі. Такі студенти більш схильні до негативних очікувань і бояться помилок, що обмежує їхню активність і готовність брати на себе ініціативу.

- 45,2% респондентів, а саме 19 осіб, набрали від 8 до 13 балів, що відповідає мотиваційному полюсу, який не є чітко вираженим. Це свідчить про змішану орієнтацію: частина студентів все ж має схильність до уникнення невдачі, але в той же час вони також орієнтовані на досягнення певного успіху. Таким чином, ці респонденти мають змішаний підхід до виконання завдань, де може переважати одна з мотивацій залежно від ситуації. Вони можуть бути активними в певних умовах, але при значних труднощах або тиску відчують нерішучість і тривогу.

- Тільки 8 осіб, що складає 19,1% від усієї вибірки, набрали від 14 до 20 балів, що свідчить про наявність мотивації до успіху. Ці респонденти демонструють позитивну орієнтацію на досягнення мети, впевненість у своїх силах і схильність до активних дій у напрямку досягнення успіху. Вони мають здатність до самоконтролю, планують свої дії на перспективу і намагаються долати труднощі, не боячись помилок або невдач. Їх відрізняє наполегливість у досягненні цілей, а також здатність до адаптації і пошуку оптимальних рішень у складних ситуаціях. Отримані результати представлено на Рисунку 2.10.



Рис.2.10. Розподіл респондентів за рівнем мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі

Отже, загалом можна зробити висновок, що у більшості студентів переважає мотивація до невдачі або ж мотиваційний полюс є змішаним, що вказує на певний рівень тривожності та нестабільність в орієнтації на успіх. Тільки незначна частина студентів проявляє чітку мотивацію до досягнення успіху, що свідчить про необхідність розвитку у студентів впевненості в собі та здатності долати перешкоди без надмірного страху перед невдачею.

За результатами дослідження за методикою визначення потреби у досягненнях, за розробкою Ю.М. Орлова, В.І. Шкуркіна, Л.П. Орлової, було отримано наступний розподіл за рівнями потреби у досягненнях (ПД):

1) Респонденти, які набрали від 17 до 22 балів, що відповідає високому рівню потреби у досягненнях, становлять лише 4 особи, що складає 9,5% від загальної вибірки. Це вказує на невелику частку студентів, які мають високу орієнтацію на досягнення успіху, готові ризикувати та прагнуть активно досягати своїх цілей навіть в умовах труднощів. Студенти з таким рівнем потреби виявляють високий рівень наполегливості, цілеспрямованості та самовпевненості у своїх діях.

2) Найбільша частка респондентів, а саме 19 осіб (45,2%), знаходиться в діапазоні 13-16 балів, що відповідає середньому рівню потреби у досягненнях. Ці студенти демонструють помірковану орієнтацію на досягнення результатів. Вони, як правило, мають певну внутрішню мотивацію, однак для них не завжди є характерним активне прагнення до досягнення складних чи амбітних цілей. Вони можуть стикатися з труднощами, але в основному не готові до великих ризиків і частіше віддають перевагу більш стабільним та менш складним завданням.

3) Ще 12 респондентів (28,6%) набрали від 11 до 12 балів, що відповідає нижчому середньому рівню потреби у досягненнях. Ці студенти мають значно менше внутрішньої мотивації до досягнення успіху, їхні цілі можуть бути менш амбітними, а в разі невдачі вони можуть знижувати свою активність та ентузіазм. Такі студенти схильні до уникання складних завдань і більш орієнтовані на збереження комфортної ситуації, ніж на досягнення значущих результатів. Отримані результати показано на Рисунку 2.11.



Рис. 2.11. Розподіл респондентів за рівнем потреби у досягненнях

Таким чином, більшість студентів у вибірці мають середній або нижчий рівень потреби у досягненнях, що свідчить про тенденцію до менш активного прагнення до високих результатів. Це може вказувати на загальну схильність студентів до більш безпечного підходу до завдань, обережності при виборі цілей і бажання уникати великих труднощів чи ризиків. Водночас невелика

частка студентів, які демонструють високий рівень потреби у досягненнях, вказує на наявність у деяких респондентів сильного прагнення до досягнення великих цілей і високих результатів у професійному та особистісному розвитку.

Висновок до другого розділу

Результати проведеного дослідження мотиваційних орієнтацій студентів-психологів в умовах війни засвідчили важливі особливості їх професійної орієнтації та психологічного стану. Виявлено, що більшість респондентів стикаються з підвищеним рівнем стресу і невизначеності щодо свого майбутнього, що значною мірою зумовлено війною. Проте попри всі труднощі, студенти продовжують прагнути допомагати найбільш уразливим категоріям населення, що підкреслює їхню високою соціальну відповідальність та готовність до підтримки в складних умовах.

Також було з'ясовано, що війна, незважаючи на створення нових можливостей для фахівців у психології, приносить нові труднощі, такі як емоційне виснаження та непевність щодо професійного майбутнього. Студенти-психологи готові працювати з постраждалими від війни, проте їхня готовність працювати в екстремальних умовах, як на фронті, залишається низькою.

Що стосується мотивації, то виявилось, що найбільший вплив на вибір професії мають матеріальні мотиви, престижні мотиви та пізнавальні мотиви, в той час як соціальні, моральні та естетичні мотиви є менш вираженими. Більшість студентів має змішану орієнтацію або схильність до мотивації до невдачі, що вказує на високий рівень тривожності та нестабільність у професійних орієнтаціях. Лише невелика частина респондентів виявляє чітку мотивацію до досягнення успіху, що свідчить про необхідність розвитку впевненості в собі та здатності долати перешкоди без надмірного страху перед невдачею.

Також дослідження показало, що більшість студентів мають середній або нижчий рівень потреби у досягненнях, що вказує на тенденцію до обережного підходу до вибору цілей та завдань. Лише мала частина студентів демонструє високий рівень потреби у досягненнях, що свідчить про наявність у них сильного прагнення до великих досягнень та високих результатів у професійному розвитку.

Отже, результати дослідження підкреслюють важливість розвитку у студентів психологічної стійкості, впевненості в собі та здатності до ефективного подолання перешкод, що, безсумнівно, сприятиме успішному професійному становленню в умовах складної соціально-політичної ситуації.

РОЗДІЛ 3

КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ДЛЯ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ
СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

3.1. Мета та завдання корекційної програми для підвищення професійної мотивації у майбутніх психологів

В умовах воєнного часу життя громадян України зазнає серйозних змін, що безпосередньо впливає на психоемоційний стан населення. Ці зміни значно підвищують попит на кваліфікованих психологів, здатних надавати підтримку в кризових ситуаціях. Однак для студентів-психологів, які навчаються у вищих навчальних закладах, війна створює додаткові психологічні труднощі, зокрема, стрес, тривогу та невизначеність щодо професійного майбутнього. Це, в свою чергу, може знижувати їхню мотивацію до професійної діяльності, що негативно впливає на їхнє навчання та готовність працювати у складних умовах.

Дана корекційна програма, орієнтована на підвищення професійної мотивації студентів-психологів, розвиток їхньої готовності до надання психологічної допомоги постраждалим групам населення в умовах війни. Програма включає комплекс заходів, що сприяють формуванню у студентів професійної ідентичності, зменшенню стресу та тривоги, а також розвитку емоційної стійкості.

Мета програми - підвищити рівень професійної мотивації студентів-психологів, сприяти розвитку їхньої готовності надавати психологічну допомогу постраждалим групам населення в умовах війни.

Завдання програми:

1. Визначити рівень професійної мотивації студентів-психологів.
2. Підвищити професійну мотивацію через усвідомлення значущості професії психолога в умовах війни.

3. Розвинути в студентів психологічну готовність до надання допомоги постраждалим під час війни.
4. Сприяти розвитку емоційної стійкості студентів.
5. Підвищити рівень самооцінки студентів, що сприятиме розвитку професійної мотивації.

Професійна мотивація студентів-психологів є складним багатофакторним процесом, що включає різні аспекти, зокрема внутрішні та зовнішні стимули. Психологічна готовність до роботи в умовах війни вимагає від студентів розуміння і прийняття свого призначення як фахівців, здатних надавати допомогу тим, хто постраждав від психоемоційних навантажень.

Важливим аспектом професійної мотивації є розуміння значущості професії психолога, особливо в умовах кризових ситуацій. Враховуючи високий рівень стресу та емоційної напруги, що супроводжує життя в умовах війни, психологи повинні володіти не лише професійними знаннями, а й високим рівнем емоційної стійкості та здатності надавати підтримку іншим. Це вимагає розвитку певних компетентностей, таких як стресостійкість, емпатія та здатність до саморегуляції.

3.2. Структура корекційної програми для розвитку професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни

Програма передбачає кілька етапів, що включають теоретичну частину, тренінгові заняття, практичні вправи, індивідуальні консультації та методи самопідтримки.

1. Інформаційно-освітній етап. Цей етап передбачає проведення лекцій, семінарів і тренінгів, на яких студенти дізнаються про важливість професії психолога в умовах війни. Особлива увага звертається на роль психолога в наданні допомоги в кризових ситуаціях, важливість розвитку емоційної стійкості, стресостійкості та психологічної підтримки. Використовуються

різноманітні ресурси, такі як відео, презентації, книги та статті, щоб допомогти студентам зрозуміти сутність їхньої професії.

2. Практичний етап. На цьому етапі студенти беруть участь у тренінгах, що включають рольові ігри та моделювання реальних кризових ситуацій. Це допомагає їм не тільки набратися досвіду у наданні психологічної допомоги, а й розвивати навички комунікації, емпатії, а також стресостійкості. Тренінги з основ надання психологічної підтримки включають практичні вправи, у яких студенти вчаться працювати з постраждалими групами населення, відновлюючи їхню психологічну рівновагу після травмуючих подій.

3. Психологічна підтримка та корекція. Індивідуальні консультації є важливим елементом програми. Під час цих сеансів психологи працюють з кожним студентом окремо, допомагають йому подолати внутрішні бар'єри, пов'язані з війною, а також знизити рівень стресу та тривожності. Індивідуальні заняття дають можливість глибше з'ясувати причини низької мотивації або внутрішнього конфлікту, що заважає студенту реалізувати свій потенціал.

4. Розвиток емоційної стійкості. Цей етап включає спеціальні вправи для розвитку емоційної стійкості та саморегуляції. Студенти навчаються методам самопідтримки, таким як техніки релаксації, дихальні вправи, а також стратегії подолання стресу. Це допомагає студентам зберігати психічну рівновагу в умовах стресу, що є особливо важливим під час війни.

5. Моніторинг і оцінка ефективності програми. На завершення програми проводиться повторне тестування для визначення змін у рівні мотивації студентів, а також оцінки їхніх емоційних та психологічних змін. Студенти оцінюють ефективність програми, надають відгуки, що дозволяє внести необхідні корективи та поліпшити програму для майбутніх учасників.

Для корекційної програми, спрямованої на підвищення професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни, можна включити різноманітні вправи, які допоможуть студентам розвивати емоційну стійкість, стресостійкість, комунікативні навички, а також зміцнювати їхню готовність

до професійної діяльності в умовах кризових ситуацій. Приклади вправ корекційної програми надано у Додатку Д.

3.3. Очікувані результати та перспективи розвитку корекційної програми для підвищення мотивації у студентів-психологів під час війни

Очікується, що в результаті впровадження програми студенти покращать свою професійну мотивацію, знизять рівень стресу та тривожності, а також підвищать свою готовність до роботи з постраждалими людьми в умовах війни. Програма сприятиме розвитку емоційної стійкості студентів, їхньої професійної ідентичності та готовності допомагати іншим у кризових ситуаціях.

Корекційна програма для розвитку професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни має важливе значення для підготовки майбутніх фахівців, здатних надавати ефективну психологічну допомогу в умовах стресу та кризових ситуацій. Завдяки її впровадженню студенти отримають не лише теоретичні знання, а й практичні навички, що дозволять їм працювати з різними групами населення в умовах війни, підтримуючи психічне здоров'я та відновлення емоційної рівноваги у постраждалих.

Зважаючи на поточну ситуацію в Україні та важливість надання психологічної допомоги постраждалим від війни, є необхідність продовження та розширення цієї програми. Для цього можна передбачити додаткові модулі, що стосуються більш конкретних аспектів психологічної допомоги у кризових ситуаціях, таких як робота з жертвами насильства, дітьми та підлітками, родинами, що пережили втрату близьких, а також людьми, що пережили тяжкі фізичні та психологічні травми.

Можна також включити практичні заняття з використанням новітніх технологій, таких як онлайн-консультації, що стали необхідними в умовах війни. Це допоможе студентам освоїти важливі навички дистанційної

психологічної підтримки, що може стати важливим інструментом у кризових ситуаціях.

Для підвищення рівня професійної підготовки студентів-психологів у кризових умовах можуть бути організовані додаткові тренінги та майстер-класи з використанням сучасних методів терапії, таких як когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, методи зниження стресу через рух, музикотерапія та інші. Це дозволить студентам мати широкий арсенал інструментів для надання допомоги в умовах посттравматичного стресового розладу, що може бути особливо важливим для роботи з постраждалими від війни.

Оцінка ефективності програми є важливою частиною її реалізації. Це дає можливість коригувати стратегії, вибирати найбільш ефективні методи та підходи. Оцінка може бути проведена за допомогою методик самооцінки студентів, аналізу змін у їхній мотивації та професійній готовності до роботи в умовах кризових ситуацій. Для більш точного вимірювання ефективності можна використовувати аналіз до- та після-тестів, а також проведення інтерв'ю чи фокус-груп із учасниками програми.

Короткострокові результати програми будуть включати підвищення професійної мотивації студентів, зменшення рівня стресу і тривоги, а також покращення здатності до ефективного реагування на кризові ситуації. Довгострокові результати програми передбачають формування у студентів-психологів готовності працювати в умовах посттравматичного стресу, підвищення їхньої компетентності та впевненості у своїй професійній діяльності, що сприятиме покращенню якості психологічної допомоги в умовах війни.

Висновок до третього розділу

Підвищення професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни є важливим завданням, яке сприяє не тільки їхньому особистісному

розвитку, а й ефективному виконанню професійних обов'язків в умовах криз. Створення корекційної програми, яка охоплює теоретичні знання, практичні тренінги, психологічну підтримку та методи саморегуляції, є необхідним кроком для підготовки майбутніх психологів до роботи в умовах великої напруги, стресу та травм, спричинених війною.

Програма має потенціал стати основою для подальшого розвитку освітніх курсів для психологів, підвищуючи рівень їхньої підготовленості до роботи в кризових ситуаціях, та зробити важливий внесок у загальне покращення психічного здоров'я населення в умовах війни. Вона стане основою для формування нових стандартів підготовки фахівців у сфері психології, що відповідають сучасним вимогам та викликам, які ставить війна. надати вправи для корекційної програми

Перспективи розвитку корекційної програми є досить широкими. Програма може бути доповнена новими модулями, орієнтованими на роботу з конкретними групами населення, такими як діти, жертви насильства, родини, які пережили втрату близьких, або люди, що пережили серйозні травми. Враховуючи високий попит на психологічну допомогу в умовах війни, розширення програми дозволить забезпечити більш цілісну підготовку майбутніх фахівців.

Додатково важливим елементом є впровадження інноваційних технологій, таких як онлайн-консультації, які стають необхідними в умовах війни. Використання таких інструментів дасть можливість студентам освоїти новітні методи підтримки, що можуть бути особливо важливими для роботи з постраждалими в умовах сучасної кризи.

Загалом, дана програма є важливим кроком до підготовки висококваліфікованих психологів, здатних працювати в екстремальних умовах війни, та сприятиме підвищенню якості психологічної допомоги на всіх етапах відновлення та реабілітації постраждалих осіб. Вона має великий потенціал для подальшого розвитку, що відповідає актуальним вимогам та викликам, з якими зіштовхується українське суспільство в умовах війни.

ВИСНОВОК

Проведене дослідження професійної мотивації майбутніх психологів в умовах війни дозволило зробити кілька важливих висновків. Професійна мотивація студентів є складним процесом, що формується під впливом внутрішніх і зовнішніх чинників. Внутрішня мотивація, яка включає інтерес до професії, прагнення до самоактуалізації та реалізації власного потенціалу, є основним рушієм професійного розвитку студентів. Однак, не менш важливими є зовнішні фактори, такі як соціальне визнання, фінансова винагорода, можливості кар'єрного зростання та підтримка оточення, які здатні посилити внутрішні спонукання і створити сприятливе середовище для професійного становлення.

Крім того, результати дослідження виявили, що в умовах війни студенти-психологи стикаються з новими викликами, такими як емоційне виснаження та тривога щодо майбутнього. Більшість респондентів відчуває значний стрес і невизначеність щодо своєї професійної діяльності, однак зберігає прагнення допомагати найбільш уразливим категоріям населення. Водночас готовність працювати в екстремальних умовах, зокрема на фронті, залишається низькою, що свідчить про потребу в розвитку впевненості та здатності долати труднощі.

Дослідження також показало, що більшість студентів мають середній або низький рівень потреби у досягненнях, що вказує на їх схильність до обережності та вибір безпечніших завдань. Однак, окрема група студентів, яка виявляє високий рівень потреби в досягненнях, демонструє значний потенціал для досягнення високих результатів у професійній діяльності.

Розробка корекційної програми для студентів-психологів, що включає теоретичні знання, практичні тренінги та психологічну підтримку, є важливим етапом підготовки майбутніх фахівців до роботи в умовах стресу і травм. Впровадження інноваційних технологій, таких як онлайн-консультації,

дозволяє студентам освоювати новітні методи підтримки, що є особливо актуальним у сучасних умовах.

Таким чином, розвиток професійної мотивації у студентів-психологів є важливим чинником, який сприяє не лише їхньому особистісному розвитку, але й підвищенню якості психологічної допомоги в умовах війни. Це також сприятиме відновленню психічного здоров'я суспільства та підготовці фахівців до роботи в кризових ситуаціях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альохіна Н. В. Дослідження мотивації навчання у вищому навчальному закладі. Проблеми загальної та педагогічної психології: *збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. С. Д. Максименка. Т. XII. Ч. 6. К., 2010. С. 7–14.
2. Антонова Н. О. Особливості професійної мотивації студентів психологічного факультету. Актуальні проблеми психології: *збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. В. О. Моляко. Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. С. 22–33.
3. Банцер В. С. Психологічні чинники формування управлінської творчості керівника: *автореф. дис. канд. психол. наук: спец. 19.00.01. Загальна психологія, історія психології*. Одеса, 2010. 17 с.
4. Борис І. Мотиваційна сфера як проблемний чинник поведінки. *Психологія і суспільство*. Тернопіль: Інститут експериментальних систем освіти, 2002. №2. С. 48-57.
5. Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку й саморозвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 2008. С. 49–57.
6. Васильєва О. Г. Методика і техніка конкретного соціологічного дослідження. Київ, 2000. 64 с.
7. Василькевич Я. З. Психологічні чинники процесуальної динаміки пошукової активності в умовах професійного навчання: *автореф. дис. канд. психол. наук: спец.—загальна психологія, історія психології*. К., 2009. 20 с.
8. Волянюк А. Мотивація як фактор підвищення навчальної успішності молодших школярів. Науковий збірник «Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка». 2020, Том 1, № 27, с. 241-245.

9. Вірна Ж. П. Мотиваційно-смилова регуляція у професіоналізації психолога. Луцьк: РВВ «Вежа» Волинського держ. ун-ту ім. Л. Українки, 2003. 320 с.
10. Вітенко І.С., Борисик А.С., Вітенко Т.І. *Соціально-психологічний тренінг: цикл вправ для підготовки лікарів-медичних психологів*. Чернівці: Книги – XXI, 2006. 128 с.
11. Головська І. Г. Психологічні особливості розвитку мотивації навчання студентів в умовах дистанційного навчання. *Актуальні проблеми сучасної психології: матеріали II Всеукраїнської наукової інтернет-конференції 15 жовтня 2021*. Одеса, 2021. С. 226-233.
12. Діденко Ю. Мотивація як важливий чинник успішного професійного становлення студентів-психологів. *ПОЛІТ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XXIII Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. Т. 1 (м. Київ, 04-07 квітня 2023 р.)*. Національний авіаційний університет. К.: НАУ, С. 304-306.
13. Діденко Ю. Професійна мотивація як внутрішній чинник розвитку професіоналізму майбутнього психолога. *Матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції (19 травня 2023 р., м. Київ)*. Київ: ДЗВО «УМО», 2023.
14. Дьяконов Г. В. Психологічні особливості професійної мотивації майбутніх психологів. *Наукові записки КДПУ*. Серія: Педагогічні науки. Кіровоград: КДПУ ім. В. Винниченка, 2012. Вип. 106. С. 39-48.
15. Занюк С. С. Психологія мотивації. Київ: Ельга-Н; Ника-Центр, 2002. 502 с.
16. Казанжи М. Психологічна ресурсність студентської молоді в умовах карантинних обмежень. *Наука і освіта: наук.-практ. журнал*. 2021. №1. С. 27-31.

17. Козієвська О. Особливості формування культури мовлення у професійній діяльності державних службовців: [автореф. дис. канд. наук: 25.00.03]. О. Козієвська. – К., 2003. – 20 с.
18. Коваленко Н. П. Мотивація навчальної діяльності як запорука успішної професійної підготовки студента. Сучасний підхід до викладання навчальних дисциплін в контексті підвищення якості вищої освіти: *матеріали 50-ї наук.-метод. конф. викладачів і аспірантів*. Полтава, 2019. С. 13–16.
19. Коваленко Н. І. Взаємозв'язок комунікативної компетентності та мотивації студентів-психологів до професійної діяльності. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України*. 2018. Вип. 18. С. 77-84.
20. Козієвська О. Особливості формування культури мовлення у професійній діяльності державних службовців: [автореф. дис. канд. наук: 25.00.03]. К., 2003. – 20 с.
21. Макарова Л., Синельников В. Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл., які навч. за спец. «Психологія». Київ: *Центр навчальної літератури*, 2005.
https://stud.com.ua/5155/psihologiya/potrebi_motivi_teoriyi_motivatsiyi_motivatsiyuna_struktura_osobistosti
22. Максименко С. Д., Макаренко О.М., Майстренко І.А. Особливості мотивації в процесі професійної підготовки майбутніх біологів. *Наукові записки НаУКМА*. 2009. Т. 97: Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. С. 40-43.
23. Полюк М. І. Теоретичні підходи до мотивації персоналу у підприємстві. *Ефективна економіка*. 2020. № 4. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=7836>. DOI: 10.32702/2307-2105-2020.4.100
24. Прядко Н. О. Мотивація досягнення як детермінанта успіху в професійній діяльності особистості *Вісник*. 2015. № 127. С. 177–180.

25. Тимофієва М., Осипенко В. Мотивація до навчання під час війни для викладачів та студентів. *Буковинський державний медичний університет*: 2022 <https://www.bsmu.edu.ua/blog/motyvacziya-do-navchannya-pid-chas-vijny-dlya-vykladachiv-ta-studentiv/>
26. Тягур Л. М., Горват А. К. Роль мотивації в управлінні професійним розвитком вчителів початкової школи. *Збірник наукових праць «Актуальні проблеми вищої освіти»*. 2021. Том 29. С. 81-90.
27. Ушакова Г. Г. Психологічні засади мотивації. *Проблеми психології*, 2007. С. 79-88.
28. Фролова Л. С. Психологічні особливості мотивації студентів вищих навчальних закладів у професійній діяльності. *Наукові записки НаУКМА*. 2010. Вип. 99. С. 23-27.
29. Чепурна Т. О. Мотивація професійної діяльності працівників психологічної служби: *автореф. дис. канд. психол. наук*: 19.00.07. Психологія розвитку, психологія соціальна. Харків, 2012. 20 с.
30. Шаповалова О. В. Мотивація навчальної діяльності студентів економічних спеціальностей. *Економіка: реалії часу*, 2021. № 3 (48). С. 81–90.
31. Borisova I. V., & Novoseltseva V. N. Structure features of intelligence of students of different types classe. *Modern Science Success*, 2016. 3(2), P. 124 – 130.
32. Li Z, Yang Y, Zhang X and Lyu Z. Impact of Future Work Self on Employee Workplace Wellbeing: *A Self-Determination Perspective. Front. Psychol.* 2021, 12:656874. doi: 10.3389/fpsyg.2021.656874
33. Maslow A. A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*. 1943. 50, 4. P. 370–396. Режим доступу: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>.
34. Sikavica P., Hernaus T. Designing an organization. Zagreb: *Novi informator*. 2011. 497 p.

35. Tharenou P. The relationship of training motivation to participation in training and development. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 2001. 74(5), 599–621. <https://doi.org/10.1348/096317901167541>

36. Zakharchenko V., Zakharchenko S. Fiscal state as a factor international Ukraine competitiveness and regions: evaluation and improving ways. Проблеми і перспективи економіки та управління. 2016. № 4. С. 159-167. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppeu_2016_4_23

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для студентів-психологів

Дякуємо за Вашу участь у цьому дослідженні! Анкета спрямована на вивчення професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни.

Всі Ваші відповіді залишаться анонімними.

1. Ваш вік:

- до 20 років
- 21-25 років
- 26-30 років
- старше 30 років

2. Ваша стать:

- Чоловіча
- Жіноча
- Не бажаю відповідати

3. Ваш курс навчання:

- 1 курс
- 2 курс
- 3 курс
- 4 курс
- 5 курс

4. Якій фактор найбільше вплинув на Ваше рішення стати психологом?

- Бажання допомагати іншим
- Інтерес до психології
- Вплив особистого досвіду
- Фінансова зацікавленість
- Соціальна значущість професії
- Можливість швидкого працевлаштування
- Інші(вказіть)_____

5. На Вашу думку, що найбільше допомагає Вам у розвитку професійних навичок під час війни?

- Спілкування з родиною та друзями
- Психологічні консультації
- Хобі та відпочинок
- Професійні семінари чи тренінги
- Інше (вказіть, що саме)_____

6. Що Ви відчуваєте, коли думаєте про своє професійне майбутнє в психології?

- Задоволення
- Оптимізм
- Ентузіазм
- Впевненість
- Невизначеність
- Нудьга
- Роздратування
- Тривога
- Депресія
- Страх
- Інші (вказіть)

7. Яким чином війна вплинула на Вашу мотивацію стати психологом?

- Збільшила мотивацію
- Знизила мотивацію
- Не вплинула

8. Кому б Ви найбільше хотіли надавати психологічну допомогу під час війни?

- Воїнам на передовій
- Пораненим у госпіталях
- Переселенцям
- Людям, що втратили рідних і близьких
- Жінкам з дітьми
- Підприємствам, організаціям, бізнес-структурам
- Іншим категоріям громадян (вказіть) _____

Дякуємо за Ваші відповіді!

Методика визначення основних мотивів вибору професії

(О.М. Павлютенкова)

Інструкція: У запропонованому Вам опитувальнику є 18 суджень про професії. Оцініть, якою мірою кожне з даних суджень відноситься до обраної Вами професії. Відповіді можуть бути 5 видів:

«Так» - 5 балів

«Скоріше так, ніж ні» - 4 бали

«Важко відповісти» - 0 балів

«Скоріше ні, ніж так» - 2 бали

«Ні» - 1 бал.

Ви повинні уважно прочитати судження і проставити знак «+» проти цього судження в ту колонку, яка відповідає Вашій оцінці.

Бланк для відповідей

№	Судження	да	Скоріше так, ніж ні	Важко відповіс ти	скоріше немає, ніж так	немає
1	Дозволяє приносити користь нашому суспільству.					
2	Особиста праця з цієї спеціальності дозволяє зміцнювати мир на землі.					
3	Дозволяє бути завжди в колективі, брати участь в його справах.					
4	Дозволяє удосконалювати свій духовний світ.					
5	Дозволяє відчувати радість праці.					
6	Сприяє усвідомленню краси праці.					
7	Дозволяє використовувати всі свої здібності.					

8	Дозволяє постійно самовдосконалюватися.					
9	Дає великі можливості для творчості.					
10	Дозволяє бути оригінальним в роботі.					
11	Вимагає великого розумового напруження.					
12	Вимагає значного фізичного напруження.					
13	Добре оплачується.					
14	Забезпечує стабільне майбутнє.					
15	Цінується серед друзів і знайомих.					
16	Забезпечує швидке підвищення кваліфікації та професійне зростання.					
17	Дає можливість працювати в місті.					
18	Забезпечує надходження і навчання у ВНЗ.					

Тест мотивації досягнення успіху та уникнення невдач (А. Реана)

Інструкція. Вашій увазі пропонується 20 тверджень. Уважно послухайте кожне висловлювання і поставте позначку в бланку відповідей навпроти відповідного номера: “+” (згода) або “-” (незгода). Над відповіддю довго не замислюйтеся, важлива ваша перша реакція. Правильних чи неправильних відповідей немає. Просимо бути уважними та щирими. Бажаємо успіху!

Опитувальник

1. Починаючи роботу, переважно, сподіваюся на успішне її виконання.
2. В діяльності активний.
3. Схильний до прояву ініціативності.
4. При виконанні відповідальних завдань намагаюся, за можливості, знайти причини відмови від них.
5. Часто вибираю крайнощі: або дуже легкі завдання, або нереалістично складні.
6. При зустрічі з перешкодами, зазвичай, не відступаю, а шукаю способи їх подолання.
7. При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх успіхів.
8. Продуктивність діяльності переважно залежить від моєї власної цілеспрямованості, а не від зовнішнього контролю.
9. При виконанні достатньо важких завдань, в умовах обмеження часу, результативність діяльності погіршується.

10. Схильний проявляти наполегливість в досягненні мети.
11. Схильний планувати своє майбутнє на достатньо віддалену перспективу.
12. Якщо ризикую, то, швидше з розумом, а не відчайдушно.
13. Не дуже наполегливий в досягненні мети, особливо, якщо відсутній зовнішній контроль.
14. Вважаю за краще ставити перед собою середні за складністю або трохи завищеної складності, але досяжні цілі, ніж нереально високі.
15. У разі невдачі при виконанні якого-небудь завдання, його привабливість, як правило, знижується.
16. При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх невдач.
17. Вважаю за краще планувати своє майбутнє лише на найближчий час.
18. При роботі в умовах обмеження часу результативність діяльності поліпшується, навіть якщо завдання достатньо важке.
19. У разі невдачі при виконанні чогось, від поставленої мети, зазвичай, не відмовляюся.
20. Якщо завдання вибрав собі сам, то при невдачі його привабливість ще більше зростає.

Тест для визначення потреби у досягненнях (ПД)
(Ю.М.Орлов, В.І.Шкуркін, Л.П.Орлова)

Інструкція піддослідному: В тесті міститься 22 твердження, які дають Вам змогу уточнити думки, інтереси і те, як Ви оцінюєте себе. Якщо Ви згодні з твердженням, напишіть «Так» поряд із ним, якщо не згодні — «Ні». Ніяких додаткових написів робити не слід. Заповнюючи аркуш для відповідей, майте на увазі, що твердження дуже короткі і не можуть містити всіх подробиць. Не гайте часу на обдумування, відповідайте швидко і обов'язково на кожне запитання. Поганих і хороших відповідей не існує.

1. Думаю, що успіх у житті залежить радше від випадку, ніж розрахунку.
2. Якщо я втрачу улюблене заняття, життя для мене втратить сенс.
3. Для мене в будь-якій справі важливіший процес її виконання, ніж кінцевий результат.
4. Вважаю, що люди більше страждають від невдач на роботі, ніж від поганих взаємин із близькими.
5. На мою думку, більшість людей живе віддаленими цілями, а не близькими.
6. У моєму житті було більше успіхів, ніж невдач.
7. Емоційні люди мені подобаються більше, ніж діяльні.
8. Навіть у звичайній роботі я намагаюся удосконалити деякі її елементи.
9. Захоплений думками про успіх, я можу забути про пересторогу.
10. Мої батьки вважали мене лінивою дитиною.
11. Думаю, що причина моїх невдач — обставини, а не я сам.

12. Мої батьки дуже суворо контролювали мене.
13. Терпіння у мене більше, ніж здібностей.
14. Лінощі, а не сумніви щодо успіху змушують мене часто відмовлятися від своїх намірів.
15. Думаю, що впевнена в собі людина — це я.
16. Заради успіху я можу ризикувати, якщо навіть шанси не на мою користь.
17. Я не сумлінна людина.
18. Коли все йде добре, моя енергія підсилюється.
19. Якби я був журналістом, писав би радше про оригінальні винаходи, ніж про пригоди.
20. Мої родичі часто не поділяють моїх планів.
21. Рівень моїх вимог до життя нижчий, ніж у моїх друзів.
22. Мені здається, що наполегливості в мене більше, ніж здібностей.

Приклади вправ корекційної програми, спрямованої на підвищення професійної мотивації студентів-психологів в умовах війни.

1. Вправа на усвідомлення професійного призначення

Мета: Підвищити усвідомленість студентів щодо значущості їхньої професії в умовах війни.

- Інструкція: Студенти записують, чому вони обрали професію психолога. Після цього вони повинні визначити, які особливості роботи психолога вони вважають найбільш важливими в умовах війни. Важливо заохотити студентів розглянути, яким чином їхні знання та навички можуть допомогти людям, що переживають стрес або травми, і яку роль вони можуть відігравати в процесі відновлення постраждалих.

2. Вправа «Мандала емоційної стійкості»

Мета: Розвиток емоційної стійкості, саморегуляції та усвідомлення власних емоцій.

- Інструкція: Студенти отримують аркуші з колом (мандалою) та розфарбовують її відповідно до того, які емоції вони відчувають під час навчання або після занять. Важливо, щоб у процесі студенти не лише малювали, а й усвідомлювали свої емоції, з'ясовували їхнє походження та знаходили методи для їхнього врегулювання (наприклад, дихальні вправи, релаксація тощо). Після завершення вправи можна провести групову дискусію.

3. Рольові ігри на підтримку постраждалих

Мета: Розвиток навичок комунікації та емоційної підтримки в кризових ситуаціях.

- Інструкція: Студенти поділяються на пари. Один із партнерів грає роль людини, що постраждала в умовах війни (психологічно чи фізично), інший – роль психолога, який надає підтримку. Завдання психолога – встановити контакт, вислухати постраждалу людину та запропонувати можливі варіанти для допомоги. Після вправи студенти обговорюють свої відчуття від ролей, які вони виконували, і дають один одному зворотний зв'язок.

4. Вправа на подолання стресу «Шлях до внутрішнього спокою»

Мета: Розвиток стресостійкості та здатності до саморегуляції.

- Інструкція: Студентам пропонується пройти через ряд етапів, кожен з яких допомагає знизити рівень стресу.

Наприклад:

1-й етап: Дихальні вправи (глибоке дихання протягом 5 хвилин).

2-й етап: Візуалізація спокійного місця (уявлення себе в улюбленому місці для релаксації).

3-й етап: Встановлення короткострокових цілей для майбутнього дня (що студенти хочуть досягти, на чому зосередяться).

Кожен етап супроводжується самоаналізом студентами того, як вони почуваються після виконання вправи.

5. Вправа на саморефлексію «Що я можу дати світу?»

Мета: Підвищення мотивації, зниження тривоги щодо майбутнього.

- Інструкція: Студенти записують 5 якостей або навичок, які вони хочуть розвивати у себе як психологи, і які вони вважають найбільш важливими для роботи в умовах війни. Після цього студенти повинні сформулювати, як ці якості допоможуть їм допомогти іншим людям. Ця вправа покликана допомогти студентам побачити свою професійну значущість і впевненість у своїх силах.

6. Групова дискусія «Психолог у кризових ситуаціях»

Мета: Створення професійної ідентичності та розвитку готовності працювати в умовах стресу.

- Інструкція: Студенти обговорюють, як вони уявляють роботу психолога в умовах війни. Важливо з'ясувати, як вони реагують на кризові ситуації, які навички, на їхню думку, є найбільш важливими для психолога в таких умовах. Дискусія допоможе сформувати у студентів розуміння своєї ролі як фахівців у складних умовах, а також підвищити готовність до професійної діяльності в кризовий період.

7. Вправа «Ресурсне місце»

Мета: Розвиток емоційної стійкості та здатності до відновлення після стресових ситуацій.

- Інструкція: Студентам пропонується візуалізувати своє «ресурсне місце», де вони почуваються в безпеці та спокої. Це може бути уявний простір, місце, де вони відпочивають або знаходять сили. Вони описують, як це місце виглядає, які звуки там присутні, які запахи, смаки тощо. Ця вправа дозволяє студентам вчитися швидко відновлювати свої емоційні ресурси під час стресу.

8. Метод «Підтримка через лист»

Мета: Розвиток емпатії та комунікаційних навичок.

- Інструкція: Студентам пропонується написати лист особі, яка переживає кризову ситуацію. У листі студенти повинні висловити підтримку, дати практичні поради щодо подолання труднощів, показати емпатію. Ця вправа допоможе студентам краще зрозуміти емоційний стан тих, кому вони можуть допомагати в майбутньому.

9. Вправа «Внутрішній діалог»

Мета: Розвиток самопідтримки та здатності до саморефлексії.

- Інструкція: Студенти ведуть внутрішній діалог з собою, задаючи питання: «Як я можу підтримати себе в умовах стресу?» або «Що мені допомагає залишатися спокійним у кризових ситуаціях?» Це може бути як письмове, так і усне самовираження. Вправа дозволяє студентам краще усвідомити свої сильні сторони та навчитися працювати зі своїми внутрішніми переживаннями.

Ці вправи можуть допомогти студентам-психологам не тільки покращити їхні професійні навички, але й розвивати емоційну стійкість, необхідну для роботи в умовах війни.