



*§1.2 ПРОФЕСІЙНА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГА
В ПРАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ (Помиткіна Л.В.
Національний авіаційний університет)*

Вступ. У професійній діяльності переважної більшості людей настає час, коли професійні знання, вміння й навички досягають найбільшої функціональності й ефективності, саме тоді фахівець стає професіоналом своєї справи. Вчені визначають цей період як здійснення професійної самореалізації особистості. Процес самореалізації особистості в кожній професії має свої особливості, закономірності, періоди здійснення тощо. А, зокрема, професійну самореалізацію психолога-викладача вищого навчального закладу вважаємо досить складною справою.

Говорячи про професію психолога, ми перш за все зустрічаємося з широкою палітрою спеціалізацій, від психолога-консультанта, медичного психолога, шкільного психолога, військового психолога, сімейного психолога, психолога-викладача тощо, – до психотерапевта з десятками відтінків методів в психотерапії. Як відомо, наука психологія надає поглиблені знання про індивідуальну й неповторну природу особистості, та шляхи й методи надання їй психологічної підтримки, психокорекції чи психореабілітації. Отримуючи дипломи бакалавра та магістра з психології, майбутні психологи мають зробити вибір, а точніше, прийняти рішення, про подальшу практичну діяльність відповідно, по-перше, до конкретної спеціалізації в психології, по-друге, до власних індивідуально-психологічних та психофізіологічних якостей, що представляють необхідний набір ПВЯ (професійно важливих якостей) для успішної діяльності. Отже, далі розглянемо особливості професійної самореалізації психолога-викладача у сфері вищої освіти.





Виклад основного матеріалу. У психології професійну діяльність та професійну самореалізацію досліджували такі вчені й практики як Бодров В.А., Бучек А.А, Ермоленко А.В., Климов Є.О., Коқун О.М., Павлова А.М., Пряжников Н.С., Рибалка В.В., Толочек В.А. та ін. Науковці переконані, що в основі самореалізації особистості в певній професії є так звана «професійна придатність». Мірою професійної придатності однозначно визначено професіоналізм суб'єкта. Таким чином, професіоналізм – ступінь опанування та реалізації індивідом професійно-посадових вимог та відповідного кваліфікаційного рівня їх виконання, або міра якості виконання індивідом вимог до конкретної професійної діяльності [3]. Професіоналізм – це інтегральна якість (новоутворення) суб'єкта праці, що характеризує продуктивне виконання професійних завдань, яке зумовлене творчою самодіяльністю і високим рівнем професійної самоактуалізації. Професіоналізм суб'єкта являє собою якісну характеристику, що відображає високий рівень професійно-важливих і індивідуально-ділових якостей, акмеологічних інваріантів професіоналізму, високий рівень креативності, адекватний рівень домагань, мотиваційну сферу й ціннісні орієнтації, спрямовані на прогресивний розвиток фахівця [4, с. 99].

Підкреслюючи складність професійної самореалізації психолога-викладача, зупинимося на необхідних складових здійснення у цій професії. Перш за все, це теоретична підготовка. Якщо розглядати психолога, який викладає психологічні дисципліни на бакалавраті, а це близько 57-58 дисциплін, то викладач має знати основи усіх дисциплін, щоб бути цікавим, ефективним, сучасним, словом, професіоналом своєї справи.

Якщо говорити по викладача в магістратурі чи аспірантурі з психології, то це вже «вищий пілотаж», тому





що треба знати не лише основи ряду дисциплін, а поглибленні знання з проблем особистості чи індивідуальності, природу відмінностей, людських пристрастей і бажань, вміти розробляти авторські курси на основі квінтесенції теоретичних знань та власного досвіду, щоб зацікавлювати магістрів і надихати до наукових досліджень аспірантів.

По-друге, як відомо з вимог до викладача вищої школи, психолог-викладач має володіти усіма методами вчительської дидактики проведення занять: зняти емоційну напругу, вміти зацікавити, здійснювати переключення уваги, тримати увагу, використати той чи інший метод, як, наприклад, мозковий штурм, кейс-метод, метод презентацій, робота в групах тощо. Відомо, що для ефективного засвоєння знань студентами найкращим способом є метод переключення уваги з теоретичного інформаційного блоку до прикладів, які вкажуть на необхідність вивчення саме цього матеріалу, та пов'яжуть з подальшим використанням у майбутній психологічній практиці молодих фахівців.

По-третє, для того, щоб викладачу бути цікавим, сучасним і ефективним, необхідно самому здійснювати практичну діяльність у психології, щоб мати «живі» приклади з різних психологічних проблем особистості для обговорення на заняттях із студентами. Так, наші викладачі здійснюють індивідуальні психологічні консультавання для різновікової категорії населення та проводять соціально-психологічні й бізнес-тренінги на запит широкого кола компаній як державної так і приватної форми власності. Це робить їх не лише теоретиками, а й психологами-практиками. Ми хочемо підкреслити важливість уміння поєднувати теорію з практикою, що, безперечно, надає унікальності й неповторності такому викладачу та вибудовує «індивідуальний стиль професійної діяльності».

Наступною складовою професійної самореалізації





викладача-психолога є те, що у ВНЗ його вважають науково-педагогічним працівником. І ця обставина накладає відповідальність за певні досягнення й показники в науці. Це означає, що крім викладацької й практичної діяльності необхідно здійснюватися у наукових статтях, монографіях, навчальних посібниках, участі й виступах на конференціях, постійно підвищувати науково метричні показники, оскільки діяльність викладача оцінюють за кількістю його публікацій та кількістю цитувань його праць.

Також ми вважаємо за необхідність обґрунтувати ще й таку складову професійної самореалізації викладача-психолога як підвищену вимогу з боку як найближчого оточення так і соціуму взагалі. Мова йде про те, що кафедра викладачів-психологів не лише здійснює навчання, а має відповідати очікуванням студентів, колег викладачів інших кафедр, керівників вищої ланки й адміністрації. Ми часто чуємо у свій бік: «ви не просто викладачі, ви психологи!» Саме в такі звернення вкладається, що ми маємо бути емпатійними, все розуміти, бути «конгруентними» (за К. Роджерсом), не зважати на обставини, не ображатися, володіти достатнім рівнем саморегуляції тощо, і продовжувати нести «світле, розумне, позитивне, випромінювати задоволеність і щастя»!

Принагідно нагадаємо характеристику К. Роджерса про те, що психолог має бути перш за все гармонійною особистістю, конгруентною у своїй професійній діяльності задля професійної самореалізації. «Особистісне зростання – писав видатний психолог – це постійне просування до високої конгруентності» [6, с. 13]. Одним із основних показників гармонійності особистості є взаємовідповідність, конгруентність її якостей, яку з різних позицій досліджували В. М. Бехтерев, О. Ф. Лазурський, Л. С. Виготський, К. Роджерс, Г. С. Костюк, П. В. Лушин, В.В.Рибалка та інші психологи. Терміни конгруентність і неконгруентність все





частіше використовуються у сучасній практичній психології. Конгруентна особистість (в дослівному перекладі – «відповідна», «узгоджена») єдина і цілісна у своїх почуттях, їх сприйнятті та висловлюванні про них, не має психологічних «захистів» чи «масок» і може бути такою, якою в глибині душі вона є [5, с. 10]. Тільки таку особистість психолога сприймають клієнти, студенти, довіряючи йому свої почуття та глибинні переживання. Те ж саме можна сказати про особистість викладачів, які є вчителями, вихователями, наставниками, консультантами, можливо й тими, на кого хочуть бути схожі студенти.

Окремо хочемо віддати належне майстерності у володінні собою психологів-викладачів. На сьогодні, високий рівень саморегуляції є найважливішою інваріантою (постійною величиною) професіоналізму. Мова йде про психологічну готовність: довготривала психологічна готовність забезпечує стабільність працездатності і результатів діяльності; короточасна – дозволяє мобілізуватися у конкретній (можливо конфліктній) ситуації. Цілий комплекс досліджень, що спираються на методологічні принципи вітчизняної психології, показав, що формування психологічної готовності суб'єкта праці є ключовою задачею забезпечення надійності і ефективності його діяльності [4, с. 207-210]. Зокрема, для психолога – формування такої готовності починається зі студентських років й продовжується під час адаптації до здійснення психологічної практики.

Професійну діяльність викладача-психолога вважаємо емоційною працею, оскільки під час її здійснення потрібно передавати знання студентам з певними емоціями та їх відтінками. Як відомо емоційна праця пов'язана з емоційним інтелектом – EQ – показником здатності людини до спілкування, вміння усвідомлювати свої емоції та розуміти почуття інших людей [7]. На сьогоднішній день вчені





активно працюють над створенням моделей досягнення успіху у професійній діяльності, які диференційовані в залежності від рівня управління емоціями: власними, інших, тобто різним ступенем використання емоційної праці. Емоційний інтелект багато в чому залежить від характеру і темпераменту, але не є статичною величиною, що дана людині від народження. З життєвим досвідом EQ неминуче зростає і розвивається. Таким чином, у працях дослідників отримав подальший розвиток взаємозв'язку емоційного інтелекту та успіху в професійній діяльності [8].

Як відомо, потреби людини, і зокрема, потреба в професійній самореалізації, суб'єктивно переживаються нею як бажання, потяги або прагнення. Сигналізуючи про виникнення потреб та про їхнє задоволення, ці переживання регулюють діяльність людини, стимулюючи або послаблюючи її. Наявність потреби та її безпосереднього, чуттєвого виразу (бажання, потягу тощо) ще не є достатньою умовою для того, щоб діяльність щодо її задоволення (або спрямована на інший предмет) могла здійснитися. Для цього необхідний об'єкт, який, відповідаючи потребі за змістом, став би збудником діяльності, надав би їй конкретної спрямованості. Людині притаманні вищі форми відображення дійсності, а тому об'єкти, які збуджують діяльність, можуть поставати у формі ідеї чи морального ідеалу. Саме цей усвідомлюваний образ, який збуджує діяльність, орієнтує її на задоволення певної потреби, називають мотивом діяльності, що реалізується. Отже, від спрямованості мотиву залежить, що (в психологічному розумінні) являє собою та чи інша дія, який суб'єктивний сенс вона має для даної людини, як відтворює її внутрішній світ, «картину її «Я» [1].

Так, мотив саморозвитку й самовдосконалення є важливим у професійній діяльності психолога-викладача, який спонукає багато працювати й розвиватися, а також є предиктором мотиву досягнення. Мотив досягнення – це





прагнення досягати високих результатів і майстерності у професійній діяльності, що проявляється у виборі складних завдань і прикладенні зусиль до їх виконання, оскільки успіхи у будь-якій діяльності залежать не тільки від здатностей, навичок, знань, але й від мотивації досягнень. Вчені виділяють основні фактори щодо рівня мотивації досягнення [1, с. 23]:

- 1) значимість досягнення успіху;
- 2) надію на успіх;
- 3) суб'єктивно оцінену ймовірність досягнення успіху;
- 4) суб'єктивні еталони досягнення.

Отже, людина з високим рівнем досягнення, прагнучи отримати вагомні результати, наполегливо працює над поставленими цілями, що безперечно призводить до високого професіоналізму й професійної самореалізації. Вчені визначають професіоналізм як якісну характеристику суб'єкта діяльності, що відображає його високу професійну кваліфікацію і компетентність, різноманітність ефективних професійних навичок і умінь, володіння сучасними способами вирішення професійних задач, що дозволяє здійснювати діяльність з високою продуктивністю [2].

У процесі просування до професійної самореалізації майбутньому професіоналу необхідно вибудувати ще й індивідуальний стиль діяльності як сукупність варіантів діяльності, найбільш зручних для людини за наявного у нього темпераменту. Формальними ознаками індивідуального стилю діяльності є стійка система прийомів і способів діяльності. Індивідуальний стиль обумовлений певними особистими якостями й виступає засобом ефективного пристосування до об'єктивних вимог.

У вузькому сенсі слова індивідуальний стиль – це індивідуально-своєрідна система поведінкових засобів, до





яких свідомо чи стихійно вдається людина з метою найкращого врівноваження власної типологічно обумовленої індивідуальності з зовнішніми умовами життєдіяльності. Серед особливостей, що складають ядро індивідуального стилю діяльності, завжди є дві групи [2]:

а) особливості, що сприяють успіху в даних обставинах;

б) особливості, що протидіють успіху.

Отже, в індивідуальному стилі професійної діяльності проявляється все різноманіття людської психіки, загальнопсихологічна структура особистості, усі образи формування рухів, дії, діяльності, знання, навички тощо, що називають – неповторністю. Також хочеться відмітити, що неповторність психолога-викладача виявляється у захопленні своєю справою, у бажанні нести передові знання студентській молоді, у прагненні до професійної самореалізації, незважаючи на соціально-економічний статус цієї професії.

Професійна діяльність викладача-психолога не обмежується тими складовими, на які ми описали вище. Зазвичай, його можна доповнити й розширити такими як академічна мобільність, міжнародна діяльність, такою сучасною й модною на сьогодні складовою як проектна діяльність тощо. Наше дослідження носить дослідницький характер і відповідає переважно основному методу в психології – методу спостереження, хоча не обійшлося й без власного досвіду та досвіду колег. Отже, ми не претендуємо на вичерпність викладу й обґрунтування проблеми становлення професійної самореалізації психолога в практичній діяльності, а лише окреслили коло професійних сходинок до вершини професіоналізму в психології.

Висновки. Отже, узагальнюючи вищевказане, приходимо до висновку, що професійна самореалізація психолога-викладача є надзвичайно цікавим, багатограним





і водночас складним процесом. До основних складових процесу самореалізації психолога-викладача відносимо: високий рівень саморегуляції, достатній емоційний інтелект, індивідуальний стиль діяльності, наявність провідних мотивів досягнення, саморозвитку й самовдосконалення, високої конгруентності, обізнаності у сфері новин науки, постійно здійснюватися в психологічній практиці, бути цікавим, ефективним, сучасним – професіоналом своєї справи. І якщо сучасним психологам-викладачам вдається утримуватися на належному рівні в усіх складових цього унікального феномену, то залишається пишатися ними, захоплюватися й говорити «VIVAT!!! психолог-викладач!».

Список використаних джерел:

1. Занюк С.С. Психология мотивации. – К.: Эльга-Н; Ника-Центр, 2001. – 352 с.
2. Климов Е.А. Пути в профессионализм: Учеб. пособие. – М.: Флинта, 2003. – 320 с.
3. Помыткін Е.А. Онтогенетическое измерение развития личности профессионала / YEARBOOK OF INTERNATIONAL UNIVERSITY COLLEGE. – Volume VII. – TENTH INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE «EDUCATIONAL MANAGEMENT: EFFECTIVE PRACTICES», Scientific Research and Creativity, 2014. – Dobrich: International University College, Bulgaria, 2014. – P. 284-287.
4. Помиткіна Л. В., Помиткін Е.О. Психологія праці і відпочинку: підручник [для студ. вищ. навч. закл.] / Любов Віталіївна Помиткіна, Едуард Олександрович Помиткін. – К.: ТОВ «Альфа-ПК», 2019. – 322 с.
5. Помиткіна Л.В. Психодинамічна неконгруентність особистості: діагностика, корекція та консультування: Монографія. – К.: Книжкове видавництво НАУ, 2007. – 180 с.
6. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление





человека. – М.: Изд. Группа «Прогресс», «Универс», 1994. – 480 с.

7. Хвостенко Тетяна. Емоційний інтелект як передумова успішної кар'єри. 03.01.2014 – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.business-territory.com/articles/emotsiini-intelekt-yak-peredumova-uspishnoi-kar%E2%80%99%D1%94ri>

8. Grandey, A. A. (2000). Emotional regulation in the work place: A new way to conceptualize emotional labor. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5, 95–110.

