

Ведення щоденників самоаналізу як форма роботи з розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів

У статті розглядається ведення щоденників самоаналізу як форма роботи з розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. Ведення щоденників – самостійна письмова форма роботи, яка сприяє самоаналізу й особистісному зростанню майбутніх психологів. Тому цю форму роботи використано у формувальному експерименті. Студенти контрольної та експериментальної груп вели щоденники за орієнтовними запитаннями. Відповіді майбутніх психологів проаналізовано за кількісними і змістовими показниками. Визначено, які професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів у щоденниках вживалися найчастіше.

Ключові слова: щоденник, наратив, майбутній психолог, особистісна зрілість, професійно значуща характеристика, формувальний експеримент, індивідуальна форма роботи.

В статье рассматривается ведение дневников самоанализа как форма работы по развитию профессионально значимых характеристик личностной зрелости будущих психологов. Ведение дневников – самостоятельная письменная форма работы, которая способствует самоанализу и личностному росту будущих психологов. Поэтому эта форма работы использована в формирующем эксперименте. Студенты контрольной и экспериментальной групп вели дневники за ориентировочными вопросами. Ответы будущих психологов проанализированы по количественным и смысловым показателям. Определено, какие профессионально значимые характеристики личностной зрелости будущих психологов в дневниках употреблялись чаще всего.

Ключевые слова: дневник, нарратив, будущий психолог, личностная зрелость, профессионально значимая характеристика, формирующий эксперимент, индивидуальная форма работы.

Ведення щоденників – самостійна письмова форма роботи, яка сприяє самоаналізу власної особистості, саморефлексії, самовдосконаленню, що наближає до особистісного зростання. Особливо актуальним особистісне зростання є для майбутніх психологів. Тому у формувальному експерименті ми використали цю форму роботи.

Написання наративів як особливу форму роботи у психологічній практиці досліджували О. Джужа, Ю. О. Масієнко, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева, О. М. Шиловська та ін. [1–6]. Разом з тим, проблема ведення щоденників для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів досліджена недостатньо. Тому мета статті – проаналізувати особливості ведення щоденників самоаналізу професійно-особистісного розвитку майбутніми психологами.

Ведення щоденників самоаналізу професійно-особистісного розвитку відбувалося під час вивчення психологічних дисциплін (наприклад, “Вступ до спеціальності “Практична психологія”, “Психологічні служби в системі освіти” та ін.). Щоденники вели 117 майбутніх психологів, з них 58 – студенти експериментальної групи і 59 – студенти контрольної групи. Для студентів експериментальної групи ведення щоденників самоаналізу відбувалося паралельно з відвідуванням тренінгових занять, або одразу після них. Тоді як студенти контрольної групи тренінг особистісного росту не відвідували.

Результати аналізувалися за змістовними і кількісними показниками, тобто ми звертали увагу на зміст написаного, вказані професійні й особистісні характеристики, підраховували їх кількість, в тому числі у відсотковому значенні, порівнювали кількість студентів контрольної та експериментальної груп, які згадали у щоденниках відповідну якість.

Перше запитання, яке майбутні психологи повинні розкрити у щоденниках самоаналізу професійно-особистісного розвитку, було: “Які мої особистісні і професійні якості зараз?”. Результати змістового і кількісного аналізу за цим запитанням подано у таблиці 1, де особистісні та професійні характеристики вказані в порядку зменшення частоти згадування їх у щоденниках майбутніх психологів.

За результатами таблиці 1, характеристики, які вказують три і більше майбутніх психологи, складають 53 особистісні якості. З них найчастіше зустрічається відповідальність, що називається 44 респондентами (37,6% загальної кількості досліджуваних). Студентами експериментальної групи відповідальність вказується 30 майбутніми психологами (25,6%).

Лише 4 студенти (3,4%) досліджуваних вказали такі характеристики особистості: низька тривожність, логічне мислення, простота, зацікавленість у майбутній професії, скромність, старанність і ввічливість. Троє студентів (2,6%) назвали адекватність, послідовність, вміння поставити реалістичну мету,

м'якосердність і вміння ненав'язливо давати поради. Майже всі характеристики (крім співпереживання, м'якосердності, вміння ненав'язливо давати поради) вказано студентами експериментальної групи.

Таблиця 1

**Результати відповідей у щоденнику на запитання
“Які мої особистісні і професійні якості зараз?”**

№ з/п	Характеристики особистості, виділені студентами	Всього (117 студентів)		Експериментальна група (58 студентів)		Контрольна група (59 студентів)	
		К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %	К-сть Осіб	У %
1	Відповідальність	44	37,6	32	55,2	12	20,3
2	Комунікабельність	30	25,6	24	41,4	6	10,2
3	Емпатійність	29	24,8	29	50	–	–
4	Емоційна врівноваженість	28	23,9	22	37,9	6	10,2
5	Доброзичливість	28	23,9	20	34,5	8	13,6
6	Відвертість	27	23,1	21	36,2	6	10,2
7	Уміння слухати і чути	26	22,2	10	17,2	16	27,1
8	Терпимість	25	21,4	18	31	7	11,9
9	Толерантність	24	20,5	18	31	6	10,2
10	Чесність	22	18,8	14	24,1	8	13,6
11	Прагнення до самовдосконалення	21	17,9	19	32,8	2	3,4
12	Творчість	20	17,1	18	31	2	3,4
13	Доброта	19	16,2	8	13,8	11	18,6
14	Справедливість	18	15,4	16	27,6	2	3,4
15	Наполегливість	16	13,7	16	27,6	–	–
16	Самокритичність	16	13,7	16	27,6	–	–
17	Уважність	15	12,8	12	20,7	3	5,1
18	Гуманізм	14	12	14	24,1	–	–
19	Тактовність	14	12	14	24,1	–	–
20	Самоконтроль	13	11,1	11	19	2	3,4
21	Спостережливість	12	10,3	12	20,7	–	–
22	Самостійність	10	8,5	10	17,2	–	–
23	“Можу допомогти”	10	8,5	–	–	10	16,9
24	Довіра до людей	8	6,8	6	10,3	2	3,4
25	Адекватна самооцінка	8	6,8	6	10,3	2	3,4
26	Об'єктивність	8	6,8	6	10,3	2	3,4
27	Щирість	8	6,8	4	6,9	4	6,8
28	Рішучість	7	6	7	12,1	–	–
29	Перцептивність	7	6	7	12,1	–	–
30	Оптимізм	7	6	7	12,1	–	–
31	Організаторські здібності	7	6	7	12,1	–	–
32	Обізнаність	6	5,1	6	10,3	–	–
33	Інтуїція	6	5,1	6	10,3	–	–

34	Стриманість	6	5,1	6	10,3	–	–
35	Вміння дати цінну пораду	6	5,1	–	–	6	10,2
36	Конфіденційність	6	5,1	6	10,3	–	–
37	Колективізм	5	4,3	5	8,6	–	–
38	Альтруїзм	5	4,3	5	8,6	–	–
39	Впевненість	5	4,3	5	8,6	–	–
40	Співпереживання	5	4,3	3	5,2	2	3,4
41	Працелюбність	5	4,3	4	8,6	–	–
42	Низька тривожність	4	3,4	4	6,9	–	–
43	Логічне мислення	4	3,4	4	6,9	–	–
44	Простота	4	3,4	4	6,9	–	–
45	Зацікавленість у майбутній професії	4	3,4	4	6,9	–	–
46	Скромність	4	3,4	4	6,9	–	–
47	Старанність	4	3,4	4	6,9	–	–
48	Ввічливість	4	3,4	4	6,9	–	–
49	Адекватність	3	2,6	3	5,2	–	–
50	Послідовність	3	2,6	3	5,2	–	–
51	Вміння поставити реалістичну мету	3	2,6	3	5,2	–	–
52	М'якосердність	3	2,6	–	–	3	5,1
53	Вміння ненав'язливо дати поради	3	2,6	–	–	3	5,1

Варто зауважити, що студенти контрольної групи не описали такі особистісні якості, які були присутні у студентів експериментальної групи: емпатійність, наполегливість, самокритичність, гуманізм, тактовність, спостережливість, самостійність, рішучість, перцептивність, оптимізм, організаторські здібності, обізнаність, інтуїція, стриманість, конфіденційність, колективізм, альтруїзм, впевненість, працелюбність, низька тривожність, логічне мислення, простота, зацікавленість у майбутній професії, скромність, старанність, ввічливість, адекватність, послідовність, вміння ставити реалістичну мету. Майже всі, не вказані контрольною групою характеристики, є важливими для професії психолога, а самостійність, високий рівень розвитку логічного мислення належать до виділених нами професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутнього психолога.

Отже, для студентів контрольної і експериментальної груп, за їх описами, властиві такі характеристики: відповідальність, комунікабельність, емоційна врівноваженість, доброзичливість, відвертість, вміння слухати і чути, терпимість, толерантність, чесність, прагнення до самовдосконалення, творчість, доброта, справедливість, уважність, самоконтроль, довіра до людей, адекватна самооцінка, об'єктивність, щирість, співпереживання. Варто зауважити, що більша частина студентів, що описували ці характеристики, належали до експериментальної групи.

Якостями, що вказувалися лише одним досліджуванним, були: життєва філософія, розуміння себе, самоприйняття, аутентичність, індивідуалізм, нестандартність у поглядах. Ці якості належать до

професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутнього психолога і вказувалися лише студентами експериментальної групи. Якості, що називали тільки по одному студенту контрольної групи, в більшості не були професійно значущими характеристиками особистісної зрілості психологів: гарна людина, педантичність, безтурботність, мрійливість та ін.

Серед особистісних і професійних якостей, виділених студентами як власних, присутні професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів: відповідальність, комунікабельність, самостійність, прагнення до самовдосконалення і самореалізації, аутентичність, індивідуалізм, саморегуляція (емоційна врівноваженість, самоконтроль, стриманість), інтелектуальність (логічне мислення, обізнаність), креативність (творчість), моральність (чесність, “можу допомогти”, конфіденційність), самоприйняття (самоповага), що, за умови адекватної самооцінки студентів, є важливими ознаками. Разом з тим, професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів, що не вказані студентами як властиві їм на цей час, були: трансценденція і відсутність невротичних симптомів.

Друге запитання, на яке майбутні психологи відповідали у щоденниках самоаналізу професійно-особистісного розвитку, було: “Яким я бачу себе майбутнім психологом і особистістю?”. Результати змістового і кількісного аналізу за цим запитанням подано у таблиці 2, де особистісні і професійні характеристики вказані в порядку зменшення частоти згадування їх у щоденниках майбутніх психологів.

За результатами таблиці 2, найбільш бажані якості психолога в майбутньому для студентів є: конфіденційність, яку вибрали 24 студенти (20,5%); відповідальність, про яку зазначили 23 майбутніх психологи (19,7% досліджуваних).

Таблиця 2

**Результати відповідей у щоденнику за запитанням
“Яким я бачу себе майбутнім психологом і особистістю?”**

Характеристики особистості, виділені студентами	Всього (117 студентів)		Експериментальна група (58 студентів)		Контрольна група (59 студентів)	
	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %
Конфіденційність	24	20,5	14	24,1	10	17,2
Відповідальність	23	19,7	15	25,9	8	13,8
Доброзичливість	14	12	10	17,2	4	6,9
Самовдосконалення	13	11,1	10	17,2	3	5,1
Емпатія	12	10,3	8	13,8	4	6,9
Комунікабельність	12	10,3	10	17,2	2	3,4

Відвертість	11	9,4	7	12,1	4	6,9
Впевненість	10	8,6	6	10,3	4	6,9
Терпимість	10	8,6	4	6,9	6	10,3
Творчість	9	7,7	7	12,1	2	3,4
Чесність	8	6,9	4	6,9	4	6,9
Емоційна врівноваженість	7	6	3	2,6	4	6,9
Інтелектуальність	7	6	2	3,4	5	8,5
Компетентність	7	6	5	8,6	2	3,4
Організаторські вміння	6	5,1	6	10,3	–	–
Прогностичні вміння	6	5,1	6	10,3	–	–
Рефлексія	6	5,1	6	10,3	–	–
Сильна особистість	6	5,1	–	–	6	10,3
Спостережливість	5	4,3	3	2,6	2	3,4
Уважність	5	4,3	5	8,6	–	–
Альтруїзм	5	4,3	5	8,6	–	–
Аналітичні вміння	5	4,3	5	8,6	–	–
Бажання допомогти	4	3,4	2	3,4	2	3,4
Врівноваженість	4	3,4	4	6,9	–	–
Вміння вислухати	4	3,4	–	–	4	6,9
Вміння підтримати	4	3,4	–	–	4	6,9
Гуманність	4	3,4	4	6,9	–	–
Небайдужість	4	3,4	–	–	4	6,9
Об'єктивність	4	3,4	2	3,4	2	3,4
Практичні вміння	4	3,4	4	6,9	–	–
“Приємна людина”	3	2,6	–	–	3	5,1
Проективні вміння	3	2,6	3	5,2	–	–
Проникливість	3	2,6	2	3,4	2	3,4
Рішучість	3	2,6	2	3,4	2	3,4
Самоаналіз	3	2,6	4	6,9	–	–
Саморегуляція	3	2,6	–	–	4	6,9
Тактовність	3	2,6	2	3,4	2	3,4
Теоретичні знання	3	2,6	4	6,9	–	–
Щирість	3	2,6	–	–	4	6,9

Чотири студенти написали, що в майбутньому бачать себе з такими якостями: альтруїзм, аналітичні вміння, бажання допомогти, врівноваженість, вміння слухати, вміння підтримати, гуманність, небайдужість, об'єктивність, практичні вміння. Три майбутніх психологи зазначили, що у майбутньому їм будуть притаманні такі характеристики: “приємна людина”, проективні вміння, проникливість, рішучість, самоаналіз, саморегуляція, тактовність, теоретичні знання, щирість.

Характеристики, що зазначалися лише двома чи одним студентом, ми не вказували. До цих характеристик, наприклад, належать: співпраця, самостійність, самодисципліна, стійкість, толерантність, справедливість, самокритика, чуйність, почуття гумору, етичність, внутрішня енергія, порядність, досвід,

сміливість, коректність, ввічливість, ентузіазм, аутентичність, психічне здоров'я та ін. Серед цих якостей є характеристики, що належать до професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів: самостійність, етичність, аутентичність, психічне здоров'я.

Деякі якості, що вказані студентами у відповідях на запитання “Яким я бачу себе майбутнім психологом і особистістю?”, були професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів: відповідальність, комунікабельність, творчість, інтелектуальність, саморегуляція.

Всього бажаних якостей для майбутнього психолога, що згадані у щоденниках двох і більше студентів, є 39, що на 14 характеристик менше, ніж при відповіді на перше запитання щоденника “Які мої особисті і професійні якості зараз?”. Це свідчить про те, що образ Я-реальне-професіонал у майбутніх психологів більш визначений і диференційований, ніж Я-ідеальне-професіонал. Студенти ще недостатньо чітко уявляють, яким психологом хотіли б стати у майбутньому, причому менше характеристик Я-ідеальне-професіонал зазначено респондентами контрольної групи (за винятком таких характеристик: емоційна врівноваженість, інтелектуальність, сильна особистість, вміння вислухати, вміння підтримати, небайдужість, “приємна людина”, саморегуляція, щирість, де інтелектуальність і саморегуляція – професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів).

Характеристиками, що присутні в образах Я-реальне-професіонал і Я-ідеальне-професіонал, є: відповідальність, комунікабельність, доброзичливість, відвертість, терпимість, чесність, творчість, організаторські вміння, спостережливість, уважність, альтруїзм, бажання допомогти, вміння слухати, гуманність, об'єктивність, рішучість, саморегуляція, тактовність, щирість. Серед цих якостей професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів є: відповідальність, комунікабельність, творчість, саморегуляція.

Третім запитанням щоденника було “Що я сьогодні зробив для професійного і особистісного розвитку?”. У відповідях майбутні психологи описували психологічні методики, книги і відеофільми, з якими вони самостійно ознайомилися. Їх перелік подано у таблиці 3.

За результатами таблиці 3, найбільша кількість належить психологічним методикам – 36 різних методик було використано майбутніми психологами, деякі методики названо декількома студентами. Наприклад, “Чи комунікабельні ви?”, “Чи умієте ви слухати?”, “Наскільки ви організовані?”, “Ваш характер”, “Чи

Таблиця 3

Результати відповідей у щоденнику за запитанням “Що я сьогодні зробив для професійного і особистісного розвитку?”

Психологічні методики	Психологічна література	Документальні фільми на психологічну тематику
<p>“Чи комунікабельні ви?”, “Чи вмієте ви слухати?” “Виявлення типологічних особливостей особистості” К. Юнга, “Особистісна шкала прояву тривожності” Дж. Тейлора, “Наскільки ви організовані?”, “Ваш характер”, “Чи сильний у вас характер?”, опитувальник акцентуації характеру Шмішека, опитувальник темпераменту Айзенка, “Шкала виявлення тривоги, чи що вас непокоїть?”, “Ваш психологічний вік”, “Потреба у досягненнях” Ю. Б. Орлова, опитувальник агресії Басса-Даркі, “Легко ли с вами ужиться?”, “Оцінка самоконтролю у спілкуванні”, діагностика перешкод у встановленні емоційного контролю за В. В. Бойко, “Чи вмієте ви спілкуватися?”, “Сила волі”, “Комунікабельність”, “Чи довіряю я іншим людям і чи заслуговую я сам на довіру”, “Рівень вашої самооцінки”, “Чи задоволені ви собою?”, “Ваш рівень здібностей до саморозвитку”,</p>	<p>“П’ять ознак доброї сім’ї” Г. Чаплена, “12 порад для жінок, що прагнуть подружнього життя”, “Самопознание и самовоспитание характера” Ю. Орлова, “Исцели свое тело” Л. Хей, “Подпись человека и его характер”, “Подсознание может все”, “Самоучитель гипноза”, “П’ять мов любові у підлітків” Г. Чаплен, “Как стать хорошим психологом” Дж. Кори, М. Шнайдера, стаття “Твоя думка про себе” з журналу “Сто талантів”, “Твое счастья залежить від тебе” Джона Павела, “Мистецтво читання по обличчю” Мека Фулфера, “Язык разговора” Аллана Гарднера, “Материнская любовь” А. Некрасова, “Чоловіки з Марсу, жінки з Венери” Джона Грея, “Світ наших почуттів” Юзефа Августина, “Варто бути батьком” Яцека Пушковського, “Внутрішня свобода. Сила віри, надії, любові” Жака Філіна, “Робота психолога з молодшими школярами”,</p>	<p>“Жизнь прекрасна или как избавиться от депрессии”, “Тайны мозга Эмани”, “Секрет”, “Тони Мелендек”, телевізійна програма “Зрозуміти. Прочитати”</p>

<p>“Ваш творчий потенціал”, “Що я за птиця?” М. Козлова, “Шкала тривожності” Спілбергера, опитувальник загальної самооцінки Казанцева, дослідження самоповаги, КОС-2, “Чи варто Вам змінюватися?”, “Самооцінка особистості”. “Чи готова дівчина вступати в шлюб?”, “Храбрый ли Вы человек?”, “Ты и твоя замкнутость”, “Малюнок неіснуючої тварини”, “Ваша домінуюча система сприйняття”</p>	<p>“Курс практической психологии”, “Как убеждать людей и добиваться успеха” Дж. Эмерсона, “Научитесь общаться! Коммуникативные тренинги” Н. Ежовой, “Введение в психоанализ” З. Фрейда, “Деятельность. Сознание. Личность” А. Н. Леонтьева, “Искусство любить” Э. Фромма, “Мастерство общения в любой ситуации. Секреты коммуникабельности для всех”, стаття “Семь способов обретения радости”</p>	
---	--	--

сильний у вас характер?”, опитувальник темпераменту Айзенка, “Ваш рівень здібностей до саморозвитку”, виявлення типологічних особливостей особистості К. Юнга.

Найбільше методик майбутні психологи вибрали для вивчення комунікативних здібностей, характеру, емоційних станів (тривожності, агресивності), самооцінки. Були методики, що вивчають особистісне змінювання: “Ваш рівень здібностей до саморозвитку”, “Чи варто Вам змінюватися?”. Результати цих методик є важливими для формування мотивації особистісного зростання майбутнього психолога.

До психологічної літератури включено 27 різних найменувань. Серед них зустрічаються книги різної тематики. Наприклад, сімейна психологія, гендерна психологія, проблеми дослідження підсвідомості, гіпнозу, особливості самопізнання та самовиховання характеру, вивчення комунікативних здібностей. Більшість з прочитаних книг були науково-публіцистичного стилю, значно менше – наукового спрямування. Наукові праці видатних психологів були такі: “Введение в психоанализ” З. Фрейда, “Деятельность. Сознание. Личность” О. М. Леонтьева, “Искусство любить” Э. Фромма. Прочитано декілька книг про особливості професійної діяльності психолога “Робота психолога з молодшими школярами”, “Курс практичної психології”. Студенти ознайомилися з літературою, що знаходиться на перетині психології і інших наук: фізіогноміка, графологія. Документальних фільмів на

психологічну тематику студентами опрацьовано найменше: їх названо лише п'ять.

Студенти експериментальної групи більш конкретно називали методики, літературу і відеофільми, ніж респонденти контрольної групи, які вживали загальні фрази: провела психологічний тест, прочитала книгу, журнал психологічної тематики, відвідала тренінг, записала фільм з психологічної проблематики, відвідаю лекції, підготовка до практичних занять, проходження практики. Майбутні психологи експериментальної групи описували враження від прочитаного, побаченого.

Четвертим запитанням, що відображено у щоденнику самоаналізу, було: “Що я нового дізнався про себе?”. Майбутні психологи, відповідаючи на це запитання, в більшості писали власні результати проведених психологічних методик. Близько половини майбутніх психологів не зазначили нових знань про себе. Тоді як інша половина вказала на отриману нову інформацію про своє Я. До нових характеристик студенти відносили: впевненість у собі, спрямованість на досягнення успіхів, підвищений рівень самоприйняття і самовпевненості, високий рівень самокерівництва і самоцінності, підвищена конфліктність, високий рівень самоактуалізації та ін. Деякі характеристики майбутні психологи заперечували, не погоджувалися з їх наявністю у себе. Найчастіше заперечували наявність негативних характеристик особистості, використовуючи при цьому психологічний механізм захисту – заперечення (за З. Фройдом). Про наявність нових характеристик про себе і заперечення деяких з них в більшості говорили студенти контрольної групи.

П'яте запитання, яке потрібно було розкрити у щоденниках самоаналізу: “Над якими професійними і особистісними якостями мені ще потрібно працювати, що вдосконалювати у перспективі?”. Результати змістового і кількісного аналізу за цим запитанням подано у таблиці 4, де особистісні і професійні характеристики вказані в порядку зменшення частоти згадування їх у щоденниках майбутніх психологів.

За результатами таблиці 4, якостями, які найбільше, на думку майбутніх психологів, їм потрібно вдосконалювати є впевненість, яку назвали 22 особи, що складає 19% всіх досліджуваних, емоційна врівноваженість (20 студентів, що дорівнює 17,1%), комунікабельність (19 респондентів, тобто 16,2%), уважність (18 майбутніх психологів, які складають 15,4% досліджуваних).

По чотири респонденти (по 3,4%) написали, що їм потрібно вдосконалювати такі якості: об'єктивність, послідовність, рефлексія, рішучість і розуміння себе. Лише по троє майбутніх психологів (по 2,6% досліджуваних) вважають, що їм варто

працювати над удосконаленням самодостатності, спостережливості, старанності і стійкості.

Таблиця 4

Результати відповідей у щоденнику за запитанням “Які професійні і особистісні якості мені ще потрібно вдосконалювати?”

Характеристики особистості, виділені студентами	Всього (117 студентів)		Експериментальна група (58 студентів)		Контрольна група (59 студентів)	
	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %
Впевненість	22	19	14	24,1	8	13,6
Емоційна	20	17,1	14	24,1	6	10,2
врівноваженість						
Комунікабельність	19	16,2	10	17,2	9	15,3
Уважність	18	15,4	14	24,1	4	6,8
Наполегливість	15	12,8	9	15,5	6	10,3
Терпимість	12	10,3	12	20,7	–	–
Витримка	11	9,4	8	13,8	3	5,1
Красномовство	10	8,5	6	10,3	4	6,8
Відвертість	9	7,7	5	8,6	4	6,8
Опір до стресів	9	7,7	9	15,5	–	–
Оптимізм	8	6,9	6	10,3	2	3,4
Сила волі	8	6,9	8	13,8	–	–
Альтруїзм	7	6	7	12,1	–	–
Відкритість	7	6	7	12,1	–	–
Відповідальність	7	6	5	8,6	2	3,4
Емпатія	7	6	7	12,1	–	–
Організаторські здібності	6	5,1	6	10,3	–	–
Самоаналіз	6	5,1	6	10,3	–	–
Самоконтроль	6	5,1	4	6,9	2	3,4
Творче мислення	6	5,1	6	10,3	–	–
Толерантність	6	5,1	2	3,4	4	6,8
Автономність	5	4,3	–	–	5	8,5
Відвертість	5	4,3	–	–	5	8,5
Гуманізм	5	4,3	5	8,6	–	–
Довіра до клієнта	5	4,3	5	8,6	–	–
Знижена тривожність	5	4,3	5	8,6	–	–
Клієнтоцентризм	5	4,3	5	8,6	–	–
Об’єктивність	4	3,4	4	6,9	–	–
Послідовність	4	3,4	4	6,9	–	–
Рефлексія	4	3,4	4	6,9	–	–
Рішучість	4	3,4	2	3,4	2	3,4
Розуміння себе	4	3,4	4	6,9	–	–
Самодостатність	3	2,6	–	–	3	5,1
Спостережливості	3	2,6	3	5,2	–	–
Старанність	3	2,6	2	3,4	1	1,7
Стійкість	3	2,6	–	–	3	5,1

Якостями, що названі лише одним досліджуваним, були: ініціативність, прогностичні вміння, послідовність у діях, гнучкість, сміливість, працьовитість, винахідливість, тактовність, аутентичність, безпосередність, почуття гумору, самоцінність, самоприйняття, життєва філософія та ін. Серед цих якостей присутня професійно значуща характеристика особистісної зрілості майбутніх психологів – аутентичність.

Всі характеристики (за виключенням толерантності, автономності, відвертості, самодостатності і стійкості) більше називалися майбутніми психологами експериментальної групи, ніж контрольної. Розбіжність у кількості названих характеристик досліджуваними контрольної і експериментальної групи може бути пов'язана з неадекватно високою самооцінкою, недостатнім самоаналізом студентів контрольної групи.

Майбутні психологи назвали 36 різних професійних і особистісних якостей, які потрібно вдосконалювати (при цьому ми не враховували якості, названі лише одним респондентом). Серед якостей, що потрібно вдосконалювати, присутні професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів: автономність (самостійність), комунікабельність, відповідальність, саморегуляція (самоконтроль), творче мислення (креативність).

Шосте запитання, яке майбутні психологи розкривали у щоденниках самоаналізу: “Мої шляхи особистісного і професійного зростання”. Результати змістового і кількісного аналізу за запитанням “Мої шляхи особистісного і професійного зростання” подано у таблиці 5, де засоби особистісного і професійного зростання вказані в порядку зменшення частоти їх згадування у щоденниках майбутніх психологів.

За результатами таблиці 5, засобом особистісного і професійного зростання, що найчастіше описувався у щоденниках самоаналізу, була література: про неї говорили 68 майбутніх психологів (58,1% досліджуваних). Студенти часто називали також психологічні методики – 51 респондент, що складає 43,6% опитаних. Найменша кількість респондентів називали такі засоби особистісного зростання, як наполеглива праця, постановка реалістичних цілей, праці видатних психологів, самовиховання, спілкування з людьми, поради психологів, інтернет-джерела.

Декілька майбутніх психологів називали такі засоби, як курси підвищення кваліфікації, майстер-класи, написання наукових робіт, круглі столи, здобуття другої вищої освіти, психологічні курси, з'їзди психологів-практиків, обмін досвідом з викладачами

і психологами, “самозаглиблення з метою пізнання”, “слідкувати за світовим прогресом у цій галузі”, володіти новою і сучасною інформацією у цій галузі та ін.

Таблиця 5

**Результати відповідей у щоденнику за запитанням
“Мої шляхи особистісного і професійного зростання”**

Засоби особистісного і професійного зростання	Всього (117 студентів)		Експериментальна група (58 студентів)		Контрольна група (59 студентів)	
	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %	К-сть осіб	У %
Література	68	58,1	44	75,9	24	40,7
Психологічні методики	51	43,6	22	37,9	29	49,2
Постановка мети	27	23,1	12	20,7	15	25,4
Самовдосконалення	22	18,8	18	31	4	6,8
Психологічна практика	19	16,2	19	32,8	–	–
Навчання	18	15,4	18	31	–	–
Самоосвіта	15	12,8	15	25,9	–	–
Конференції	13	11,1	10	17,2	3	5,1
Лекції	12	10,3	9	15,5	3	5,1
Саморозвиток	12	10,3	11	19	1	1,7
Семінари	11	9,4	9	15,5	2	3,4
Відеофільми	10	8,6	6	10,3	4	6,9
Статті	9	7,7	5	8,6	4	13,8
Передовий науковий досвід	8	6,8	8	13,8	–	–
Теоретичні знання	7	6	5	8,6	2	3,4
Аутотренінг	7	6	6	10,3	1	1,7
Наукові журнали	6	5,1	4	6,9	2	3,4
Наукові дослідження	6	5,1	6	10,3	–	–
Підвищення кваліфікації	6	5,1	4	6,9	2	3,4
Самопізнання	5	4,3	4	6,9	1	1,7
Бесіди	5	4,3	5	8,6	–	–
ЗМІ	5	4,3	–	–	5	8,5
Наполеглива праця	4	3,4	4	6,9	–	–
Постановка реалістичних цілей	4	3,4	4	6,9	–	–
Праці видатних психологів	4	3,4	–	–	4	6,9
Самовиховання	3	2,6	3	5,2	–	–
Спілкування з людьми	3	2,6	–	–	3	5,1
Поради психологів	3	2,6	–	–	3	5,1
Інтернет-джерела	3	2,6	–	–	3	5,1

Майже всі перераховані засоби особистісного і професійного зростання (крім праць видатних психологів, спілкування з людьми, порад психологів, інтернет-джерел) названі були студентами експериментальної групи. Кількість засобів зростання, названих

респондентами контрольної групи, в більшості була меншою, порівняно з експериментальною групою. Лише студенти контрольної групи описали такі засоби: статті, ЗМІ, праці видатних психологів, спілкування з людьми, поради психологів, інтернет-джерела.

Отже, найчастіше студенти згадували у щоденниках такі професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів: відповідальність, комунікабельність, самостійність, саморегуляція, інтелектуальність, креативність, моральність, самоприйняття, прагнення до самоактуалізації. Разом з тим, професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів, що рідко згадувалися студентами, були: трансценденція, відсутність невротичних симптомів, аутентичність, самодостатність.

Отже, ведення щоденників самоаналізу професійно-особистісного розвитку – ефективна індивідуальна форма роботи для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. Ефективність цієї форми роботи підвищується при її застосуванні разом з іншими індивідуальними (консультування з питань професійно-особистісного розвитку, ведення щоденників особистісного зростання під час відвідування тренінгів особистісного росту, написання наративів) і груповими (тренінг) формами роботи. Тому в перспективі існує необхідність створення ефективної психологічної технології розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів і застосування її під час професійної підготовки майбутніх фахівців.

Список використаних джерел

1. Актуальные проблемы психологии. Том 2. Психологическая герменевтика / Н. В. Чепелева. – К., 2001 – Вып. 1. – 127 с.
2. Актуальные проблемы психологии. Том 2. Психологическая герменевтика / Н. В. Чепелева. – К., 2002 – Вып. 2. – 140 с.
3. Джужа О. Особистий наратив як модель вивчення етнокультурних особливостей ідентичності // Соціальна психологія. – 2004. – № 4 (6). – С. 49–60.
4. Масієнко Ю. О. Структурно-динамічні ознаки “я-тексту” особистості : Дис... канд. психол. наук: 19.00.01. – Київ : Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 2006. – 254 с.
5. Титаренко Т. М. Життєві завдання як практики самоконституювання особистості [Електронний ресурс] // Соціальна психологія. – 2008. – № 6 (32). – Режим доступу: <http://www.politik.org.ua/vid/magcontent.php3?m=6&n=93&c=2270>

6. Шиловська О. М. Психологічні особливості породження нарративу як засобу саморозвитку особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 “Загальна психологія. Історія психології” / О. М. Шиловська. – К., 2003. – 22 с.

In the article the conduct of diaries of self-examination as form of work is examined from development professionally of meaningful descriptions of personality maturity of future psychologists. A conduct of diaries is an independent writing form of work, which assists self-examination and personality increase of future psychologists. Therefore this form of work is used in a forming experiment. The answers of future psychologists are analysed on quantitative and semantic indexes. The answers of students of control and experimental groups were compared inter se. Certainly, what professionally meaningful descriptions of personality maturity of future psychologists in diaries were used mostly.

Key words: diary, narrative, future psychologist, personality maturity, professionally meaningful description, forming experiment, individual form of work.

Отримано: 27.08.2011

УДК 316.6

М.Л. Дідух

Змістовно-структурна організація ЕТНІЧНОГО НЕСВІДОМОГО

Стаття присвячена проблемі етнічного несвідомого. Автор виокремлює такі його складові: світоглядні уявлення, архетипічні патерни, етнічна індивідуація та етно-специфічна репрезентація базових архетипів. Розглянуто механізми проєкції етнічного несвідомого на світоглядні уявлення людини.

Ключові слова: етнопсихологія, колективне несвідоме, архетип, етнічна індивідуація, етноспецифічні уявлення, магічна свідомість, сакральність.

Статья посвящена проблеме этнического бессознательного. Автор выделяет следующие его составляющие: мировоззренческие представления, архетипические паттерны, этническая индивидуация и этноспецифическая репрезентация базовых архетипов. Рассмотрены механизмы проекции этнического бессознательного на мировоззренческие представления человека.