УДК 159.98:316:64
DOI https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.3.36

Липка А. О.
доктор філософії (PhD) у галузі психології,
старший викладач кафедри психології та соціальної роботи
Західноукраїнського національного університету
ORCID: 0000-0002-1981-4675

ПРАКТИКО ЗОРІЄНТОВАНІ НАСТАНОВИ І ПРОПОЗИЦІЇ ЩОДО РОЗВИТКУ ФАХОВОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

PRACTICALLY ORIENTED GUIDELINES AND PROPOSALS CONCERNING DEVELOPMENT OF FUTURE PSYCHOLOGISTS' PROFESSIONAL RESPONSIBILITY

У статті проаналізовано, що сучасні суспільні трансформації, зростання психологічних викликів та ускладнення професійної діяльності фахівців психологічного профілю актуалізують проблему формування високого рівня фахової відповідальності майбутніх психологів ще на етапі їхньої професійної підготовки. Умови сьогодення вимагають від психолога не лише ґрунтовних теоретичних знань і практичних умінь, а й здатності приймати професійно обґрунтовані рішення, усвідомлювати наслідки власних дій, дотримуватися етичних норм і нести відповідальність за якість психологічної допомоги. Обґрунтовано, що попри значну кількість наукових досліджень, присвячених професійній підготовці психологів, питання розвитку фахової відповідальності потребує подальшого осмислення саме в практико зорієнтованому вимірі. Це зумовлено необхідністю пошуку ефективних психосоціальних й педагогічних підходів, технологій і методичних рішень, що забезпечують інтеграцію професійних знань, ціннісних орієнтацій, етичної культури та відповідальної професійної поведінки майбутніх фахівців. Особливої ваги набуває створення освітнього довкілля, у якому здобувачі вищої освіти мають можливість набувати досвіду розв'язання реальних професійних ситуацій, рефлексувати власні рішення та формувати готовність до відповідального виконання професійних функцій. Окрім того, з'ясовано, що відповідальність постає не лише професійною характеристикою, а й інтегральною особистісною властивістю-якістю, котра забезпечує дотримання етичних принципів, усвідомлене прийняття рішень, здатність прогнозувати наслідки власних дій і підтримувати високі стандарти психологічної практики. У наукових дослідженнях професійну відповідальність психолога розглядають як складне багатокомпонентне утворення, що поєднує когнітивні, мотиваційні, емоційно-вольові, поведінкові та морально-духовні компоненти. В аналітичній розвідці висвітлено, що практико зорієнтований підхід відкриває нові можливості для поєднання академічної підготовки з реальними потребами психологічної практики. Використання кейс-методів, тренінгових технологій, супервізії, моделювання професійних ситуацій, рефлексивних практик і волонтерської діяльності сприяє розвитку професійної самостійності, критичного мислення, етичної компетентності та відповідального ставлення до майбутньої професійної діяльності. Саме тому обґрунтування практико зорієнтованих настанов і розроблення пропозицій щодо вдосконалення процесу формування фахової відповідальності майбутніх психологів є актуальним науковим і прикладним завданням. У зв'язку з цим особливої вагомості набуває систематизація практичних рекомендацій, способів і настанов, спрямованих на розвиток професійної відповідальності психологів. Їх наукове обґрунтування та адаптація до сучасних умов професійної діяльності сприятимуть підвищенню якості психологічної допомоги, зміцненню довіри до професії та забезпеченню ефективного виконання психологом своїх професійних функцій.

Ключові слова: відповідальність, особистість, фахова відвічальність, майбутні психологи, професійна підготовка психологів, психологічна практика, особистісно-професійний розвиток, самосвідомість, ідентичність, рефлексія, моральна відповідальність, етична компетентність, ціннісні орієнтації, професійна готовність, професійна культура, супервізія, комунікація, тренінгові технології, кейс-метод; практико зорієнтовані способи, методи, настановлення, пропозиції.

The article analyzes that modern social transformations, the growth of psychological challenges and the complication of the psychological profile specialists' professional activity actualize the problem of forming a high level of future psychologists' professional responsibility at the stage of their professional training. Today's conditions require from the psychologist not only thorough theoretical knowledge and practical skills, but also the ability to make professionally substantiated decisions, be aware of the consequences of one's own actions, adhere to ethical norms and be responsible for the quality of psychological help. It is substantiated that despite a significant number of scientific studies devoted to the professional training of psychologists, the issue of the professional responsibility development needs further understanding precisely in a practice-oriented dimension. This is due to the need to find effective psychosocial and pedagogical approaches, technologies and methodical solutions that ensure the integration of professional knowledge, value orientations, ethical culture and responsible professional behavior of future specialists. The creation of an educational environment in which students of higher education have the opportunity to gain experience in solving real professional situations, reflect on their own decisions and form readiness for responsible performance of professional functions acquires special importance. In addition, it was found out that responsibility appears not only as a professional characteristic, but also as an integral personal property-quality that ensures compliance with ethical principles, conscious decision-making, the

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

ability to predict the consequences of one's own actions and maintain high standards of psychological practice. In scientific researches, the psychologist's professional responsibility is considered as a complex multi-component entity that combines cognitive, motivational, emotional-volitional, behavioral and moral-spiritual components. Analytical research highlights that a practice-oriented approach opens up new opportunities for combining academic training with the real needs of psychological practice. The use of case-methods, training technologies, supervisions, professional situations modeling, reflective practices and volunteer activities contributes to the development of professional independence, critical thinking, ethical competence and a responsible attitude to the future professional activity. That is why the substantiation of practice-oriented guidelines and the development of suggestions for improving the process of forming the future psychologists' professional responsibility is an urgent scientific and applied task. In this regard, the systematization of practical recommendations, methods and guidelines aimed at developing the professional responsibility of psychologists is of particular importance. Their scientific substantiation and adaptation to modern conditions of professional activity will contribute to increasing the quality of psychological assistance, strengthening trust in the profession and ensuring the psychologist's effective performance of his professional functions.

Key words: responsibility, personality, professional responsibility, future psychologists, professional training of psychologists, psychological practice, personal-professional development, self-awareness, identity, reflection, moral responsibility, ethical competence, value orientations, professional readiness, professional culture, supervision, communication, training technologies, case-method; practice-oriented methods, methods, guidelines, suggestions.

Постановка проблеми. У сучасних умовах суспільних трансформацій професійна відповідальність психолога набуває особливої ваги, оскільки вона є одним із визначальних чинників забезпечення психологічної безпеки особистості, підтримання соціальної стабільності та формування атмосфери взаємної довіри. Високий рівень відповідальності фахівця сприяє не лише його професійному авторитету, а й підвищує ефективність психологічного супроводу різних категорій населення, допомагає мінімізувати ризики професійних помилок і забезпечує дотримання принципів гуманізму, конфіденційності, добровільності та професійної етики.

Професійна відповідальність є однією з фундаментальних характеристик особистості майбутнього психолога, що відображає високий рівень його суб'єктного, соціального та професійного розвитку. Саме вона постає інтегральною якістю, яка поєднує моральні переконання, професійні цінності, готовність до свідомого прийняття рішень і здатність відповідати за наслідки власної діяльності. Сформована відповідальність свідчить про професійну зрілість майбутнього фахівця, його готовність ефективно виконувати професійні функції, дотримуючись етичних норм і принципів психологічної практики.

Особистість психолога є первинним суб'єктом реалізації професійно відповідальної поведінки, адже саме через її світоглядні установки, моральні орієнтири, професійні компетентності та систему цінностей виявляються відповідальні рішення, вчинки, професійне спілкування й організація практичної діяльності. Водночас носіями відповідальності можуть поставати не лише окремі особи, а й професійні колективи, академічні спільноти, громадські організації та суспільство загалом. Проте саме індивідуальна відповідальність кожного фахівця визначає якість функціонування цих соціальних інституцій, формуючи рівень довіри до професії психолога та сприяючи розвитку культури відповідального професійного довкілля.

Кожен майбутній психолог, здійснюючи професійну підготовку та набуваючи практичного досвіду, формує власний стиль відповідальної поведінки, що у подальшому впливає не лише на результати його профдіяльності, а й на якість психологічної допомоги, що надається окремій людині, групам і суспільству. Саме тому рівень розвитку фахової відповідальності психологів значною мірою визначає ефективність функціонування соціальних інституцій, зміцнення психологічного благополуччя населення, розвиток громадянського суспільства, підтримання морально-етичних стандартів професійної діяльності та загальний гуманістичний поступ держави.

Таким чином, професійна відповідальність є не лише показником соціальної та моральної зрілості майбутнього психолога, а й стратегічною основою його безперервного професійного розвитку, самовдосконалення та самореалізації. Вона стимулює постійне оновлення професійних знань, розвиток рефлексивного мислення, вдосконалення практичних умінь і здатності приймати обґрунтовані рішення в складних професійних ситуаціях. Саме сформована професійна відповідальність забезпечує готовність майбутнього психолога до якісного виконання професійних обов'язків, ефективної взаємодії з клієнтами, колегами та суспільством, а також сприяє підтриманню психічного благополуччя людини, гармонізації міжособистісних відносин і зміцненню психологічного здоров'я соціального довкілля.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Тематика названої статті ґрунтується на відомих теоретико-епістемологічних організованостях (від концептів і понять до наукових фактів та узагальнень) психологічного спрямування, а саме: на структурній побудові вчинку В. А. Роменця, циклічно-вчинковому підході А. В. Фурмана, концепціях відповідальної поведінки суб'єкта життєдіяльності М. В. Савчина, особистісної відповідальності та відповідальної особистості О. Є. Фурман, професійної відповідальності особистості М. А. Садової, гуманістичному підході у психології (А. Маслов, К. Роджерс та ін.), філософемі екзистенційної відповідальності особистості (М. О. Бердяєв, Ж.-П. Сартр), ідеях принципу відповідальності Г. Йонаса, уявленнях до розуміння відвічальності особистості як суб'єкта життєдіяльності (К. О. Абульханова-Славська, В. О. Татенко) та авторських здобутках щодо кватерно зорганізованої психологічної структури професійної відповідальності майбутнього психолога (А. О. Липка). Рефлек-

сивне осмислення цих теоретичних здобутків дало змогу обґрунтувати низку рекомендацій та пропозицій прикладного змісту.

Мета статті. Обґрунтування системи практично спрямованих психологічних порад, способів, настановлень, рекомендацій і пропозицій стосовно розвитку й удосконалення професійної відповідальності як інтегрального чинника фахової успішності особистості психолога.

Виклад основного матеріалу. Фахова відповідальність є однією з базових професійних характеристик особистості психолога, оскільки саме вона визначає якість виконання професійних обов'язків, ефективність взаємодії з клієнтами та дотримання етичних норм. Відповідальне ставлення до власного життя, професійного вибору й результатів своєї діяльності є ознакою зрілої особистості, яка усвідомлює наслідки власних рішень і готова брати на себе зобов'язання щодо їх реалізації. Такий підхід ґрунтується на послідовності між намірами та діями, що можна охарактеризувати принципом «усвідомив – спланував – виконав – проаналізував результат». Саме ця почерговість забезпечує формування довіри, професійної надійності та високої культури міжособистісної взаємодії.

Практико зорієнтований розвиток фахової відповідальності майбутнього психолога, на наш погляд, доцільно розглядати щонайперше через взаємопов'язану систему психологічних аспектів, що відображають його діяльність як відповідальне вчинення [2, с. 141]. Останнє базується як на відомій концепції структури вчинку українського мислителя В. А. Роменця, так і на принципах та закономірностях циклічно-вчинкового підходу А. В. Фурмана [7].

Першим аспектом є ситуаційна відповідальність, що передбачає здатність своєчасно аналізувати професійні ситуації, адекватно оцінювати їх особливості, прогнозувати можливі наслідки власних дій та приймати обґрунтовані рішення. У процесі професійної підготовки важливо моделювати реальні консультативні випадки, здійснювати аналіз професійних дилем, використовувати кейс-методи, рольові ігри та супервізійний супровід. Такий підхід формує готовність майбутніх психологів ефективно діяти в умовах невизначеності та високої професійної відповідальності.

Другий аспект становить інтенційна відповідальність, що характеризує внутрішню мотивацію майбутнього фахівця до сумлінного виконання професійних обов'язків. Вона проявляється через усвідомлення суспільної значущості професії психолога, прагнення допомагати людям, дотримуватися етичних стандартів, професійної честі та гуманістичних цінностей. Саме внутрішня професійна мотивація є рушійною силою відповідальної поведінки, сприяє розвитку професійної ідентичності та формуванню високої культури професійного мислення.

Наступним ракурсом є миследіяльнісна відповідальність, яка інтегрує процес професійного мислення та практичної діяльності психолога. Вона виявляється у здатності аналізувати інформацію, критично оцінювати різні підходи до вирішення психологічних проблем, обирати найбільш ефективні методи психологічної допомоги та нести відповідальність за результати професійних рішень. Для її розвитку доцільно використовувати практичні заняття, тренінгові технології, проєктну діяльність, психологічні практикуми, участь у волонтерських програмах і проходження професійної практики під керівництвом досвідчених наставників.

Четвертим аспектом професійної відповідальності виступає рефлексивна відповідальність, яка забезпечує здатність психолога до постійного самоаналізу, оцінювання власної професійної діяльності та вдосконалення індивідуального стилю роботи. Регулярна рефлексія дозволяє своєчасно виявляти труднощі, попереджати професійне вигорання, підтримувати високий рівень психологічної культури та розвивати навички саморегуляції. Значну роль у цьому процесі відіграють ведення рефлексивного щоденника, участь у супервізіях, інтервізійних групах і професійних дискусіях.

Виокремлені нами чотири аспекти ґрунтуються на змісті і співвідносяться із функціонуванням структурних компонентів особистісної відповідальності психолога: а) «ментально [1]» – «когнітивним, б) емоційно-мотиваційним, в) конативно-вольовим» (за М. В. Савчиним), г) «морально-духовним» [9, с. 67]. Зазначене кватерне взаємоспричинення співзвучне із відомим у науці «інструментом методологування – мислесхемами» (за А. В. Фурманом).

Опріч того, з огляду на сучасні вимоги до підготовки психологів доцільно пропонувати і впроваджувати низку практико зорієнтованих рекомендацій щодо розвитку їхньої фахової відповідальності. Для їх реалізації насамперед необхідно посилити практичну складову освітнього процесу шляхом збільшення кількості практичних занять, тренінгів, симуляцій професійних ситуацій і консультаційної практики. Доцільним є систематичне використання методів рефлексивного навчання, що сприяють розвитку самосвідомості, відповідального прийняття рішень та професійної саморегуляції.

Вагомим є також упровадження програм наставництва, супервізії та інтервізії, які забезпечують підтримку професійного становлення здобувачів ЗВО, допомагають аналізувати складні випадки та формують навички відповідальної професійної поведінки. Позитивний вплив має їх активне залучення до волонтерських психологічних проєктів, роботи в соціальних установах, реабілітаційних центрах, освітніх закладах та громадських організаціях, де вони отримують можливість застосовувати набуті знання в реальних умовах професійної діяльності.

Не менш важливою є систематична робота з формування професійної етики майбутніх психологів. Освітній процес має бути спрямований на розвиток гуманістичних цінностей, академічної доброчесності, культури професійного спілкування, відповідального ставлення до конфіденційної інформації та усвідомлення моральної відповідальності за результати психологічної допомоги.

Таким чином, розвиток фахової відвічальності майбутніх психологів є безперервним і багаторівневим процесом, що охоплює особистісний, професійний, етичний та практичний виміри підготовки фахівця [5]. Ефективне поєднання теоретичної підготовки з практичною діяльністю, розвиток професійної рефлексії, внутрішньої мотивації, самовдосконалення та відповідального ставлення до клієнта створюють необхідні передумови для формування компетентного, етично зрілого та соціально відповідального психолога, здатного успішно виконувати професійні функції в умовах сучасних суспільних викликів.

Подані аспекти професійної відповідальності майбутнього психолога доцільно розглядати не як сталі особистісні характеристики, а як динамічні складові професійного становлення, що можуть цілеспрямовано формуватися, удосконалюватися та коригуватися в процесі фахової підготовки. Період навчання у закладі вищої освіти є особливо сприятливим для розвитку відповідального ставлення до майбутньої професійної діяльності, оскільки саме в цей час відбувається інтенсивне формування професійної ідентичності, світоглядних орієнтирів, морально-етичних переконань і готовності до виконання професійних обов’язків [6].

Особливої актуальності ця проблема набуває під час підготовки студентів гуманітарних спеціальностей, зокрема майбутніх психологів, професійна діяльність яких безпосередньо пов'язана з відповідальністю за психологічний стан, особистісний розвиток і благополуччя інших людей. Саме тому одним із ключових завдань сучасної системи професійної освіти є створення педагогічних умов, які забезпечують системний розвиток фахової відповідальності студентів через поєднання теоретичного навчання, практичної діяльності та особистісного самовдосконалення.

У практиці професійної підготовки майбутніх психологів доцільно орієнтуватися на формування комплексу характеристик, що є показниками високого рівня фахової відповідальності.

Передусім важливим критерієм є вміння нести відповідальність за особисті професійні рішення та їх наслідки. Майбутній психолог повинен усвідомлювати, що кожне його слово, рекомендація чи психологічне втручання можуть суттєво впливати на емоційний стан, поведінку та подальший життєвий вибір клієнта. Саме тому необхідно розвивати навички критичного аналізу ситуації, уміння враховувати індивідуальні особливості людини, специфіку професійного контексту, доступні ресурси та можливі ризики під час прийняття рішень.

Наступним показником постає готовність добровільно приймати професійні зобов'язання. Відповідальна особистість не уникає складних завдань, а усвідомлено бере на себе обов'язки, пов'язані з виконанням професійних функцій. Для психолога це означає прагнення якісно виконувати консультативну, діагностичну, корекційну чи просвітницьку роботу незалежно від складності ситуації. Така готовність ґрунтується на внутрішній мотивації, професійній самосвідомості та розумінні суспільної значущості обраної професії.

Не менш вагому характеристику професійної відповідальності становить покладливість спеціаліста. Вона проявляється у спроможності дотримуватися професійних обіцянок, етичних принципів, конфіденційності, домовленостей із клієнтами та колегами, а також виконувати взяті на себе зобов'язання навіть за умов підвищеної складності або невизначеності. Надійність формує професійну репутацію психолога, сприяє виникненню довірливих взаємин із клієнтами та підвищує ефективність психологічної допомоги.

Важливим показником відвічальності є також самоефективність, яка відображає впевненість майбутнього психолога у власній здатності успішно виконувати професійні завдання. Вона формується на основі реалістичної оцінки власних знань, умінь і можливостей, готовності до постійного навчання та професійного вдосконалення. Високий рівень самоефективності сприяє розвитку професійної автономності, ініціативності, відповідального прийняття рішень і здатності конструктивно долати труднощі у профдіяльності. Водночас вона тісно пов'язана із самоповагою, внутрішнім локусом контролю, професійною впевненістю (за концепцією А. Бандури) та здатністю до саморегуляції.

Саме розвиток зазначених характеристик має стати одним із провідних напрямів практико зорієнтованої підготовки майбутніх психологів. Досягти цього можливо шляхом використання інтерактивних технологій навчання, аналізу професійних кейсів, моделювання консультативних ситуацій, виконання практичних завдань із поступовим підвищенням рівня відповідальності студентів за прийняті рішення. Значну роль відіграють супервізія, інтервізія, рефлексивні семінари, психологічні тренінги та професійна практика, що дають змогу сформувати досвід відповідальної поведінки в реальних, або максимально наближених до професійної діяльності, умовах.

З метою формування високого рівня фахової відповідальності майбутнім психологам доцільно дотримуватися низки практико зорієнтованих настанов і рекомендацій.

По-перше, необхідно забезпечити безперервний особистісний і фаховий розвиток**.** У цьому разі потрібно постійно працювати над розширенням власного світогляду, розвитком професійного мислення та вдосконаленням особистісних якостей. Цьому сприяє участь у тренінгах, майстер-класах, науково-практичних конференціях, вебінарах, семінарах, програмах академічної мобільності та професійних спільнотах. Не менш важливим є систематичне ознайомлення із сучасною науковою літературою, новітніми психологічними дослідженнями та міжнародним професійним досвідом.

По-друге, доцільно усвідомлено планувати власний професійний розвиток. Здобувачам ЗВО варто визначати короткострокові та довгострокові про-

фесійні цілі, розробляти індивідуальну траєкторію професійного зростання, оцінювати власні ресурси та можливості перед прийняттям нових зобов'язань. Важливо навчитися співвідносити рівень складності завдань із власною професійною готовністю, а у випадку виникнення труднощів своєчасно звертатися по допомогу до викладачів, наставників, супервізорів або більш досвідчених практичних психологів. Такий підхід сприяє формуванню відповідального ставлення до професійної діяльності та попереджає розвиток професійного виснаження.

По-третє, відповідальність необхідно систематично розвивати через практичну діяльність. Формування цієї якості відбувається насамперед у процесі виконання реальних професійних завдань. Доцільно поступово збільшувати рівень складності поставлених цілей, навчатися дотримуватися визначених термінів виконання роботи, сумлінно виконувати взяті на себе обов'язки та регулярно аналізувати отримані результати. Корисною практикою є ведення особистого професійного щоденника або рефлексивного журналу, у якому студент може фіксувати поставлені завдання, власні досягнення, труднощі, способи їх подолання та висновки щодо подальшого професійного вдосконалення. Подібна рефлексія сприяє розвитку самоорганізації, дисциплінованості та професійної автономності.

По-четверте, необхідно цілеспрямовано розвивати навички саморегуляції та емоційної стійкості. Професійна діяльність психолога пов'язана з високим рівнем емоційного навантаження, тому майбутній фахівець повинен навчитися контролювати власні емоційні реакції, конструктивно долати стресові ситуації та підтримувати внутрішню психологічну рівновагу. Важливими засобами розвитку саморегуляції є опанування технік емоційного самоконтролю, методів психологічної самодопомоги, навичок усвідомленості, професійної рефлексії та профілактики емоційного вигорання. Саме здатність керувати власним психоемоційним станом – необхідна умова відповідального виконання професійних обов’язків.

Одночасно із формуванням відповідальної професійної поведінки важливо своєчасно ознайомлювати студентів із проявами безвідповідальності, щоб попередити їх виникнення ще на етапі професійного становлення. Адже помилкові висновки, некомпетентні рекомендації, недотримання етичних стандартів або поверхове ставлення до потреб клієнта не лише знижують ефективність психологічного супроводу, а й завдають людині суттєвої психологічної шкоди. Некоректне професійне втручання здатне посилити внутрішні конфлікти, сформувати хибні життєві орієнтири, ускладнити процес прийняття важливих рішень або негативно вплинути на особистісний розвиток клієнта. Саме тому підготовка майбутніх психологів повинна бути спрямована на формування стійкого усвідомлення особистої відповідальності за якість наданої психологічної допомоги та її можливі наслідки.

Однією з найпоширеніших причин безвідповідальної поведінки є недостатній рівень сформованості відповідальності в попередні періоди розвитку особистості. Якщо людина тривалий час перебувала під надмірною опікою дорослих, не мала можливості самостійно приймати рішення та відповідати за їх наслідки, у неї можуть виникати труднощі з формуванням автономності, самостійності та професійної ініціативності. Саме тому під час навчання у закладі вищої освіти необхідно створювати умови для поступового набуття студентами досвіду самостійного прийняття рішень і відповідальності за результати власної діяльності.

Ще одним чинником безвідповідальної поведінки є недостатнє усвідомлення наслідків власних дій або бездіяльності**.** Відсутність рефлексії, поверхове ставлення до професійних завдань, невміння аналізувати результати своєї діяльності спричинюють неуважність, формальне виконання обов'язків, втрату професійної мотивації та зниження якості психологічної допомоги. Для запобігання таким проявам доцільно систематично використовувати рефлексивні методики, аналіз професійних ситуацій, обговорення помилок і труднощів під час супервізій та навчальних практик.

Причиною уникнення відповідальності може бути також негативний попередній досвід**,** пов'язаний із невдалими професійними або життєвими ситуаціями. Пережиті невдачі нерідко формують страх помилки, невпевненість у власних силах і прагнення уникати прийняття важливих рішень. У таких випадках особливої ваги набуває психологічний супровід студентів, розвиток позитивної професійної самооцінки, формування навичок конструктивного сприйняття помилок як природної складової професійного навчання та особистісного розвитку.

Не менш небезпечною є втрата особистісної мотивації та життєвих смислів, яка може проявлятися у професійній пасивності, байдужості до результатів власної діяльності, зниженні навчальної активності та емоційному виснаженні. Подібні стани нерідко супроводжуються розвитком апатії, професійного вигорання, зниженням самооцінки та відчуттям безперспективності. За відсутності своєчасної психологічної підтримки це може призвести до деструктивних форм поведінки, соціальної ізоляції або відмови від професійної самореалізації. Саме тому важливо систематично працювати над формуванням позитивної професійної мотивації, підтримкою психологічного благополуччя студентів і розвитком їхньої стресостійкості.

З огляду на зазначене, розвиток фахової відповідальності майбутніх психологів має здійснюватися комплексно та поєднувати особистісний, когнітивний, емоційний і практичний компоненти професійної підготовки. Ефективними засобами такого розвитку є активні методи навчання, супервізія, рефлексивні практики, професійне наставництво, волонтерська діяльність, проходження практики в психологічних установах і систематичне залучення студентів до вирішення реальних професійних завдань. Такий підхід забезпечує формування відповідального, компетентного та етично зрілого

психолога, здатного приймати професійні рішення, усвідомлювати їх наслідки та здійснювати психологічну допомогу відповідно до сучасних професійних стандартів.

У цьому контексті цікавою є психологічна концепція особистісної відповідальності та відповідальної особистості О. Є. Фурман, де дослідниця виокремлює «типи (індивідуалістський, персоніфікаціоністський, комунітаріанистський, колективістський), форми (ситуативна, дискусійна, лідерська, далекосяжна)» [9, с. 88], «види (юридична, економічна, громадянська, політична, екологічна, психологічна, морально-етична)» [8, с. 37], «… ступені (а) безвідповідальність (відвічальність відсутня або нульова), б) невідповідальність (мінімальна присутність), в) відповідальність, г) гіпервідповідальність, д) надвідповідальність) відвічальності. П'ятий ступінь, на її думку, часто ототожнюють із гіпервідвічальністю, хоча це не зовсім так. І далі, – пише авторка, – надвідповідальність не дорівнює гіпервідповідальності за психодуховним змістом. Друга більше стосується земного, матеріального життя особи, а перша – духовного, себто її справи життя чи покликання. Окрім того, гіпервідповідальність спрямована на деструкцію, тобто на процес порушення або руйнування будь-якої структури. Натомість надвідповідальність інтенційована на зростання людини як особистості – творчого акту вчинення» [8, с. 34]. Нею «погруповано за горизонталлю та вертикаллю вказані ступені відповідальності» [8, с. 34, 38]. Окрім того, науковиця у своїх розвідках «обґрунтовує систематику феноменологічних проявів відповідальності» [9, с. 88] та наочно подає «мислесхему ступенів відвічальності у взаємодоповненні горизонтальної (земної, матеріальної) й вертикальної (духовної) координат» [8, с. 38] і у такий спосіб викристалізовує, на наш погляд, грань між безвідповідальністю і зобов'язальністю особи й уможливлює вихід наступників на нові обрії щодо створення новітніх практико зорієнтованих настанов, порад і пропозицій стосовно формування професійної відповідальності особистості.

Одним із першочергових завдань професійної підготовки майбутніх психологів є формування цілісного уявлення про сутність фахової відповідальності, її психологічний зміст, структурні компоненти та роль у професійній діяльності [4]. Уже з перших курсів навчання доцільно ознайомлювати студентів із моделлю відповідального психолога, аналізувати професійні ситуації, розкривати значення етичних принципів професії, демонструвати приклади відповідальної поведінки в практиці психологічної допомоги та формувати розуміння того, що професійна відповідальність є основою довіри між психологом і клієнтом.

Водночас ефективність розвитку відповідальності значною мірою залежить від індивідуального підходу до кожного здобувача освіти. Якщо студент демонструє недостатній рівень відповідального ставлення до навчання чи професійних обов'язків, важливо не лише констатувати наявність проблеми, а й з'ясувати її причини. З цією метою доцільно проводити психодіагностичні обстеження, індивідуальні консультації, рефлексивні бесіди та психологічний супровід, що дозволяють визначити чинники, які перешкоджають формуванню відповідальної поведінки. Такий підхід дає можливість виявити, чи пов'язані труднощі з недостатньою мотивацією, низькою самооцінкою, відсутністю професійних цілей, емоційною нестійкістю, страхом помилки тощо.

Практичний досвід підготовки майбутніх психологів переконує, що ефективність розвитку професійної відповідальності забезпечується використанням диференційованих психолого-педагогічних методів. Для одних студентів найбільш результативним є залучення до виконання складніших навчальних і практичних завдань, що стимулюють розвиток самостійності та ініціативності. Іншим необхідна підтримка у формуванні професійної мотивації, допомога у визначенні особистісно значущих цілей або усвідомленні суспільної цінності майбутньої професії. Частина студентів потребує розвитку адекватної самооцінки, зміцнення впевненості у власних професійних можливостях, подолання внутрішніх бар'єрів та формування «позитивно-гармонійної Я-концепції» (за О. Є. Фурман). Не менш важливою є підтримка студентів у пошуку індивідуальної траєкторії професійної самореалізації, що сприяє усвідомленню власного покликання та підвищує рівень особистої відповідальності за професійне майбутнє.

Особливу роль у формуванні фахової відповідальності відіграє розвиток цілеспрямованості як однієї з провідних вольових якостей особистості. Саме цілеспрямованість забезпечує здатність майбутнього психолога свідомо визначати професійні цілі, планувати власну діяльність, послідовно реалізовувати поставлені завдання та долати труднощі, що виникають у процесі навчання й професійного становлення. Вона постає внутрішнім механізмом самоорганізації, що сприяє підтриманню високого рівня навчальної мотивації, професійної дисципліни та відповідального ставлення до виконання професійних обов'язків.

Розвиток цілеспрямованості потребує комплексного психолого-педагогічного супроводу. Майбутні психологи повинні навчитися визначати пріоритети, формулювати реалістичні короткострокові та довгострокові професійні цілі, планувати шляхи їх досягнення, здійснювати моніторинг власних результатів і за необхідності коригувати стратегію професійного розвитку. Важливо також формувати навички ефективного використання внутрішніх ресурсів – знань, здібностей, мотивації, емоційної стійкості, вольових якостей і творчого потенціалу – для досягнення визначених результатів.

Цілеспрямованість нерозривно пов'язана зі здатністю особистості мобілізувати власні психічні та інтелектуальні ресурси, конструктивно реагувати на труднощі, приймати обґрунтовані рішення та відповідально діяти навіть за умов невизначеності. Саме вона забезпечує узгодженість між професійними намірами, цінностями, мотивацією та конкретними

практичними діями, сприяючи формуванню високого рівня професійної зрілості.

З практичного погляду розвиток цілеспрямованості доцільно здійснювати через використання активних методів навчання: проєктної діяльності, виконання індивідуальних і групових професійних завдань, аналізу реальних консультативних випадків, участі у волонтерських психологічних проєктах, проходження виробничої практики, професійних тренінгів, супервізії та рефлексивних занять. Такі форми роботи сприяють формуванню досвіду прийняття відповідальних рішень, розвитку професійної самостійності та готовності до виконання складних професійних функцій.

Важливо також систематично розвивати у студентів навички самоаналізу та професійної рефлексії. Усвідомлення власних сильних і слабких сторін, оцінювання досягнутих результатів, аналіз допущених помилок і визначення шляхів їх подолання сприяють формуванню відповідального ставлення до професійного самовдосконалення. Регулярне ведення рефлексивного щоденника, участь у супервізійних групах, обговорення професійних ситуацій та отримання конструктивного зворотного зв'язку від викладачів і наставників допомагають студентам формувати стійку установку на безперервний професійний розвиток.

Таким чином, розвиток фахової відповідальності майбутніх психологів повинен здійснюватися як комплексний і безперервний процес, що охоплює формування професійної мотивації, цілеспрямованості, самостійності, рефлексивності, професійної етики та готовності відповідати за результати діяльності [3; 4]. До зазначеного переліку додамо ще й такі практико-зорієнтовані пропозиції, що сприятимуть становленню компетентного, психологічно зрілого й соціально відповідального, фахівця, здатного ефективно виконувати свої функції в сучасних умовах.

Першою, на нашу думку, може постати цілеспрямований процес формування чіткої системи професійних і життєвих цілей. Тут треба усвідомлювати, яких результатів особа прагне досягти у профдіяльності, які компетентності необхідно розвинути та які особистісні якості вдосконалити для успішної реалізації свого професійного потенціалу. Наявність довгострокової професійної перспективи сприяє усвідомленому плануванню освітньої діяльності, підвищує рівень навчальної мотивації та формує когнітивний компонент професійної відповідальності. Важливо, щоб професійні цілі були реалістичними, соціально значущими, відповідали особистісним цінностям студента та узгоджувалися з етичними принципами професії.

Для розвитку цього компонента доцільно використовувати практичні методики професійного самопроєктування, складання індивідуальних планів професійного розвитку, ведення портфоліо професійних досягнень, участь у кар'єрних консультаціях, тренінгах із постановки цілей та рефлексивних семінарах.

Наступною практико зорієнтованою настановою чи пропозицією є розвиток внутрішньої професійної мотивації**.** Високий рівень фахової відповідальності неможливий без усвідомлення особистої значущості майбутньої професії та внутрішньої готовності працювати заради досягнення професійних цілей. Саме внутрішня мотивація забезпечує сталість професійної активності, підтримує інтерес до навчання, стимулює безперервне самовдосконалення та сприяє розвитку професійної самосвідомості.

У процесі професійної підготовки важливо допомогти студентам усвідомити соціальну місію психолога, значення психологічної допомоги для людини та суспільства, а також сформувати переконання, що якість професійної діяльності безпосередньо залежить від особистої відповідальності спеціаліста. Практичному розвитку професійної мотивації сприяють зустрічі з досвідченими психологами-практиками, участь у волонтерських психологічних проєктах, проходження виробничої практики та аналіз успішних професійних кейсів.

Чергова рекомендація – це формування наполегливості, самодисципліни та вольової стійкості. Досягнення професійних цілей потребує від майбутнього психолога здатності послідовно працювати над власним професійним розвитком, відповідально виконувати навчальні й практичні завдання, долати труднощі та не відмовлятися від обраної професійної траєкторії під впливом тимчасових невдач. Формуванню цієї якості сприяють довготривалі практичні проєкти, індивідуальні дослідницькі завдання, участь у психологічному консультуванні під супервізією, виконання волонтерської діяльності та систематична самооцінка власних професійних досягнень.

Відомо, що наполегливість є одним із ключових компонентів поведінкового аспекту професійної відповідальності. Вона характеризується готовністю людини цілеспрямовано рухатися до визначеної мети, незважаючи на труднощі, невдачі чи тимчасові перешкоди. Для майбутнього психолога ця якість має особливе значення, адже професійна діяльність часто потребує тривалої роботи над складними випадками, постійного самовдосконалення, емоційної стійкості та здатності приймати відповідальні рішення в умовах невизначеності.

Разом із наполегливістю важливо розвивати здатність до самодисципліни, подолання труднощів, які розглядають як уміння конструктивно реагувати на виклики, адаптуватися до нових умов і знаходити ефективні способи вирішення професійних проблем. Якщо наполегливість відображає внутрішню готовність не відмовлятися від поставленої мети, то самодисципліна і самоподолання є практичними навичками, що дозволяють долати як зовнішні, так і внутрішні бар'єри, котрі перешкоджають професійному розвитку.

У професійній підготовці психологів особливу увагу необхідно приділяти розвитку здатності розпізнавати й долати внутрішні чинники, що негативно впливають на професійну діяльність. До них

належать прокрастинація, емоційне виснаження, невпевненість у власних силах, страх припуститися помилки, занижена самооцінка, недостатня мотивація або схильність уникати відповідальності. Не менш значущими є й зовнішні труднощі: високе навчальне навантаження, професійні конфлікти, стресові ситуації, необхідність працювати з клієнтами, які перебувають у кризових станах, а також швидкі зміни в суспільстві та професійному довкружжі.

Відповідальна професійна поведінка передбачає не лише вміння протистояти різним викликам, а й здатність використовувати їх як ресурс для власного розвитку. Саме тому наполегливість не слід ототожнювати із впертістю. Наполеглива людина усвідомлює мету своєї діяльності, критично оцінює ситуацію, за потреби коригує способи досягнення результату, однак не відмовляється від реалізації професійно значущих завдань. На відміну від цього, безпідставна впертість часто супроводжується ігноруванням об'єктивних обставин, небажанням приймати конструктивні поради та недостатньою гнучкістю мислення.

Не менш вагомим тут є і становлення вольових якостей особистості. Останні забезпечують практичну реалізацію професійних намірів, допомагають майбутньому фахівцю зберігати послідовність у досягненні поставлених цілей і відповідально виконувати професійні обов'язки незалежно від складності обставин [3].

Далі, ще однією із настанов, постає рефлексивний аналіз професійної діяльності, який забезпечує усвідомлення студентом власного особистісного розвитку, оцінювання ефективності застосованих методів роботи та визначення перспектив подальшого вдосконалення. Рефлексія допомагає майбутньому психологу аналізувати як власні успіхи, так і труднощі, виявляти причини професійних помилок, коригувати індивідуальну траєкторію розвитку та вдосконалювати професійні компетентності. Практичними засобами розвитку рефлексивної компетентності можуть бути ведення професійного щоденника, складання індивідуального плану професійного розвитку, участь у супервізійних і інтервізійних групах, аналіз професійних ситуацій, самооцінювання рівня сформованості професійних компетентностей та регулярне отримання конструктивного зворотного зв’язку від викладачів і наставників.

У процесі професійного становлення майбутній психолог має розвивати навички самоконтролю та саморегуляції. Це передбачає вміння керувати власними емоціями, контролювати імпульсивні реакції, раціонально використовувати час і ресурси, підтримувати працездатність та конструктивно реагувати на професійні труднощі. Розвинена саморегуляція сприяє прийняттю виважених рішень, підвищує ефективність професійної діяльності та зміцнює внутрішню відповідальність за її результати.

Фахова діяльність психолога вимагає високого рівня саморегуляції, адже ефективність психологічної допомоги значною мірою залежить від особистісної зрілості самого спеціаліста. Саме тому під час професійної підготовки важливо формувати у студентів усвідомлення того, що внутрішня дисципліна не обмежує свободу особистості, а навпаки – створює умови для її професійної автономності та самореалізації. Людина, яка здатна контролювати власні емоції, поведінку та повсякденні звички, значно легше досягає поставлених цілей, ефективніше адаптується до професійних викликів і демонструє вищий рівень відповідальності за результати своєї діяльності.

Недостатній розвиток самодисципліни, схильність керуватися лише ситуативними бажаннями або емоційними імпульсами нерідко стають причинами професійної пасивності та особистісної стагнації. Якщо людина не вміє свідомо регулювати власні потреби, долати труднощі чи відмовлятися від короткочасного комфорту заради досягнення довгострокових професійних цілей, вона поступово потрапляє в залежність від власних звичок, емоційних реакцій і зовнішніх обставин. Для майбутнього психолога така позиція є особливо небезпечною, оскільки професія потребує високого рівня самоконтролю, етичної стійкості та здатності приймати виважені рішення навіть у складних ситуаціях.

У практиці професійної підготовки майбутніх психологів важливо навчати студентів розрізняти близькі за змістом, але суттєво відмінні психологічні якості, зокрема, заповзятливість (невтомність, невідступність) і впертість. Таке розмежування сприяє формуванню зрілої професійної позиції та допомагає уникати неефективних моделей поведінки. Заповзятливість розглядають як активний прояв внутрішньої ініціативності та готовність докладати вольових зусиль для досягнення професійно значущої мети. Вона проявляється у здатності людини брати на себе відповідальність, своєчасно приймати рішення, долати труднощі та зберігати високу мотивацію навіть за несприятливих умов. Невтомний психолог прагне не лише досягти поставлених результатів, а й постійно вдосконалювати власні професійні компетентності, критично оцінювати власну діяльність і відкрито працювати над своїми помилками.

Важливою особливістю цієї якості є спрямованість на конструктивний розвиток особистості. Заповзятливість базується на усвідомленні професійної місії психолога, прагненні приносити користь іншим людям, готовності до самовдосконалення та відповідального виконання професійних обов'язків. Саме вона підтримує мотивацію до навчання, сприяє розвитку професійної автономності та допомагає майбутньому фахівцеві не втрачати орієнтирів у процесі професійного становлення.

На відміну від цього, впертість не завжди має конструктивний характер. Вона часто проявляється у небажанні переглядати власні погляди навіть за наявності переконливих аргументів, у відмові приймати конструктивну критику або змінювати неефективні способи діяльності. Для майбутнього психолога така поведінка може стати серйозною професійною перешкодою, оскільки психологічна прак-

тика потребує гнучкості мислення, відкритості до нових знань, здатності визнавати власні обмеження та готовності навчатися протягом усього життя.

Надмірна впертість нерідко супроводжується завищеною самооцінкою, егоцентричністю, небажанням співпрацювати з колегами та ігноруванням альтернативних поглядів. У професійній діяльності це може призводити до конфліктів, помилкових рішень, порушення етичних норм, зниження якості психологічної допомоги та втрати довіри з боку клієнтів.

Значущим аспектом професійного розвитку є також уміння відрізняти здорову професійну впевненість від проявів надмірної самовпевненості. Майбутній психолог повинен поєднувати впевненість у власних знаннях із готовністю визнавати межі своєї компетентності, звертатися по супервізійну підтримку, аналізувати професійні помилки та безперервно вдосконалювати свої професійні навички. Такий підхід сприяє формуванню адекватної професійної самооцінки, розвитку рефлексивності та зміцненню фахової відповідальності.

З практичного погляду розвиток конструктивної наполегливості та подолання проявів деструктивної впертості доцільно здійснювати через використання інтерактивних освітніх технологій. Ефективними є тренінги розвитку емоційного інтелекту, вправи на формування критичного мислення, аналіз професійних дилем, моделювання консультативних ситуацій, групові дискусії, рефлексивні семінари, супервізія та інтервізія. Такі форми роботи допомагають студентам навчитися аргументовано відстоювати власну професійну позицію, залишаючись відкритими до нової інформації, конструктивної критики та професійного діалогу.

Під час роботи над власним особистісним зростанням студенти-психологи можуть визначати для себе низку пріоритетних порад та рекомендацій, реалізація яких сприятиме формуванню зрілого, самостійного та відповідального, ставлення до професійного майбутнього, насамперед, – це:

– систематична робота над формуванням позитивної системи переконань, цінностей і життєвих установок. Це розвиває внутрішню впевненість, віру у власні можливості, здатність долати труднощі та зберігати стійкість у складних ситуаціях. Позитивне світосприйняття не означає ігнорування проблем, а передбачає здатність конструктивно оцінювати обставини, знаходити ресурси для їх подолання та відповідально діяти відповідно до власних професійних цінностей;

– свідомий вибір діяльності, що сприяє подоланню власних обмежень і розвитку вольової сфери. Для формування сильного характеру важливо регулярно створювати ситуації, що потребують зусиль, самодисципліни та виходу за межі звичного комфорту. Це може бути спортивна діяльність, творчі проєкти, волонтерська робота, участь у професійних ініціативах або інші види активності, що розвивають витривалість, відповідальність і здатність доводити справу до завершення;

– зміцнення позитивної самооцінки та розвиток адекватного професійного самосприйняття. Тут бажано навчитися бачити власні можливості, визнавати досягнення та водночас об'єктивно оцінювати сфери, які потребують удосконалення. Самоповага і внутрішня гідність – важливі передумови відповідального ставлення як до себе, так і до інших людей;

– пошук позитивних прикладів для професійного та особистісного наслідування. Вивчення життєвого шляху видатних психологів, науковців, громадських діячів чи інших особистостей із високим рівнем моральної та професійної зрілості допомагає студентам сформувати власні ціннісні орієнтири. Аналіз таких прикладів уможливлює краще усвідомити, які якості допомагають людині досягати значущих результатів, долати труднощі та зберігати відданість власному покликанню;

– розвиток навичок саморегуляції та управління власним внутрішнім станом. Професія психолога вимагає високого рівня емоційної компетентності, тому майбутній фахівець має навчатися контролювати власні емоції, аналізувати думки, керувати поведінковими реакціями та відповідально ставитися до власного психічного стану. Здатність володіти собою є одним із показників професійної зрілості та важливою умовою ефективної взаємодії з клієнтами.

Таким чином, особистісне самовиховання майбутнього психолога має розглядатися як цілеспрямований процес формування професійно відповідальної особистості. Саме через щоденну роботу над власним характером, цінностями, поведінкою та професійними компетентностями студент поступово набуває якостей, необхідних для ефективної психологічної практики. Відповідальний характер стає не лише особистою перевагою фахівця, а й фундаментальною умовою якісного виконання його професійної місії.

У зв'язку з цим доцільно виокремити комплекс особистісних орієнтирів, практичних способів і пропозицій, що можуть бути використані студентами-психологами для посилення власної професійної відповідальності. Він сприятиме розвитку самосвідомості, професійної автономності, здатності до самоконтролю, моральної стійкості та готовності приймати відповідальні рішення.

1. Розвивайте здатність до постійного самоаналізу та внутрішньої роботи над собою. Професійна відповідальність починається з уміння чесно оцінювати власні можливості, обмеження, сильні сторони та сфери, що потребують удосконалення. Важливо навчитися не уникати власних недоліків, а розглядати їх як можливості для розвитку. Регулярна рефлексія допомагає виявляти неефективні моделі поведінки, долати особистісні труднощі та формувати нові конструктивні якості. Така робота над собою сприяє розвитку емоційної стійкості, самоконтролю, професійної впевненості.

2. Формуйте внутрішню опору через систему цінностей, переконань і духовних орієнтирів. Особистість психолога потребує міцного морального фундаменту, адже професійна діяльність пов'язана

з відповідальністю за психологічне благополуччя інших людей. Важливо розвивати гуманність, доброзичливість, повагу до особистості клієнта, здатність співпереживати та діяти відповідно до етичних принципів. Незалежно від світоглядних переконань людини, внутрішня духовна опора допомагає зберігати стійкість, мудрість у прийнятті рішень і здатність протистояти професійним викликам.

3. Враховуйте складність людських взаємин і розвивайте соціальну зрілість. Здобувач ЗВО має усвідомлювати, що у професійному та особистому житті можливі як конструктивна співпраця, так і складні міжособистісні ситуації. Важливо навчитися довіряти людям, але водночас критично оцінювати обставини, розуміти мотиви поведінки інших і зберігати власні професійні межі. Розвинена соціальна компетентність передбачає вміння приймати людські недосконалості, уникати надмірної ідеалізації інших та будувати взаємини на основі поваги, відповідальності й взаємної підтримки.

4. Навчіться організовувати власну діяльність і ефективно взаємодіяти з іншими. Професійна відповідальність не означає необхідність виконувати всі завдання самостійно. Зрілий фахівець повинен уміти розподіляти обов'язки, працювати в команді, звертатися по допомогу та використовувати ресурси професійного довкілля. Делегування, співпраця й командна взаємодія дозволяють ефективніше організовувати діяльність, уникати перевантаження та спрямовувати зусилля на виконання найбільш значущих професійних завдань.

5. Створюйте мережу конструктивних професійних і людських взаємин. Розвиток майбутнього психолога неможливий без активного соціального контактування. Важливо формувати коло людей, із якими можна обмінюватися досвідом, отримувати підтримку, спільно вирішувати професійні питання та розвиватися. Водночас необхідно самому бути надійним партнером, уважним колегою, відповідальним другом і відкритою до співпраці людиною. Якість соціальних зв'язків значною мірою визначає можливості професійного зростання та особистісної реалізації.

6. Будуйте професійну діяльність на основі моральних цілей і гуманістичних принципів. Усі професійні рішення психолога повинні відповідати принципам людяності, етичності та поваги до гідності іншої особистості. Важливо не лише прагнути до результату, а й аналізувати способи його досягнення. Справжня професійна відповідальність проявляється тоді, коли фахівець усвідомлює наслідки власних дій і прагне приносити користь людям. Внутрішня узгодженість між цінностями, мотивами та поведінкою допомагає уникати професійних конфліктів і підтримувати психологічне благополуччя самого спеціаліста.

7. Розвивайте здатність до самокерування та відповідального впливу на власне життя. Професійно зріла особистість не є пасивним учасником подій, а активно формує власну життєву та професійну траєкторію. Для майбутнього психолога важливо розвивати навички самоуправління, прийняття рішень, планування діяльності та контролю за власними діями. Водночас відповідальне лідерство передбачає не домінування над іншими, а здатність позитивно впливати, підтримувати розвиток людей і створювати умови для конструктивної взаємодії.

8. Формуйте фінансову та ресурсну грамотність як складову професійної самостійності. Стабільність особистого життя також впливає на професійну ефективність психолога. Вміння відповідально ставитися до матеріальних ресурсів, планувати витрати та створювати певний рівень фінансової безпеки сприяє незалежності й зменшенню зовнішнього напруження. Водночас важливо пам'ятати, що матеріальні ресурси є лише інструментом забезпечення можливостей для розвитку, а не головною життєвою метою. Гармонійне ставлення до ресурсів свідчить про зрілість, відповідальність і здатність розумно організовувати власне життя.

9. Орієнтуйтеся на високі професійні стандарти та значущі життєві цілі. Рівень відповідальності особистості значною мірою залежить від масштабу її цілей і прагнень. Високі професійні орієнтири стимулюють особистість до творчості, самореалізації та здійснення суспільно важливої діяльності. Саме через значущі професійні цілі розкривається потенціал психолога як фахівця і особистості.

10. Постійно інвестуйте у власний особистісний і професійний розвиток. Фахова відповідальність формується протягом усього життя та потребує постійного самовдосконалення. Майбутньому психологу необхідно розвивати інтелектуальні здібності, емоційну компетентність, фізичну витривалість, духовну культуру та професійні навички. Важливо навчитися долати внутрішні бар'єри, працювати із власними страхами, невпевненістю, пасивністю та іншими чинниками, що перешкоджають розвитку.

Отже, розвиток фахової відповідальності майбутніх психологів є комплексним процесом, який охоплює самопізнання, формування ціннісних орієнтирів, розвиток самодисципліни, соціальної компетентності, професійної мотивації та здатності до постійного самовдосконалення. Запропоновані практичні настанови спрямовані на формування особистості психолога, який не лише володіє необхідними професійними знаннями, а й здатний відповідально, етично та гуманно реалізовувати свою професійну місію.

У процесі становлення професійної відповідальності майбутнього психолога важливе значення має здатність особистості ефективно регулювати власний психоемоційний стан, протистояти впливу стресогенних чинників та зберігати внутрішню рівновагу в складних життєвих і професійних ситуаціях. Як доведено у працях видатного дослідника стресу Г. Сельє, тривале психічне напруження та особливо деструктивна форма стресу – дистрес – негативно впливає на фізичне здоров'я, емоційну стабільність, здатність людини до продуктивної діяльності та прийняття відповідальних рішень.

Для психолога як майбутнього фахівця проблема стресостійкості набуває особливої актуальності, адже його професійна діяльність передба-

чає постійну взаємодію з людьми, які перебувають у кризових, травматичних або емоційно складних життєвих обставинах. Тому психолог має не лише володіти професійними знаннями й методами допомоги, а й бути внутрішньо зрілою, емоційно врівноваженою та відповідальною особистістю, здатною керувати власними переживаннями.

З метою розвитку стресостійкості та підвищення рівня професійної відповідальності студентам-психологам доцільно дотримуватися низки практичних орієнтирів.

1. Формування навичок емоційної саморегуляції. Однією з ключових умов психологічної зрілості є вміння усвідомлювати, контролювати й конструктивно трансформувати власні емоційні стани. Майбутній психолог повинен навчитися розпізнавати виникнення негативних переживань – роздратування, образи, тривоги, страху, гніву чи внутрішнього напруження – та не дозволяти їм накопичуватися до стану емоційного виснаження. Важливо не придушувати негативні емоції, а навчитися правильно їх проживати й переосмислювати. Саме усвідомлена робота із власним емоційним світом сприяє розвитку внутрішньої стабільності, самоконтролю та здатності діяти відповідально навіть у напружених обставинах. Професійно зрілий психолог поступово формує здатність замінювати руйнівні емоційні реакції конструктивними станами: доброзичливістю, прийняттям, терпінням, співпереживанням, готовністю до діалогу.

2. Розвиток психологічного захисту від зовнішніх негативних впливів. Важливим моментом професійної відповідальності психолога є здатність зберігати власну психологічну цілісність у ситуаціях емоційного навантаження. Тут слід розвивати навички конструктивного дистанціювання від негативних впливів, не дозволяючи агресії, конфліктам чи емоційним реакціям інших людей руйнувати власну внутрішню рівновагу. Психологічний захист не означає байдужості чи відстороненості від проблем інших людей. Навпаки, він передбачає здатність залишатися емпатійним, але водночас зберігати професійні межі, необхідні для ефективного виконання фахових завдань. Саме вміння розмежовувати власні емоції та переживання інших людей допомагає психологу уникати професійного вигорання, зберігати об'єктивність і відповідально ставитися до процесу психологічної допомоги.

3. Підтримання внутрішньої гармонії та психоемоційної рівноваги. Стресостійкість значною мірою залежить від загального способу життя, системи цінностей і внутрішнього ставлення людини до себе та навколишнього світу. Чим більш розвиненою є здатність особистості підтримувати стан внутрішньої гармонії, тим ефективніше вона протистоїть негативним впливам. У цьому разі необхідно формувати культуру самопідтримки: приділяти увагу відновленню власних ресурсів, розвивати позитивне мислення, знаходити джерела натхнення та підтримувати баланс між професійною діяльністю, особистим життям і саморозвитком.

4. Розвиток духовно-моральних орієнтирів особистості. Важливим чинником психологічної стійкості є сформована система життєвих смислів, моральних принципів і духовних цінностей. Для багатьох людей джерелом внутрішньої опори виступає віра, духовні переконання або усвідомлення вищого сенсу власного життя. Наявність таких орієнтирів допомагає особистості легше долати кризові періоди, зберігати надію, відповідальність за власні рішення та гуманістичне ставлення до інших людей. Для майбутнього психолога духовно-моральна зрілість є важливою основою професійної етики, оскільки робота з людиною потребує не лише знань і навичок, а й високого рівня людяності, щирості та поваги до особистості клієнта.

5. Формування відповідальних особистісних якостей. Рівень стресостійкості безпосередньо пов'язаний із розвитком таких рис, як чесність, самовладання, впевненість у собі, наполегливість, відповідальність і внутрішня стійкість. Чим більш сформованими є ці якості, тим ефективніше людина контролює власні реакції та приймає обґрунтовані рішення. Адже майбутній психолог має розглядати особистісне зростання як постійний процес професійного вдосконалення. Саморозвиток, самоаналіз і робота над власними недоліками створюють основу для формування надійного фахівця, здатного відповідально виконувати професійні функції.

6. Практикування здорового способу життя як основи психологічної витривалості. Фізичне здоров'я, рухова активність, повноцінний відпочинок і збалансований режим життя є важливими передумовами збереження психічної стійкості. Регулярна фізична активність сприяє зниженню рівня напруження, покращує емоційний стан і допомагає ефективніше відновлювати внутрішні ресурси. Для майбутнього психолога турбота про власне здоров'я є не лише особистою потребою, а й професійним обов'язком, адже лише фахівець, який уміє підтримувати власне благополуччя, може якісно допомагати іншим людям.

Таким чином, розвиток стресостійкості є невід'ємною складовою становлення професійної відповідальності майбутнього психолога. Вона формується через систематичну роботу над емоційною саморегуляцією, зміцнення внутрішніх ресурсів, розвиток моральних цінностей, самодисципліну та прагнення до постійного особистісного вдосконалення.

Важливими аспектами розвитку професійної відповідальності майбутнього психолога є сформованість таких особистісних якостей, як терпеливість (витримка), самодисципліна, здатність до прийняття правил і конструктивного самоконтролю. Саме ці характеристики забезпечують стійкість поведінкової та вольової сфери особистості, допомагають послідовно реалізовувати поставлені цілі й долати труднощі, що виникають у процесі професійного становлення. Терпеливість і здатність до організованого самокерування створюють основу для розвитку конативно-вольового компонента професійної відповідальності, оскільки передбачають уміння не лише

усвідомлювати обов'язок, а й реально діяти відповідно до прийнятих рішень.

Опріч того, вагомою постає здатність особистості до конструктивного привласнення певних вимог, правил і професійних норм. Таке прийняття не варто розуміти як пасивне підпорядкування чи безумовне виконання чужої волі. У професійному контексті йдеться про зрілу готовність швидко адаптуватися до нових умов, приймати визначену роль у спільній діяльності та ефективно виконувати завдання відповідно до поставленої мети.

Здатність оперативно включатися в новий процес, не витрачаючи зайвих ресурсів на внутрішній опір чи невиправдані сумніви, є важливою ознакою професійної надійності. Майбутній психолог у процесі навчання та практичної діяльності має навчитися гнучко реагувати на зміни, приймати професійні завдання, співпрацювати з колегами й наставниками, а також відповідально виконувати взяті на себе зобов'язання.

Зовнішній прояв такої дисциплінованості виявляється у здатності бути ефективним учасником освітнього або професійного довкілля. Це означає вміння працювати в команді, дотримуватися визначених правил взаємодії, поважати організаційні вимоги та підтримувати спільну діяльність. Людина, яка демонструє відповідальність, послідовність і сумлінність, поступово набуває статусу надійного партнера, на якого можуть розраховувати інші учасники професійного процесу.

Водночас значущим є не тільки зовнішній, а й внутрішній вимір самодисципліни. Внутрішня організованість передбачає здатність людини керувати власною поведінкою, дотримуватися особисто визначених цілей і реалізовувати прийняті рішення незалежно від ситуативного настрою чи зовнішніх обставин.

Внутрішня дисципліна є своєрідною формою поваги до себе, оскільки передбачає здатність виконувати обіцянки, які людина дала сама собі стосовно власного професійного зростання та особистісного розвитку. Коли майбутній психолог навчається керувати собою, він не лише підвищує власну ефективність, а й формує позитивне ставлення до себе з боку оточення. Надійність, послідовність і відповідальність стають тими характеристиками, які визначають професійну репутацію спеціаліста.

Формування самодисципліни й терпеливості – одні із ключових напрямів розвитку й употужнення поведінково-вольового компонента професійної відповідальності майбутнього психолога. Ця якість не виникає автоматично, а потребує цілеспрямованого самовиховання, регулярної внутрішньої роботи та свідомого управління власною поведінкою. Самодисципліна й терпеливість допомагають майбутньому фахівцеві не лише організовувати навчальну діяльність, а й розвивати здатність до самоконтролю, послідовності, виконання професійних зобов'язань і відповідального ставлення до власного розвитку.

Тому першим кроком до становлення самодисциплінованої особистості є формування позитивного ставлення до дисципліни як до внутрішнього ресурсу, а не як до обмеження свободи. Майбутній психолог має усвідомити, що дисциплінованість й витримка є інструментами досягнення професійних і життєвих цілей, оскільки саме вони дозволяють ефективно використовувати власний час, сили та здібності. Для цього доцільно виконувати рефлексивні завдання: проаналізувати приклади з життя відомих людей або власного досвіду, коли організованість і послідовність сприяли досягненню успіху; письмово описати значення дисципліни у професійному становленні психолога; сформувати власне розуміння тези «Самодисципліна й витримка як основи особистісної сили та професійної надійності». Така робота сприяє переосмисленню ролі дисципліни у власному житті.

Другий крок полягає у створенні стійкої внутрішньої мотивації до самодисципліни. Важливо не просто виконувати певні правила чи дотримуватися режиму, а розуміти особистісний сенс цих дій. Студентам-психологам рекомендується визначити, які можливості відкриє для них високий рівень самоорганізації, як зміниться їхня професійна компетентність, емоційна зрілість та здатність допомагати іншим людям. Корисною практикою є складання переліку власних мотивів розвитку самодисципліни, опис бажаного образу себе як майбутнього спеціаліста та визначення конкретних результатів, яких можна досягнути завдяки системній роботі над собою.

Третій, у напрямку розвитку самодисципліни й витримки, пов'язаний із формуванням ефективних життєвих ритмів і звичок. Організований розпорядок дня, планування навчальних завдань, збалансоване поєднання праці та відпочинку створюють основу для стабільності й продуктивності. Значну роль у цьому процесі відіграють фізична активність, спортивні заняття, практики саморегуляції та участь у тренінгах особистісного розвитку. Регулярне виконання таких дій зміцнює силу волі, навчає долати труднощі, розвиває витривалість і здатність доводити розпочаті справи до завершення.

Четвертий етап передбачає опанування навичок свідомого самоуправління та самовдосконалення. Тут важливо навчитися керувати власними думками, емоціями й поведінковими реакціями. У цьому можуть допомогти техніки самоспостереження, позитивного самоналаштування, ведення щоденника особистісного розвитку, постановка короткострокових і довгострокових цілей. Регулярне використання таких практик сприяє зміцненню внутрішньої мотивації, активізації вольових ресурсів і формуванню відповідального ставлення до власних рішень.

Відтак розвиток самодисципліни, витримки та здатності до конструктивного прийняття вимог є важливою умовою становлення професійної відповідальності майбутніх психологів. Уміння керувати власними станами, долати внутрішні бар'єри, швидко адаптуватися до професійних ситуацій і спрямовувати себе на досягнення мети забезпечує формування зрілої, надійної та компетентної особистості психолога.

Отже, застосування практико зорієнтованих порад, способів, настанов і пропозицій – наріжний камінь стосовно розвитку фахової відповідальності майбутніх психологів. Спочатку вони активізують емоційно-почуттєву сферу особистості, згодом – когнітивну, далі – мотиваційну, а пізніше – поведінкову й, насамкінець, – рефлексивну.

Висновки. 1. У професійній діяльності психолога відповідальність виходить далеко за межі формального виконання посадових функцій. Вона передбачає глибоке усвідомлення моральних, етичних і соціальних наслідків кожного професійного рішення. Майбутній психолог повинен не лише володіти сучасними знаннями та практичними навичками, а й бути готовим до постійного саморозвитку, професійного самовдосконалення, критичного осмислення власного досвіду та безперервного підвищення рівня профкомпетентності. Саме відповідальність за власний психічний, інтелектуальний і духовний розвиток створює підґрунтя для ефективної профдіяльності та формування психолога як зрілої, компетентної особистості. 2. Професійна відповідальність психолога нерозривно пов'язана з відповідальністю за психологічне благополуччя, психічне здоров'я та безпеку клієнтів. Будь-яке професійне втручання може суттєво впливати на емоційний стан, поведінку та життєві рішення людини, тому спеціаліст має діяти відповідно до принципів профетики, конфіденційності, добровільності, поваги до особистості клієнта та наукової обґрунтованості застосовуваних методів психологічної допомоги. 3. Водночас фахова відповідальність передбачає готовність приймати наслідки власних рішень. Успішне виконання професійних завдань сприяє професійному зростанню, зміцненню репутації, розширенню можливостей кар'єрного розвитку та підвищенню рівня професійної компетентності. Натомість безвідповідальність або недостатня професійна підготовленість можуть призвести до втрати довіри, професійного авторитету, погіршення взаємин із клієнтами й колегами, а також негативно позначитися на ефективності психологічної допомоги. 4. З огляду на це, одним із найважливіших завдань сучасної професійної освіти, є створення освітнього довкілля, яке забезпечуватиме послідовне формування відповідальної професійної позиції студентів-психологів. Поєднання ґрунтовної теоретичної підготовки, систематичної практичної діяльності, професійної рефлексії, супервізійної підтримки та розвитку етичної культури сприятиме його становленню як компетентного, гуманістично орієнтованого та соціально відповідального фахівця, здатного здійснювати професійну діяльність на високому рівні й відповідати за її результати. Спираючись на результати теоретичного аналізу та сучасні вимоги до професійної підготовки психологів, можна стверджувати, що розвиток фахової відповідальності має здійснюватися систематично й цілеспрямовано протягом усього періоду навчання у закладі вищої освіти. 5. Висвітлені практико зорієнтовані настанови, особистісні орієнтири і пропозиції щодо формування професійної відвічальності майбутніх психологів наснажують і розвивають їхній власний потенціал новітньою ерудицією, досвідом, компетенціями та дають змогу застосовувати у прийдешній діяльності. Їх реалізація сприяє поглибленню теоретичних знань, удосконаленню практичних умінь і навичок, розвитку професійно значущих здатностей, а також становленню готовності до ефективного виконання профдіяльності. Водночас рекомендації створюють передумови для безперервного професійного самовдосконалення, розвитку рефлексивного мислення, підвищення рівня професійної майстерності та відповідального ставлення до виконання фахових обов'язків. Окрім того, практичне впровадження запропонованих рекомендацій забезпечує більш раціональне використання особистісних ресурсів майбутніх психологів, сприяє розвитку здатності до саморегуляції, самоконтролю, професійного самоствердження та конструктивної взаємодії з різними категоріями клієнтів. Крім того, вони допомагають формувати високий рівень усвідомлення власної професійної ролі, відповідальності за прийняті рішення та їх наслідки, зміцнюють мотивацію до сумлінного виконання професійних функцій, дотримання етичних норм і стандартів психологічної діяльності. У сукупності це забезпечує підвищення ефективності фахової діяльності майбутніх психологів, зміцнює їхню конкурентоспроможність на сучасному ринку праці та сприяє формуванню компетентного спеціаліста, здатного відповідально, етично й результативно здійснювати психологічну допомогу в різних сферах суспільного життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Липка А.О. Психологічна динаміка розвитку професійної відповідальності майбутніх психологів: дис. ... на здобуття ступеня доктора філософії: 053 Психологія, Тернопіль: ЗУНУ, 2024. 232 с.

2. Липка А.О. Психологічні поради та рекомендації щодо активізації професійної відповідальності психологів. *Психологія і суспільство*. 2019. №2. С. 139-146. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2019.02.139

3. Савчин М. Свобода і відповідальність особистості. *Психологія і суспільство.* 2007. № 4. С. 73-80.

4. Садова М.А. Психологічні складові професійної відповідальності особистості: монографія. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2018. 434 с.

5. Соціальна відповідальність: навч. посіб. / упоряд. і ред. Т.Л. Надвинична. Тернопіль : ТНЕУ, 2017. 139 с.

6. Фурман А.В., Липка А.О. Психологічна структура професійної відповідальності особистості: програма, психодіагностика, експеримент. *Психологія і суспільство*. 2025. №1. С. 91-146. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2025.01.091

7. Фурман А.В. Парадигма як предмет методологічної рефлексії. *Психологія і суспільство*. 2013. №3. С. 75-82.

8. Фурман О.Є. Відповідальна особистість та особистісна відповідальність: діалектика категорійного взаємодоповнення. *Психологія і суспільство*. 2025. №2. С. 22-45. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2025.02.022

9. Фурман О.Є. Громадянська відповідальність особистості як предмет психологічного дослідження. *Психологія і суспільство.* 2015. № 1. С. 65-91.

Дата першого надходження статті до видання: 07.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 17.11.2026