

САМОЕФЕКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ – МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Пухно Світлана Валеріївна,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології

Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

ORCID ID: 0000-0001-9862-5145

Researcher ID: ABW-2691-2022

У статті проаналізовані поняття «самоефективність», «особистісна самоефективність», «професійна самоефективність». Визначено, що особливості самоефективності на різних етапах життя мають свою специфіку, обумовлені соціальною ситуацією розвитку людини, провідною діяльністю, психологічними новоутвореннями. Проаналізовані результати сучасних досліджень, згідно яким юнацький період – віковий етап де актуалізуються питання самоефективності. Це пов'язується дослідниками з професійним самовизначенням, формуванням професійної компетентності, можливостей успішної особистісної і професійної самореалізації. Визначено, що розвиток і формування самоефективності забезпечує вироблення стратегій адаптації, особистісні зміни людини. Проаналізовано поняття «професійної самоефективності» як усвідомлення фахівцем можливостей вирішення складних професійних ситуацій на основі сформованих компетенцій і мобілізації професійних здібностей. Професійна самоефективність формується під час навчання студентів, здійснення завдань практики. Проаналізовані такі види самоефективності майбутніх психологів – діяльнісна, комунікативна, особистісна. Визначено, що особистісна самоефективність свідчить про наявність професійно-важливих якостей людини і впевненості в можливостях виконання завдань професійної діяльності. Визначені психолого-педагогічні умови успішного розвитку особистісної самоефективності майбутніх психологів, а саме: розвиток рефлексивних здібностей студентів; розвиток професійно-важливих особистісних якостей; зміцнення позитивного професійного самоставлення; формування складових професійної «Я-концепції»; формування впевненості у професійному потенціалі

Ключові слова: компетентність, особистісна самоефективність, професійна самоефективність, самоефективність, соціально-психологічна адаптація, «Я – концепція».

Pukhno Svitlana. Self-effectiveness of higher education students – future psychologists

The article is devoted to the analysis of the concepts of “self-efficacy”, “personal self-efficacy”, “professional self-efficacy”. It is determined that the features of self-efficacy at different life stages have their own specifics, determined by the social situation of human development, leading activity, and psychological neoplasms. The results of modern research are analyzed, according to which the adolescent period is an age stage where issues of self-efficacy become relevant. Researchers associate this with professional self-determination, the formation of professional competence, and opportunities for successful personal and professional self-realization. It is determined that the development and formation of self-efficacy ensures the development of adaptation strategies, personal changes of a human. The concept of “professional self-efficacy” is analyzed as the awareness by a specialist of the possibilities of solving complex professional situations on the basis of formed competencies and mobilization of professional abilities. Professional self-efficacy is formed during students’ training, the implementation of practice tasks. The following types of self-efficacy of future psychologists were analyzed - activity, communicative, personal. It was determined that personal self-efficacy indicates the presence of professionally important qualities of a person and confidence in the ability to perform professional tasks. Psychological and pedagogical conditions for the successful development of personal self-efficacy of future psychologists have been identified, namely: development of students’ reflective abilities; development of professionally important personal qualities; strengthening of a positive professional self-attitude; formation of components of a professional “self-concept”; formation of confidence in professional potential

Key words: competence, personal self-efficacy, professional self-efficacy, self-efficacy, socio-psychological adaptation, «I – concept».

Вступ. До фахівця будь-якої професійної діяльності, а практичного психолога, – зокрема, в сьогоdnішніх складних умовах життя висуваються чисельні вимоги, що потребує від людини не лише професійної компетентності – міцної системи знань, розвинених і сформованих практичних навичок і вмінь, наявності професійного мислення і розвинених особистісних якостей. Будь-яка діяльність в умовах сьогоdnення, зокрема, – професія типу «людина – людина», до якої відноситься і «практичний психолог», вимагає постійного долаття труднощів в складних умовах, в умовах невизначеності, часто – в ситуаціях, які характеризуються як стресові, а також, мобілізації всіх потенційних ресурсів щоб

досягти необхідного результату. На сьогоdnі все визначене потребує від практичного психолога життєстійкості, пластичності, загалом, – всіх показників ефективної соціально-психологічної адаптації в складних умовах життя. Успіхи людини як професіонала не в останню чергу залежать від її оцінки особистісної самоефективності, що визначається здатністю раціонально використовувати весь потенціал ресурсів для здійснення життєвих звершень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання самоефективності особистості – предмет наукових досліджень як закордонних (А. Бандура, М. Зіммерман, Д. Майерс, С. Мадді, Дж. Роттер, М. Шерер,

М. Селігман, Р. Шварцер та ін.), так і вітчизняних науковців (В. В. Балахтар, Т. О. Гальцева, Л. О. Голубкова, О. А. Даценко, О. О. Кревська, О. Л. Луценко, Д. О. Шапошник та ін.). На сьогодні, увага дослідників приділили вивченню особливостей самоєфективності представників юнацького віку, – цим питанням присвячені, зокрема, дослідження О. М. Шпортун, З. С. Савчук [7]. Вважаємо, такі дослідження, на сьогодні, потребують значної уваги, оскільки юнаки починають професійне навчання, що ускладнюється на території України в зв'язку з військовими діями, а також, – дистанційною формою навчання. Зазначене позначається психологічному стані молоді, що отримує професійну освіту: постійний стрес, психоемоційне напруження, тривожність, впливають на процеси соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої і професійної освіти перших курсів, результати і якість навчання, мотивацію, формування особистісної перспективи професійного саморозвитку. На сьогодні потребують дослідження питання самоєфективності здобувачів вищої освіти – майбутніх психологів, оскільки значення психологічної допомоги людям під час військових дій, наданої компетентним фахівцем, складно переоцінити. Так, за Л. Е. Орбан-Лембрик, проведення досліджень феномену самоєфективності потребує обов'язкового врахування специфіки професійної діяльності, оскільки самоєфективність є специфічним когнітивним механізмом, який передбачає можливості усвідомленої оцінки можливостей фахівця і їх реалізацію в діяльності [2, с. 166].

Матеріали та методи. Мета статті полягає у теоретичному аналізі поняття «самоєфективність», теоретичному аналізі психологічних особливостей самоєфективності студентів закладів вищої освіти – майбутніх психологів.

В роботі використані методи комплексного аналізу, теоретичний аналіз джерел, систематизація даних.

Саме поняття «самоєфективність» було введено в науку в 1977 році американським психологом Альбертом Бандурою, який вважав це поняття багатомірним інтегральним динамічним утворенням. Самоєфективність, з точки зору дослідника, є переконанням людини в здатності успішно діяти всупереч обставинам життя. Згідно ідеям А. Бандури, самоєфективність – центральна детермінанта поведінки [4, с. 36-37]. Компоненти самоєфективності ґрунтуються на присвоєнні людиною собі успіху, підтримці високої самооцінки і вірі у власні можливості і сили. Чинники, що впливають на самоєфективність, згідно досліджень А. Бандури: спостереження людини за досвідом інших, наявність особистісного досвіду досягнень, можливості переконання інших, певні фізіологічні і психоемоційні реакції [7, с. 89]. Самоєфективність, за А. Бандурою, є тією властивістю особистості, яка формується як усвідомлене розуміння власних здібностей, умінь і можливості ефективно діяти в ході вирішення певних труднощів і складних життєвих ситуацій, впевнено діяти відповідно специфіці соціальної взаємодії.

За Д. Майерсом, – самоєфективність полягає у відчутті власної компетентності, ефективності, і це від-

різняється від таких понять як, самоповага, почуття гідності [7, с. 89]. Самоєфективність мотивує людину не відмовлятися від досягнення успіху внаслідок існування труднощів, долати сумніви, невдачі, докладати максимум зусиль у досягненні успіху. Головним джерелом підвищення самоєфективності, згідно досліднику, є пережитий досвід успіху, а також, – компетентність, що надають віру людині у власні можливості, можливості досягнення позитивних результатів діяльності. Самоєфективність особистості, за Г. Крайгом, Д. Бокумом, є здібністю людини виконувати завдання, діяти зі значною результативністю на основі розуміння власного особистісного потенціалу [7, с. 89]. Дослідниками виділено два рівні феномену: перший – це об'єктивний рівень, що характеризується сформованістю певних навичок і вмінь, які оцінити відповідно результатів діяльності може сторонній, і суб'єктивний рівень, що виражається в самооцінці людиною навичок і вмінь, і оцінка їх дієвості у власній діяльності [4, с. 37]. Зарубіжні науковці співвідносили такі поняття як «актуальна самоєфективність» і «сприйнята самоєфективність», де перше є показником сформованості компетентності в різних сферах життя, а друге є суб'єктивним на рівні самооцінювання.

Відповідно наукових конструктів дослідників психології, з поняттям «самоєфективність» схожим є поняття «сприйнята компетентність» (Роберт Уайт), «життєстійкість» (Сальваторе Р. Мадді), «впевненість в собі» (В. Г. Ромек), проте, дослідники надавали цим поняттям специфічний сенс. Зокрема, Р. Уайт вважав «сприйняту компетентність» внутрішнім прагненням людини почуватися компетентною і пов'язував це поняття з мотивацією ефективності. Чинником самоєфективності, що має індивідуально-психологічну основу, вчені визначали життєстійкість особистості, виділяли взаємний зв'язок цих явищ [7, с. 89].

Аналіз наукової літератури дає можливість стверджувати, що розвиток самоєфективності особистості відбувається впродовж усього життя. Особливості самоєфективності мають певну специфіку на різних етапах життя і детерміновані специфікою соціальної ситуації розвитку людини, провідною діяльністю, психологічними новоутвореннями. Саме юнацький період є тим віковим етапом де актуалізуються питання самоєфективності. Це пов'язано з професійним самовизначенням, появою перспектив, початком формування професійної компетентності і, відповідно, – переконаннями щодо можливостей успішної самореалізації визначених планів життя. Відповідно, нове соціальне оточення, – заклади професійної, вищої освіти, студентські початкові групи, та ін., позначаються на активізації процесів самовизначення, саморозвитку, навчально-професійної компетентності, що, в свою чергу, впливає на підвищення самоєфективності юнаків. Самоєфективність позначається на здатності молодшої людини до самореалізації, долаття труднощів, складних ситуацій життя. Відчуття власної самоєфективності впливає на рівень домагань юнаків, життєві плани, перспектив самореалізації. Згідно сучасних досліджень, впродовж життя

відбувається розвиток і формування самоефективності людини, що забезпечує її особистісні зміни, вироблення стратегій ефективної адаптації, можливості вдосконалення. Оцінка людиною власної ефективності впливає на спектр можливостей вибору діяльності, докладання або мінімізацію зусиль щодо долаття перешкод на життєвому шляху, наполегливості під час вирішення завдань професійної діяльності [2, с. 166].

Результати досліджень. В переважній більшості, студенти освітнього рівня бакалавр починають навчання в закладі вищої освіти в юнацькому віці. Відповідно, на самоефективність студентів – майбутніх психологів впливають вікові особливості цього періоду, а також – процеси соціально-психологічної адаптації.

Аналіз студентського періоду життя, що, в більшості випадків припадає на юнацький вік, пов'язаний зі специфікою таких понять, як самооцінка, самоусвідомлення. Самоусвідомлення людини характеризується усвідомленням і оцінкою власних думок, дій, результатів, почуттів, інтересів, системи ідеалів, мотивів, фактично, є цілісною оцінкою себе як суб'єкта і перетворювача дійсності. Самооцінка характеризується певним ставленням людини до самої себе, оцінюються власні якості, можливості, фізичні і духовні сили [1, с. 22]. Рівень самооцінки пов'язаний розвитком самоповаги людини, відчуттям особистісної цінності, позитивного ставлення щодо власного «Я». Відповідно, низька самооцінка свідчить про неприйняття складових власного «Я», негативного ставлення до власної особистості. Знання психологічних особливостей юнацького віку надає підстави розуміння сутності особистості студентів, можливостей надання психологічної допомоги в питаннях самовизначення, що є важливим під час адаптації першокурсників. Серед основних психологічних механізмів перебудови свідомості студентів – самопереконавання, самоуправління, самопримус, самозаохочення, самоствердження [1, с. 22]. Ці механізми забезпечують здійснення свідомої саморегуляції діяльності студентів відповідно до нових умов життя і навчання. Завдяки цим механізмам відбувається усвідомлення юнаками нових потреб, розвивається мотивація щодо виконання завдань нової діяльності, нових дій, вироблення стратегій поведінки відповідно нових умов. Визначені механізми взаємопов'язані, формують психологічний зміст життя в нових умовах, характер поведінки і діяльності. Визначене пов'язане з оцінкою самоефективності студентів, зокрема, – майбутніх психологів, передусім, як здобувачів професійної освіти, що полягає в усвідомленому оволодінні знаннями, розуміння їх практичного значення, готовності до навчання, «бачення» себе в професії і оцінки себе як потенційного компетентного фахівця.

Згідно дослідження І. П. Андрійчук, психологи зазначають те, що соціально-психологічна адаптація – це процес активного пристосування людини до нових вимог середовища, є специфічним моделюванням поведінки як стратегії і тактики, що мають індивідуальний характер, – нова мета полягає у досягненні необхідного результату. Внутрішні і зовнішні соціальні регуля-

тори впливають на процес формування бажаної мети і способів досягнення. Зовнішні соціальні регулятори – соціальні норми поведінки, вимоги, очікування певної поведінки людини. Внутрішні – інтереси, складові потребнісно-мотиваційної і ціннісної системи особистості, сенсожиттєві орієнтації, вказане – визначає життєві цілі, індивідуальні способи соціальної адаптації. Серед психологічних чинників особливостей соціальної адаптації особистості – індивідуально-психологічні властивості, особливості когнітивної сфери особистості. Відповідно, оцінка самоефективності юнаків, що починають професійне навчання в закладі вищої освіти, теж постає чинником соціально-психологічної адаптації. Так, рівень самооцінки і самоповаги особистості, – серед компонентів самоефективності, ця система є взаємопов'язаною. Згідно досліджень, труднощі соціально-психологічної адаптації студентів першого курсу пов'язані з несформованістю самоконтролю, здатності самостійного навчання, відсутності вмінь ефективного розподілу робочого часу. Адаптація студентів передбачає адаптацію до нового соціального середовища (нового міста, закладу освіти), колективу, освітньо-професійної діяльності. Серед труднощів першокурсників – проблеми з невизначеністю мотивів вибору професії; недостатність психологічної підготовки до вимог самостійного життя, зокрема, – прийняття самостійних рішень, відповідальності, відсутності вмінь психоемоційної саморегуляції. Визначене впливає на успішність навчання, формування професійних компетентностей, мотивації професійного саморозвитку, як компонентів самоефективності майбутніх психологів.

Особливої уваги заслуговує поняття «професійна самоефективність особистості», виділена дослідниками Д. Несдел, К. Пинтер, які розглядають її елементом професійної «Я-концепції», що містить переконання людини, що вона здатна до професійно-компетентної поведінки, яка забезпечить ефективний результат [5]. Згідно досліджень О. О. Кривської, під професійною самоефективністю, як динамічним багатокомпонентним утворенням, яке активно формується під час навчання студентів у закладах вищої освіти та здійснення завдань практики, розуміється усвідомлена здатність фахівця, що полягає у вирішенні складних професійних ситуацій, можливостей ефективного виконання професійної діяльності на основі сформованих компетенцій і мобілізації здібностей людини [5].

Згідно досліджень Н. Харченко, О. Дудник, становлення професійної «Я-концепції» майбутнього психолога на рівні «Я-ідеального» пов'язане зі становленням ідеального образу «Я-професіонал» [6, с. 230]. Визначене обумовлене інтеграцією знань в єдину систему – своєрідне об'єднання певних особистісних рис авторитетних професіоналів. Емоційне сприйняття нового образу і відповідна мотивація активізують особистість до того, щоб досягти представленого образу, сприяють спрямованості щодо професійної самореалізації. Професійна «Я-концепція» включає уявлення про себе як представника професійної спільноти і впливає на досягнення в трудовій діяльності, ґрунтується на профе-

сійно важливих якостях і індивідуально-психологічних властивостей. Таким чином, це – когнітивно-емоційний комплекс, що сприяє адаптації в новій ситуації, а умова його розвитку – ідентифікація з позицією значимого професіонала. У сучасних психологічних дослідженнях «Я-концепції» розглядають як головний чинник, від якого залежить саморегуляція індивіда, самоконтроль, особистісна та соціальна ідентифікація. Розвиток та становлення «Я-концепції» є опосередкованим діяльністю та спілкуванням і залежить від того, які об'єктивні відношення відкриваються перед суб'єктом. Таким чином, умови активізації соціальної активності людини: здатність відображення у виді системи самооцінок результат всієї попередньої діяльності, соціальних оцінок, досягнень; активізація складових «Я-концепції», у тому числі, – її професійної складової [6, с. 233].

Згідно дослідження М. І. Гайдара щодо видів самоєфективності студентів закладів освіти – майбутніх психологів під час професійного становлення, представленого в роботі Т. О. Гольцевої, визначене наступне [3, с. 112]. Самоєфективність в цьому процесі представлена наступними видами: діяльнісна, комунікативна, особистісна. Дослідник характеризує особистісну самоєфективність, як професійно-ціннісну метаякість, що свідчить про наявність в уявленні людини професійно-важливих якостей і на цій основі – впевненості в можливостях ефективного здійснення завдань професійної діяльності. Під діяльнісною самоєфективністю дослідник розуміє уявлення майбутнього психолога, що він володіє необхідними професійними компетентностями, професійними технологіями і може їх застосувати на практиці. Комунікативна самоєфективність характеризується уявленнями майбутнього психолога, що він володіє комунікативною компетентністю, що дозволяє здійснювати ефективне професійне спілкування [3, с. 112].

Відповідно, завдання навчання майбутніх психологів в закладах вищої освіти є розвиток рефлексивних здібностей студентів, поглиблення уявлень про власні особистісні, професійні якості і усвідомлення можливостей їх розвитку, що повинно позначитись на їх оцінці себе як професіонала.

До компонентів особистісної самоєфективності майбутніх психологів дослідники відносять когнітивно-рефлексивний компонент як систему професійних уявлень власних компетентностей, які є частиною про-

фесійної «Я – концепції»; емоційно-оціночний компонент – систему оцінок як результату усвідомлення власних професійних компетентностей і їх порівняння з якостями моделі «ідеального» психолога. На цій основі формується певне емоційно-ціннісне відношення до себе як професіонала. Наступний – регулятивно-поведінковий компонент, представлений рівнем домагань психолога в професійному середовищі та прагненні професійної самореалізації. Таким чином, особистісна самоєфективність – складне інтегративне утворення, є найбільш професійно значимою інтегративною психологічною характеристикою, яка не може бути сформованою до формування визначених вище компонентів. Ця метасистема – основа впевненості людини, що всі професійні компетентності вона може успішно реалізувати під час роботи. У студентів психологів особистісна самоєфективність починає будуватись під час професійного навчання і проходження всіх видів практики як накопичення певного професійного досвіду. Згідно досліджень психологів, представлених в роботі О. Штепи, показник особистісного рівня готовності до професійної діяльності – рефлексія власної підготовленості, результат якої – індивідуальний досвід студентів-психологів [8, с. 233].

Висновки. Таким чином, серед психолого-педагогічних умов успішного розвитку особистісної самоєфективності студентів – майбутніх психологів наступні: розвиток рефлексивних здібностей; розвиток професійно-важливих особистісних якостей і розуміння шляхів і можливостей їх розвитку; зміцнення професійної самооцінки і позитивного професійного самоставлення; здійснення психолого-педагогічних впливів на формування складових професійної «Я-концепції» майбутніх психологів; формування впевненості молодих людей у власному професійному потенціалі. В умовах дистанційного освітнього процесу визначене є досить складним процесом, здійснення завдань якого можливо з застосуванням інформаційно-комунікативних технологій, інтерактивних методів навчання, можливостей сучасних інтернет-ресурсів для організації і проведення он-лайн-лекторіїв, вебінарів, семінарів, інтернет-конференцій, тощо. Серед перспектив – дослідження процесу формування особистісної самоєфективності майбутніх психологів, зокрема, – в умовах дистанційної форми навчання в закладі вищої освіти.

Література:

1. Андрійчук І. П. Особливості адаптації студентів - майбутніх психологів до навчання у вищій школі. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*. 4(8), Vol.2, June 2018. С. 20–26.
2. Балахтар В. В. Самоєфективність як індикатор становлення особистості фахівця з соціальної роботи як професіонала. *Молодий вчений*. 2018. №9 (61). С. 165–170.
3. Гальцева Т. О. Види самоєфективності особистості : їх характеристика та дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 4. С. 110–114.
4. Даценко О. А. Теоретичні засади дослідження проблеми самоєфективності як психологічного феномена. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки*. 2020. № 1 (19). С. 35 – 41.
5. Кревська О. О. Мотиваційні чинники професійної самоєфективності особистості. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук : 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Луцьк. 2018. 20 с.

6. Харченко Надія, Дудник Оксана. Особливості Я-концепції майбутніх психологів. *Вчені записки Університету «КРОК»*. № 4 (72), 2023. С. 228–234.
7. Шпортун О. М., Савчук З. С. Психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку. Проблеми педагогічної та вікової психології. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія», серія «Психологія»*, № 11, червень, 2020 р. С. 88–99.
8. Штепа Олена. Тенденції особистісного саморозвитку майбутніх психологів: ресурсний аспект. *Вісник Львівського університету. Серія філософські науки*. 2013. Випуск 16. С. 232–240.

References:

1. Andriichuk I. P. (2018). Osoblyvosti adaptatsii studentiv - maibutnikh psykholohiv do navchannia u vyshchii shkoli. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*. 4(8), Vol.2. Pp. 20–26.
2. Balakhtar V. V. (2018). Samoefektyvnist yak indykator stanovlennia osobystosti fakhivtsia z sotsialnoi roboty yak profesionala. *Molodyi vchenyi*. №9 (61). Pp. 165–170.
3. Haltseva T. O. (2015). Vydy samoefektyvnosti osobystosti : yikh kharakterystyka ta doslidzhennia. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky*. 2015. Vyp. 4. Pp. 110–114.
4. Datsenko O. A. (2020). Teoretychni zasady doslidzhennia problemy samoefektyvnosti yak psykholohichnoho fenomena. *Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelja. Serii «Pedahohika i psykholohiia»*. Pedahohichni nauky. № 1 (19). Pp. 35–41.
5. Krevska O. O. (2018). Motyvatsiini chynnyky profesiinoi samoefektyvnosti osobystosti. *Avtoreferat dysertatsii na zdobuttia naukovooho stupenia kandydata psykholohichnykh nauk : 19.00.01 – zahalna psykholohiia, istoriia psykholohii*. Luts'k. 20 p.
6. Kharchenko Nadiia, Dudnyk Oksana. (2023). Osoblyvosti Ya-kontseptsii maibutnikh psykholohiv. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*. №4 (72). Pp. 228–234.
7. Shportun O. M., Savchuk Z. S. (2020). Psykholohichni osoblyvosti samoefektyvnosti osib yunatskoho viku. *Problemy pedahohichnoi ta vikovoi psykholohii. Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia», serii «Psykhologhiia»*, № 11. Pp. 88–99.
8. Shtepa Olena. (2013). Tendentsii osobystisnoho samorozvytku maibutnikh psykholohiv: resursnyi aspekt. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia filosofski nauky*. 2013. Vypusk 16. Pp. 232–240.