

ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК СКЛАДОВІ ПРОФЕСІОГЕНЕЗУ ФАХІВЦЯ

Лазуренко Олена Олексіївна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри загальної і медичної психології

Національного медичного університету імені О.О. Богомольця

ORCID ID: 0000-0002-3540-0544

Scopus ID: 57226622159

Researcher ID: HDL-7330-2022

Реформування змісту освіти вимагає нового підходу щодо якості підготовки фахівців та процесу їх професійного розвитку, а відтак і розуміння проблеми професійного самовизначення та саморегуляції професіогенезу особистості має залишатись в центрі уваги дослідників. Лише в результаті професійної підготовки, практичної діяльності та власного досвіду відбувається становлення професіоналізму фахівця. Процес професійного становлення є складним в психологічному аспекті, адже це не просто активність особистості, це сукупність особистісних здібностей, мотивів, яка має бути функціонально і цілісно структурована, в результаті чого формується професійна компетентність фахівця. Психологічні особливості професійного становлення охоплюють різноманітні аспекти, зокрема: самосвідомість, мотивацію, цінності, які можуть варіюватися в залежності від індивідуальних характеристик особистості фахівця. Основним складовим механізмом при цьому виступає саморегуляція. Саморегуляція професійного становлення. Професійне самовизначення фахівця – це процес, у якому особистість усвідомлює свої професійні інтереси, здібності, цінності та цілі, що допомагає їй обрати відповідну професію. Це важливий етап у професійному розвитку, оскільки він впливає не лише на свідомий вибір освіти, а й подальше професійне становлення. Саморегуляція професійного становлення особистості фахівця, в нашому розумінні – це процес, який дозволяє керувати та коригувати свої дії, мотивацію в контексті професійного розвитку. Це важливий аспект, оскільки він впливає на успішність професійного зростання та власного професіогенезу. Від наявності та розвитку певних особистісних та професійних якостей залежить її становлення як фахівця, який володіє навичками саморегуляції, обираючи адекватні шляхи професійної самореалізації. Формування саме такої особистості є концептуальним завданням сучасної освіти. Розкриття особливостей професійного самовизначення та саморегуляції в процесі професійного становлення фахівця, а також з'ясування значення професійної саморегуляції у процесі професіогенезу фахівця, розгляд основних етапів його професійного становлення стало метою даної статті.

Ключові слова: професійне самовизначення, професійне становлення, професіогенез, саморегуляція, особистість фахівця.

Lazurenko Olena. Professional self-determination and self-regulation as the components of professionalism of a specialist

Reforming the content of education requires a new approach to the quality of the training of specialists and the process of their professional development, and therefore understanding the problem of professional self-determination and self-regulation of the profession of an individual should remain in the center of attention of researchers. Only as a result of professional training, practical activities and own experience, the professional development of a specialist takes place. The process of professional development is complex in the psychological aspect, because it is not just an activity of the individual, it is a set of personal abilities, motives, which must be functionally and holistically structured, as a result of which the professional competence of a specialist is formed. Psychological features of professional formation cover various aspects, in particular: self-awareness, motivation, values, which may vary depending on the individual characteristics of the specialist's personality. Self-regulation is the main constituent mechanism. Self-regulation of professional formation. Professional self-determination of a specialist is a process in which a person becomes aware of his professional interests, abilities, values and goals, which helps him choose a suitable profession. This is an important stage in professional development, as it affects not only the conscious choice of education, but also further professional formation. Self-regulation of the professional development of a specialist's personality, in our understanding, is a process that allows you to manage and adjust your actions and motivation in the context of professional development. This is an important aspect, as it affects the success of professional growth and one's own professional development. Her development as a specialist who possesses self-regulation skills, choosing adequate ways of professional self-realization depends on the presence and development of certain personal and professional qualities. The formation of such a personality is the conceptual task of modern education. Revealing the features of professional self-determination and self-regulation in the process of professional formation of a specialist, as well as clarifying the importance of professional self-regulation in the process of professional formation of a specialist, consideration of the main stages of his professional formation became the purpose of this article.

Key words: professional self-determination, professional formation, professionogenesis, self-regulation, personality of a specialist.

Вступ. Проблема професійного визначення, як і проблема професійної саморегуляції особистості є однією з ключових у психологічній науці. Особливо важливим є розвиток професійної саморегуляції у період професійного становлення особистості, у зв'язку з чим нави-

чки саморегуляції необхідно планувати вже на перших етапах навчання майбутніх фахівців.

Актуальність нашої праці пов'язана з тим, що досліджень з питань професійного самовизначення та професійної саморегуляції, а відтак професійного самоздійс-

нення в аспекті професіогенезу не так і багато, зокрема, якщо мова йде про професійне становлення лікаря.

Вагомі напрямки вивчення механізмів розвитку саморегуляції особистості були визначені засновником української психологічної школи з проблем саморегуляції М. Боришевським, за яким саморегуляцію розуміємо як свідоме, цілеспрямоване планування і перетворення власних дій і вчинків, відповідно до мети та згідно з актуальними потребами [1; 6]. Це свідомо активність індивіда, спрямована на мобілізацію внутрішніх ресурсів для досягнення мети. Психологічними механізмами саморегуляції поведінки визначено самоцінку, домагання, соціально-психологічні очікування та образ «Я». Дослідження саморегуляції професіогенезу фахівця продовжує дану проблему і є спробою окреслити психологічний зміст одного з важливіших, на наш погляд, психологічних феноменів.

У сучасній психологічній літературі професійна діяльність особистості представлена у вигляді професійного циклу, що складається з кількох етапів. Найбільш обґрунтованими концепціями вважаються теорії Д.Сьюпера та Г.Сельє, згідно з якими професійний шлях складається з п'яти етапів, основним змістом яких є формування та розвиток професійної Я-концепції особистості. Дослідження проблеми професійного самовизначення та професійного становлення присвячені праці Н. Повякель, Н. Чепелевої, Ж. Вірної [3; 6]. Також у літературних джерелах широко представлені різні аспекти проблеми саморегуляції, мотиваційних установок (праці А. Бандури, М. Боришевського, Г. Костюка, С. Максименка, Н. Повякель, В. Трофімова та ін.) та методів саморегуляції (Н. Дідусь, І. Зязюн, О. Чебикін, Т. Яценко та ін.) [1; 2; 6]. Натомість, у сучасній психології недостатньо опрацьована проблема дослідження психологічних аспектів професійної саморегуляції фахівців. Вважаємо, що подібні дослідження є вкрай важливими не лише з огляду на необхідність цілісного розуміння проблеми, що вивчається, але й для практичного застосування цих досліджень, створення моделей саморегуляції професіогенезу, формування навичок саморегуляції, які є необхідною умовою професійного становлення фахівця.

Основною метою статті здійснення теоретичного аналізу особливостей професійного самовизначення та саморегуляції в процесі професійного становлення особистості, а також з'ясування значення професійної саморегуляції як умови успішного професіогенезу фахівця.

Основні завдання статті: проаналізувати основні аспекти професіогенезу особистості, розкрити особливості професійного самовизначення, з'ясувати значення професійної саморегуляції у процесі професійного становлення фахівця.

Матеріали та методи. В роботі використані методи теоретичного аналізу джерел, комплексного аналізу основних аспектів професіогенезу особистості, узагальнення та систематизація уявлень про професійне самовизначення та професійну саморегуляцію у процесі професійного становлення фахівця та доцільність інтеграції професіогенезу в освітній процес та професійну підготовку лікаря.

Результати дослідження. Питання визначення сутності професійного самовизначення та професійної саморегуляції професіогенезу займає важливе місце в психологічних дослідженнях стосовно особливостей професійного становлення фахівця. Різні аспекти проблеми отримали достатньо широке висвітлення у спеціальній літературі, однак розмаїття підходів призвело і до багатьох суперечностей. До тепер не склалось єдиного визначення термінів «самовизначення», «саморегуляція», «професіогенез», «самоздійснення», «самореалізація».

Розвиток особистості пов'язаний з її професійною діяльністю і характеризується здатністю до свідомої саморегуляції, що визначає ступінь особистісного та професійного самоздійснення та характеризується високим рівнем розкриття особистісного потенціалу фахівця у обраній професії.

Професійне самовизначення фахівця – це процес, у якому особистість усвідомлює свої професійні інтереси, здібності, цінності та цілі, що допомагає їй обрати відповідну професію. Це важливий етап у професійному розвитку, оскільки він впливає не лише на свідомий вибір освіти, а й подальше професійне становлення. Сутністю та головною метою професійного самовизначення, на наше глибоке переконання, є формування готовності до свідомої та самостійної побудови і реалізації перспектив власного професійного розвитку. Водночас, психологічні особливості професійного становлення охоплюють різноманітні аспекти, зокрема: самосвідомість, мотивація, цінності, які можуть варіюватися в залежності від індивідуальних характеристик особистості фахівця.

Прагнення до самовизначення та самореалізації – одна з найважливіших потреб людини. Уявлення про себе, про своє «Я» неминуче породжує потребу у реалізації своїх можливостей, у тому числі, у професії. Професійне самовизначення розглядається нами, як результат соціального розвитку особистості, що пов'язане з потребою у професійній самореалізації своїх можливостей. Психологічні особливості професійного самовизначення особистості, на нашу думку, є важливим аспектом, що впливає на його професійний розвиток та професійну самореалізацію. Важливо враховувати і такі вагомі психологічні складові, як ідентичність і самоусвідомлення, які тісно пов'язані з ідентичністю особистості. Фахівці, які мають чітке уявлення про свої цінності, інтереси та здібності, легше обирають професію, що відповідає їхнім внутрішнім переконанням. Важливу роль у цьому процесі відіграє мотивація та готовність до професійної діяльності, які є важливими для професійного самовизначення. Спосіб мислення та прийняття рішень також впливають на професійне самовизначення, як і соціальні фактори. І, звичайно, розуміти, які стратегії використовуються для досягнення професійних цілей. Мова йде, в першу чергу, про безперервний професійний розвиток фахівця. Аналізуючи ці аспекти, можна краще зрозуміти, як фахівці приймають рішення щодо свого професійного розвитку та які психологічні чинники впливають на цей вибір.

Розглянемо детальніше психологічні особливості професійного самовизначення фахівця, зосереджуючись на кожному більш детально.

Професійна ідентичність формується на основі особистісних характеристик, цінностей та життєвого досвіду. Важливо, щоб фахівець усвідомлював свої сильні та слабкі сторони, а також те, що його мотивує. Це дозволяє не лише обрати професію, яка відповідає його інтересам, але й швидко адаптуватися до тих змін, що відбуваються у професійному становленні. Готовність до змін та адаптація до нових умов є важливими для професійного самовизначення. Переконані, що ключовим фактором у професійному самовизначенні є мотивація до професійної діяльності. Як бачимо, професійне самовизначення фахівця є складним процесом, що включає безліч психологічних аспектів. Розуміння цих особливостей може допомогти фахівцям приймати більш усвідомлені рішення щодо свого професіогенезу, що, в свою чергу, може призвести до більшої задоволеності та успіху в професійній діяльності.

Саморегуляція професійного становлення особистості фахівця, в нашому розумінні – це процес, який дозволяє керувати та коригувати свої дії, мотивацію в контексті професійного розвитку. Це важливий аспект, оскільки він впливає на успішність професійного зростання та власного професіогенезу. Індивідуальні особливості саморегуляції виявляються в тому, яким чином людина розробляє стратегію і тактику досягнення мети з урахуванням сприятливих та несприятливих чинників, умов, яким чином оцінює результати та корегує свою активність для досягнення поставлених цілей.

Дослідженням саморегуляції професійного розвитку в Україні займалися відомі науковці. Відтак з'явилося багато тлумачень її сутності та різновидів. Так, Л. Пономаренко досліджувала питання саморегуляції в контексті професійного розвитку, зокрема в сфері освіти та психології. Її роботи зосереджені на розвитку особистісних якостей, які сприяють успішній саморегуляції; О. Левків вивчав психологічні аспекти професійного самовизначення та саморегуляції, акцентуючи увагу на мотиваційних чинниках і їх впливі на професійний розвиток; Т. Костенко займалася дослідженням саморегуляції в контексті професійної діяльності, зокрема в сфері психології та управління. Її роботи охоплюють теми, пов'язані з емоційною регуляцією та адаптацією до професійних змін. В. Коваль досліджувала особливості саморегуляції в професійній діяльності, акцентуючи увагу на важливості самоусвідомлення та мотивації в процесі професійного розвитку. Однак, щоб сформулювати повне розуміння сутності та природи саморегуляції професіогенезу, на наш погляд, варто розглядати її з різних точок зору, з огляду на це важливим є глибокий аналіз процесу саморегуляції як чинника професійного становлення особистості фахівця.

Сьогодні особливо актуальним є вивчення особистісної саморегуляції як одного з факторів професійного розвитку особистості. Відтак це спонукало нас до досліджень цієї проблеми [2; 3]. Зокрема, вивчення факторів

особистісної саморегуляції фахівця, розвиток механізмів саморегуляції професіогенезу, дослідження саморегуляції як чинника досягнення професіоналізму тощо.

Розвиток саморегуляції являє собою процес підвищення рівня і якості професійної компетентності фахівця, яка визначається оволодінням необхідними практичними вміннями та навичками, що визначають характер професійної діяльності. Зрозуміло, що лише засобами власної активності людина формує якості та здібності, що набувають характеру усвідомлюваної цілеспрямованості. Одним із принципово необхідних психічних механізмів реалізації активності особистості є усвідомлена цілеспрямована саморегуляція.

Нами було здійснено ряд досліджень, спрямованих на вивчення саморегуляції в контексті професійного становлення лікаря [2; 3]. Проблема саморегуляції професійного становлення особистості лікаря обумовлена, на наше глибоке переконання, необхідністю виявлення психологічних особливостей професійного становлення, складових саморегуляції, особистісних моделей саморегуляції професійного самоздійснення та шляхи саморегуляції професіогенезу особистості фахівця. Враховуючи той факт, що у професійній сфері особистісне самоздійснення відбувається через визначення оптимального шляху саморозвитку та самореалізації особистості у професійній сфері, тобто професійне самоздійснення характеризується високим рівнем розкриття його особистісного потенціалу, особливим видом дослідження саморегуляції в контексті професійного становлення майбутнього лікаря нами була виокремлена емоційна саморегуляція. Таким чином, розглядаючи емоційну сферу як компонент психологічної готовності фахівця медичної галузі, ми дійшли висновку про важливість володіння емоційною компетентністю, а це, в свою чергу досягається, у тому числі, завдяки процесу саморегуляції [4, 67–68]. Це підтверджує необхідність професійного розвитку фахівця засобами саморегуляції, яка є процесом керування не лише власними психологічними станами та вчинками, а й важливим чинником професіогенезу фахівця в цілому.

Наше дослідження спрямоване на дослідження та розвиток саморегуляції в контексті професійного становлення особистості фахівця, яке є процесом змін особистості під впливом професійної діяльності, власної активності, спрямованої на самовдосконалення та самоздійснення. Саме професійне становлення фахівця виявляється у розвитку його особистості, сприяє високому професіоналізму та формуванню професійної компетентності.

Здійснений у попередніх наших дослідженнях [4; 5] аналіз концепцій та моделей професійно-особистісного розвитку та становлення фахівців на етапі фахової підготовки, дозволив визначити та окреслити кілька етапів професіогенезу особистості лікаря – від етапу професійної психологічної готовності та адаптації до етапу професійної майстерності, джерелом якої виступають не лише особисті якості лікаря, а і його професійні компетенції.

Нами також було визначено, що підготовка та професійне становлення фахівця неможливі без урахування

основних особливостей реалізації компетентнісного підходу у підготовці та професійному становленні фахівців галузі охорони здоров'я, які полягають, по-перше, у визначенні психологічних особливостей особистісного і професійного становлення лікаря; по-друге, у визначенні критерію виявлення цих особливостей; по-третє, у розробці комплексного психолого-педагогічного підходу, що оптимізує особистісно-професійне становлення лікаря; по-четверте, в обґрунтуванні шляхів реалізації становлення лікаря в умовах професійної освіти та діяльності; по-п'яте, у побудові системи психолого-педагогічних умов професійного становлення та професійного саморозвитку особистості лікаря в процесі неперервної професійної освіти.

На основі проведеного аналізу запропоновані рекомендації, які полягають в тому, що для удосконалення професійного становлення лікарів, доречно, в найкоротші терміни сформулювати психологічні заходи, спрямовані на розвиток самосвідомості, рефлексії, саморегуляції професіогенезу.

Висновки. Проаналізувавши погляди науковців на сутність професійного самовизначення та процес саморегуляції, можна відзначити їх вагомий роль у професійному становленні фахівця.

На підставі викладеного вище можна зробити висновки, що розглянуті нами конструкти взаємообумовлені. Проте їх відмінність виявляється в змісті. Самовизначення особистості у професійній діяльності є одним з важливих чинників становлення особистості. В процесі професійного розвитку відбувається розуміння себе у професії, актуалізація власної професійної ідентичності. Професіогенез неможливий без активності та участі особистості фахівця, а тому формування складових саморегуляції особистості фахівця є умовою для професійного самоздійснення. Професіогенез особистості – багатогранний процес, складовими якого виступають професійне самовизначення та саморегуляція професійного розвитку фахівця. Доведено, що процес професійного становлення фахівця виявляється у вдосконаленні саморегуляції, адже справжнього сучасного фахівця сьогодні неможливо уявити без високого рівня розвитку саморегуляції.

Перспективи подальших досліджень ми бачимо у розробці психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток особистості фахівця, формування позитивної професійної Я-концепції, результатом якого має стати розуміння власних психологічних особливостей, а також способів формування індивідуального стилю саморегуляції професіогенезу.

Література:

1. Боришевський М.Й. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія / Мирослав Йосипович Боришевський. К.: Академвидав, 2010. 416 с.
2. Лазуренко О. О. Проблема саморегуляції та професійного самоздійснення особистості фахівця. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 34–39.
3. Лазуренко О. Психологічні особливості саморегуляції особистісного та професійного розвитку фахівця у сфері охорони здоров'я. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2024. № 18. С. 47–53.
4. Лазуренко О. Психолого-педагогічні особливості моделювання професійної компетентності студентів-медиків у процесі професійного становлення. *Психологічний журнал*. 2018. Т.4. № 3. С. 67–85.
5. Лазуренко О.О., Тертична Н.А. Дослідження психологічних детермінант професійного самоздійснення особистості лікаря. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І.Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Том 36 (75). №3, 2025. С.71–79.
6. Пов'якель Н. І. Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога: монографія. К., 2003. 294 с.

References:

1. Boryshevskiy M.Y. (2010). Doroha do sebe: Vid osnov subiektnosti do vershyn dukhovnosti: monohrafiia. [The road to oneself: From the foundations of subjectivity to the heights of spirituality: monograph. K.: Akademvydav, 416 s. [in Ukrainian].
2. Lazurenko O. O. (2018). Problema samorehuliatcii ta profesiinoho samozdiisnennia osobystosti fakhivtsia [The problem of self-regulation and professional self-fulfillment of the personality of a specialist]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*. № 3. S. 34–39. [in Ukrainian].
3. Lazurenko O. (2024). Psykholohichni osoblyvosti samorehuliatcii osobystisnoho ta profesiinoho rozvytku fakhivtsia u sferi okhorony zdorovia [Psychological features of self-regulation of personal and professional development of a specialist in the field of health care]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seria: Psykholohichni nauky*. № 18. S. 47–53. [in Ukrainian].
4. Lazurenko O. (2018). Psykholoho-pedahohichni osoblyvosti modeliuvannia profesiinoi kompetentnosti studentiv-medykiv u protsesi profesiinoho stanovlennia [Psychological and pedagogical features of modeling the professional competence of medical students in the process of professional formation.]. *Psykhologichnyi zhurnal*. T.4. № 3. S. 67–85. [in Ukrainian].
5. Lazurenko O.O., Tertychna N.A. (2025). Doslidzhennia psykhologichnykh determinant profesiinoho samozdiisnennia osobystosti likaria [Study of psychological determinants of professional self fulfillment of a doctor's personality]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V.I.Vernadskoho. Seria: Psykhologhiia*. T. 36 (75). №3. [in Ukrainian].
6. Poviakel N. I. (2003). Profesiogenez samorehuliatcii myslennia praktychnoho psykhologa: monohrafiia [Profession-ogenesis of self-regulation of thinking of a practical psychologist: monograph.]. K., 294 s. [in Ukrainian].

Дата першого надходження рукопису до видання: 21.10.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 20.11.2025

Дата публікації: 30.12.2025