В умовах сучасної гуманізації освіти важливе значення має формування особистісно зрілого фахівця, здатного реалізувати власний потенціал. Особливо важливим розвиток особистісної зрілості є для майбутніх психологів, професійна діяльність яких передбачає суб’єкт-суб’єктну взаємодію і безперервне особистісне зростання. Особистісна зрілість — інтрапсихічний центр, який забезпечує надання ефективної психологічної допомоги.

Проблема досліджень особистісної зрілості майбутніх психологів розглядалась у напрямкахдослідження їхньої психологічної зрілості (Н. Антонова, Л. Рибачук та ін.), самоактуалізації (Н. Вовчак, Ю.Долінська, Л. Кобильнік, Л. Мова та ін.), особистісного змінювання (Т. Білуха, Б. Іваненко, О. Міненко та ін.).Водночас ми не виявили досліджень особистісної зрілості у контексті проблеми розвитку професійно значущих характеристик майбутніх психологів. Це стало метою для написання статті — проаналізувати шляхи розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів.

Важливе значення для розвитку особистісної зрілості має суб’єктна позиція людини і створенняоптимального, що розвиває особистісну зрілість, середовища. Для розвитку особистісної зрілості майбутніх психологів значущим є прагнення студентів до особистісного зростання і відповідні умови під час навчання і в позанавчальний час. Оптимальним буде поєднання розвиваючих зовнішніх факторів з внутрішнім прагненням майбутнього психолога до особистісного зростання. За активної позиції щодо особистісного самовдосконалення студент оптимізує процес розвитку особистісної зрілості. Над розвитком особистісної зрілості повинні працювати фахівці різного профілю: психолог психологічної служби вишу, викладачі навчальних дисциплін, і, звичайно, самі студенти.

Розвиток професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів можна здійснювати з допомогою застосування психологічних засобів. Психологічні засоби розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів — це психологічні матеріали і знаряддя, завдяки яким більш успішно і за коротший час майбутні психологи підвищують свій рівень особистісної зрілості, розвивають власні професійно значущі характеристики особистісної зрілості.

Модель розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів подано на рис., де розвиток професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів передбачає застосування психологічних засобів, акмеологічних технологій і самостійної роботи майбутніх психологів. Психологічними засобами розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів є: тренінг особистісного зростання, психологічне консультування з питань особистісного зростання, арттерапія, супервізія, АСПН.

За результатами проведеного нами формувального експерименту важливим для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів є відвідування тренінгів. У тренінгу використовувалися такі методи і прийоми: активізаційні і релаксаційні вправи, вправи-метафори, психогімнастичні вправи, ігрові методи (ситуативно-рольова гра), проективний малюнок, аналіз повчальних притч, виконання домашніх завдань та ін. Тренінг оптимізує розвиток комунікабельності, емпатійності, Его-ідентичності, самоприйняття, аутентичності, про що свідчать результати формувального експерименту.

Для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів пропонуємо застосовувати різні види арттерапії: бібліотерапію, музикотерапію, малюнкову терапію, ігротерапію та ін. Арттерапію можна включити як складові частини при засвоєнні практичних курсів з психології, особливо тренінгів, різного роду практикумів чи як спецкурс. Арттерапія допомагає розвивати креативність, що є важливою професійно значущою характеристикою особистісної зрілості майбутніх психологів. Елементи арттерапії ефективно використовувалися на тренінгових заняттях: прийоми малюнкової терапії (при виконанні малюнкових вправ), музикотерапії (під час релаксаційних вправ), ігрової терапії (у використанні рольових ігор), бібліотерапії (при обговоренні повчальних притч) тощо. Читання повчальних притч сприяло розвитку життєвої філософії, усві домленню сенсу життя, трансцендентності, прагненню до самоактуалізації, моральності, самостійності, відповідальності, що є професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів.

Важливим для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості є психологічне консультування майбутніх психологів з питань особистісного зростання, що проводить психолог. Без опрацювання власних проблем психолог не зможе бути ефективним. Такі психологи підсвідомо виходитимуть із власних комплексів при консультуванні клієнтів, тобто в процесі роботи з клієнтом психолог буде переносити на нього свої власні проблеми, що називається механізмом контрперенесення. Тому практичною діяльністю повинні займатися психологи, які пройшли курс психотерапії як клієнта у досвідченого практика — супервізію, що дозволяє одержувати практичні навички роботи з клієнтом під контролем досвідченого психолога та опрацьовувати власні помилки і комплекси. Супервізія — засіб особистісно-професійної корекції, вид прийомів психокорекційної підготовки майбутнього психолога, що сприяє професійному вдосконаленню психолога за рахунок самоаналізу власних захисних механізмів, внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів. На думку О.Усатенко, супервізор у роботі з майбутніми психологами виступає в ролі вчителя [1, с. 169]. Готовність психолога піддати свою роботу до супервізії залежить від його особистісних і професійних рис, відкритості для нового досвіду, послідовності намірів в особистісній психокорекції. Здатність до проходження супервізії передбачає наявність високого ступеня мотивації професійного зростання [2, с. 97].

Ефективним для особистісної психокорекції є не лише супервізія, а й метод активного соціально- психологічного навчання (АСПН), розроблений Т. Яценко. АСПН сприяє гармонізації особистості, зростанню почуття необхідності власного вдосконалення й відповідальності за свій розвиток, за реалізацію своїх потенційних можливостей [2, с. 40]. Прийомами АСПН є: спонтанна невимушена дискусія, психогімнастичні вправи, рольова гра, психодраматична гра, робота з психомалюнком, використання предметної моделі [2, с. 91–93].

У формувальному експерименті використовувалися акмеологічні технології особистісно-професійного зростання. Акмеологічні технології – сукупність засобів, спрямованих на розкриття внутрішнього потенціалу особистості, розвиток властивостей і якостей, які сприяють досягненню високого рівня особистісно-професійного розвитку та професіоналізму. Акмеологічні технології є індивідуально спрямованими, вони використовуються для особистісно-професійного розвитку особистості. Важливою є акмеологічна оптимізація (акмеологічний супровід) майбутніх психологів у виші, створення найбільш оптимальних умов для вирішення завдань максимальної самореалізації особистості, досягнення вершин професіоналізму. Акмеологічний підхід сприяє формуванню у студентів мотивації до професійного і особистісного зростання.

Ефективним є акмеологічне проектування, що застосовується для визначення стратегії життя, поведінки і професійного вдосконалення майбутніх психологів. Інформативним для акмеологічного проектування є попереднє визначення смисложиттєвих орієнтацій під час психолого-акмеологічної діагностики майбутніх психологів (опитувальник «Ставлення до життя, смерті і кризової ситуації» А. Баканової, тест СЖО Д. Леонтьєва, створення плакату-образу «Моє майбутнє» та ін.).

Важливим є складання акмеологічного алгоритму — послідовності і етапів розвитку. Описуючи засоби особистісного зростання, майбутні психологи у щоденниках звертали увагу на те, що вони найчастіше використовують літературу та психологічні методики. Тому під час професійної підготовки цих спеціалістів варто активізувати студентів на використання й інших методів та засобів професійно-особистісного зростання: ознайомлення з працями видатних психологів, науковими журналами психологічної проблематики, організації бесід, круглих столів, ґрунтовних наукових досліджень із виступами на наукових конференціях, опанування методики аутотренінгу та ін.

Ефективним для прогнозування професійно-особистісного розвитку є акмеологічний аналіз, наоснові якого виявляють акмеологічні умови й фактори, будуються прогнози та вибираються шляхи й способирозвитку особистості й професіоналізму майбутніх психологів. Майбутні психологи у щоденниках особистісно-професійного зростання аналізували шляхи особистісного й професійного зростання.

Для визначення відповідності особистісних якостей майбутнього психолога обраній спеціальності проводилася психолого-акмеологічна діагностика. Найбільш інформативними для психолого-акмеологічної діагностики є методики, використані у констатувальному експерименті: опитувальник особистісної зрілості О. Штепи; «Короткий індекс самоактуалізації» (SI) А. Джонса, Р. Крендела; «Самоактуалізаційний тест» (САТ) Е. Шострома; «Шкала ясності Я-концепції» (SCC) Д. Кемпбела; багатофакторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла та ін.

Діагностичними методами в акмеології, крім тестів, можуть бути психобіографічний метод, акмеологічна експертиза. Аналіз автобіографій, біографічне інтерв’ю — трудомісткий метод дослідження, який полягає в докладному спілкуванні з обстежуваним про його життєвий шлях, найбільш важливі події духовного життя. Майбутнім психологам пропонується написати автонаратив «Книга мого життя».

Важливою є акмеологічна експертиза — комплексна самооцінка з метою виявлення власного рівня професійної майстерності і пошуку резервів для вдосконалення професійної діяльності. Майбутні психологи під час вивчення психологічних дисциплін вели щоденники особистісно-професійного зростання, де відповідали на запитання «Які мої особистісні і професійні якості зараз?», «Яким я бачу себе майбутнім психологом і особистістю?». Аналізуючи відмінності цих образів, студенти дають відповіді на запитання у щоденниках особистісно-професійного зростання «Над якими професійними і особистісними якостями мені ще потрібно працювати, що вдосконалювати у перспективі?».

Здійснення психолого-акмеологічної підтримки можливе завдяки проведенню тренінгів, консультування. Акмеологічне консультування — надання консультативної допомоги майбутнім психологам у досягненні вершин професійної діяльності, особистісної і професійної зрілості тощо.

Важливою для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніхпсихологів є самостійна робота, де студенти займають активну суб’єктну позицію в особистісному іпрофесійному зростанні. Цей вид роботи особливо сприяє розвитку самостійності та відповідальності, які зазнали незначних позитивних змін у формувальному експерименті. Актуальним є створення індивідуальної програми, ведення щоденників зростання, проходження психологічної практики, написання автонаративів, індивідуальні звіти «досягнень» особистісного зростання, активна самоосвіта, самовиховання і саморозвиток. Щосеместрові і щорічні самозвіти про власні досягнення в особистісно-професійному зростанні можуть доповідатися на практичних, лабораторних заняттях, чи у вигляді круглих столів. Це активізує саморегуляцію, трансцендентність, самоактуалізацію.

Майбутні психологи складають індивідуальні програми розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. Складові програми можуть бути такими: назва програми, мета, завдання, напрями роботи, очікуваний результат, принципи, форми, методи, прийоми, засоби, тривалість виконання програми та ін. Програма може включати такі блоки: діагностичний, корекційний, розвиваючий, профілактичний. Діагностичний блок передбачає проведення психодіагностичних методик для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. Корекційний блок спрямовується на виправлення особистісних структур, що перешкоджають особистісному зростанню. Розвиваючий блок використовується для планування вдосконалення професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів. Профілактичний блок передбачає застосування заходів попередження особистісної незрілості.

Самостійну роботу майбутніх психологів можна організувати шляхом ведення щоденників самопізнання, самоаналізу, рефлексивних щоденників, щоденників особистісного зростання, де будуть описуватися напрями розвитку особистісної зрілості, шляхи самокорекції та саморозвитку. У щоденниках майбутні психологи занотовували власні роздуми про особистісне зростання, записували дані самоаналізу, самоспостережень, порівнювали їх із результатами психодіагностичних методик.

Крім щоденників, майбутні психологи виконують індивідуальну роботу у вигляді написанняавтонаративів, що можуть допомогти знайти суто біографічні, а не групові, вирішення проблеми особистісного і професійного зростання. Це розвиває самостійність, Его-ідентичність, аутентичність. Можна запропонувати студентам заповнювати експрес-анкети з питаннями про особливості особистісного і професійного становлення їхньої особистості, їхні плани на майбутнє, написання автонаративів на відповідну «професійну» тему «Я — професійний психолог» та ін.

Ефективними для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів є активні методи навчання: групові дискусії, аналіз проблемних ситуацій, рольові ігри, вправи на самопізнання і самооцінювання, мозковий штурм, невербальні прийоми, метод аналізу конкретних ситуацій, моделювання майбутнього професійного процесу, метод «круглого столу», ділові ігри, метод самостійного формулювання психологічних понять та ін. В результаті застосування активних методів навчання розвивається самостійність, інтелектуальність, креативність, що є професійно значущими характеристиками особистісної зрілості майбутніх психологів.

Пропонуємо під час професійної підготовки майбутніх психологів використовувати проблемне навчання. Проблемне навчання — система методів і засобів навчання, основою якого виступає моделювання реального творчого процесу за рахунок створення проблемної ситуації й управління пошуком вирішення проблеми. У проблемних ситуаціях розвивається інтелектуальність, критичне мислення студентів, вміння аналізувати й об’єктивно оцінювати ситуацію, зважувати аргументи «за» і «проти», що є професійно значущим для психолога.

Застосовуються тематичні семінари, майстер-класи з особистісного зростання, психолого-педагогічний аналіз відеофільмів, створення власної психологічної бібліотеки, обговорення її змісту на практичних і лабораторних заняттях, або спеціально відведених для цього заняттях. Можна запропонувати студентам створити наукові гуртки (типу «На шляху до особистісного і професійного зростання»), психологічні майстерні, проблемно-тематичні групи, практикуми з основ особистісного зростання психолога, що мають проблемно-пошукову спрямованість. Викладач і психолог вишу проводить просвітницьку роботу з проблеми особистісного зростання у вигляді лекцій, диспутів, круглих столів та ін.

Отже, ефективними для розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів є: психологічні засоби, акмеологічні технології, відповідна організація навчально-виховного процесу і самостійної роботи студентів. Розвиток професійно значущих характеристик особистісної зрілості майбутніх психологів повинен відбуватися у комплексному й цілісному підході до формування всіх важливих якостей. Перспективами подальших досліджень цієї проблеми є створення ефективної комплексної програми психодіагностики і розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості, яка повинна проводитися при вступі майбутніх психологів до вишу (для визначення їхніх особистісних здібностей, профпридатності до професії психолога і для «відсіву» особистісно непридатних абітурієнтів до цієї професії), під час навчання (для контролю за динамікою змін при навчанні на різних курсах), після закінчення навчання, на випускному курсі (для визначення остаточної особистісної придатності, яка може бути показником при взятті на посаду психолога).