

Васильєва О. А.

<https://orcid.org/0000-0001-7586-2156>

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ПРОФЕСІЙНОГО ТА КАР'ЄРНОГО РОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Стаття присвячена проблемі психологічних ресурсів як чинника професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів. Актуальність дослідження зумовлена підвищенням вимог до професійної підготовки майбутніх психологів в умовах воєнного стану, що супроводжується посиленням психоемоційного навантаження, соціальною невизначеністю та трансформацією професійних вимог до діяльності психолога. Метою статті є теоретичне обґрунтування психологічних ресурсів як чинника професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів і визначення їх структурної організації. Для досягнення поставленої мети використано методи теоретичного аналізу, порівняння, систематизації та узагальнення наукових джерел.

Проаналізовано сучасні психологічні підходи до розуміння психологічних ресурсів особистості, представлені у концепціях життєстійкості, збереження ресурсів, психологічної ресурсності, екзистенційної психології, а також у сучасних дослідженнях професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів.

Узагальнено наукові підходи до визначення психологічних ресурсів як інтегративного особистісного утворення. Визначено структуру психологічних ресурсів майбутніх психологів, яка охоплює смислово-ціннісний, особистісний, професійно-кар'єрний і соціальний компоненти. Встановлено, що критерієм виокремлення структурних компонентів психологічних ресурсів є психологічні функції. Обґрунтовано, що цілеспрямований розвиток психологічних ресурсів є важливою складовою професійної підготовки майбутніх психологів та визначає можливості їх професійного і кар'єрного розвитку.

Окреслено перспективи подальших наукових досліджень, що полягають в емпіричній перевірці запропонованої структури психологічних ресурсів майбутніх психологів.

Ключові слова: психологічні ресурси, майбутні психологи, професійна підготовка, професійний розвиток, кар'єрний розвиток, професійна самореалізація, психологічна стійкість.

Постановка проблеми. Професійний та кар'єрний розвиток майбутніх психологів належить до пріоритетних напрямів сучасної психології професійного розвитку особистості. У сучасних психологічних дослідженнях професійний розвиток розглядається як складний динамічний процес професійного зростання особистості, а кар'єрний розвиток – як процес реалізації професійного потенціалу особистості в умовах безперервних змін професійного середовища.

Узагальнення результатів наукових досліджень засвідчує, що професійний і кар'єрний розвиток детермінується сукупністю зовнішніх і внутрішніх чинників, серед яких провідне місце належить психологічним ресурсам особистості. Функціональне значення психологічних ресурсів полягає у мобілізації внутрішнього потенціалу

особистості, розвитку професійної активності, регуляції професійної поведінки, підтриманні професійної ефективності та професійній самореалізації, що зумовлює їх роль у професійному та кар'єрному розвитку майбутніх психологів.

У наукових джерелах сформовано різні підходи до розуміння психологічних ресурсів, визначено роль особистісних ресурсів у професійному розвитку, професійній адаптації, життєстійкості, резильєнтності, психологічному благополуччі та професійній самореалізації.

Психологічні ресурси постають як інтегративне особистісне утворення, що сприяє розвитку і реалізації професійного потенціалу особистості. Особливого значення проблема психологічних ресурсів набуває у процесі професійної підготовки майбутніх психологів, яка спрямована

розвиток професійної ідентичності, професійної готовності, професійної рефлексії, професійної спрямованості та кар'єрної готовності, що становлять психологічні передумови професійного та кар'єрного розвитку.

Сучасна професійна діяльність психолога здійснюється в умовах зростання психологічних ризиків, високого психоемоційного навантаження та необхідності надання психологічної допомоги населенню в умовах воєнного стану. За таких умов психологічні ресурси набувають особливого значення як чинник професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психологічних ресурсів особистості, їх ролі у професійній адаптації, професійній самореалізації й професійному розвитку є одним із провідних напрямів сучасних психологічних досліджень. Теоретичні та прикладні аспекти психологічних ресурсів особистості, психічного здоров'я, психологічного супроводу, життєстійкості та резильєнтності представлені у працях вітчизняних учених.

С. Д. Максименко та О. Д. Гришко [5] обґрунтували теоретико-методологічні засади психічного супроводу особистості. В. Г. Панок [6] розробив методичні засади психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану, обґрунтував технології психологічної допомоги особам, які зазнали психотравмуючого впливу воєнних подій, та визначив умови підтримання психологічного благополуччя.

І. А. Власенко, В. В. Фурман, О. М. Рева та І. О. Канюка [1] дослідили особливості психічного здоров'я студентської молоді та визначили напрями його збереження в освітньому середовищі.

Психологічні ресурси особистості у сучасній психології розглядають у взаємозв'язку з життєстійкістю, резильєнтністю та подоланням наслідків психотравмуючих подій. О. С. Штепа [11] розглядає психологічні ресурси як основу особистісного самоздійснення та внутрішній потенціал розвитку особистості. О. А. Чиханцова [12] обґрунтовує життєстійкість як психологічний ресурс, що зумовлює конструктивне подолання несприятливих життєвих обставин. С. М. Калішук [3] дослідила ресурсну матрицю психолога-консультанта в умовах війни та обґрунтувала значення психологічних ресурсів у професійній діяльності психолога. О. В. Руденко та Ю. В. Гонтар [9] дослідили структуру резильєнтності та розкрили її роль у розвитку особистості. Т. М. Титаренко та М. С. Дворник [10] розробили методологічні та

методичні засади соціально-психологічного відновлення особистості після травматичних подій.

Окремий напрям сучасних психологічних досліджень становлять праці, присвячені психологічним чинникам професійного становлення та кар'єрного розвитку майбутніх психологів. Н. О. Гончарова [2] дослідила психологічні особливості формування кар'єрних орієнтацій студентської молоді. Л. І. Мороз та О. А. Гульбе [7] розкрили психологічні засади формування готовності майбутніх психологів до професійної кар'єри. Разом із тим психологічні ресурси як чинник професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів та особливості їх структурної організації потребують теоретичного обґрунтування.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування психологічних ресурсів як чинника професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів та визначення їх структурної організації.

Виклад основного матеріалу. Психологічні ресурси належать до базових категорій сучасної психології, оскільки визначають внутрішні можливості особистості щодо конструктивного подолання життєвих труднощів, саморегуляції, професійного розвитку та реалізації власного потенціалу [8; 12; 13]. У сучасних наукових джерелах психологічні ресурси розглядають як інтегративну систему особистісних властивостей, психічних утворень і внутрішніх можливостей, які забезпечують адаптацію особистості до мінливих умов життєдіяльності, підтримання психологічного благополуччя та функціонування в умовах дії стресогенних чинників [12; 13].

Одним із сучасних напрямів психологічних досліджень є ресурсний підхід, згідно з яким психологічні ресурси розглядають як основу подолання кризових ситуацій та адаптації особистості до несприятливих умов життєдіяльності [8].

Концепція життєстійкості С. Кобаси та С. Мадді [15; 17] є одним із провідних теоретичних підходів до розуміння психологічних ресурсів, яка розкриває їх як систему особистісних установок, що забезпечують конструктивне реагування на стресогенні впливи. Залученість до діяльності, здатність контролювати перебіг життєвих подій та готовність сприймати зміни як закономірну складову професійного досвіду визначають можливості особистості підтримувати ефективність діяльності в умовах невизначеності.

Інший аспект психологічних ресурсів особистості розкривається в екзистенційній концепції В. Франкла та А. Ленгле [13; 16], відповідно до

якої провідною умовою збереження внутрішньої стійкості є здатність суб'єкта до віднаходження смислу власної діяльності. Дослідники психологічні ресурси розглядають не лише як здатність до подолання стресогенних чинників, а й у взаємозв'язку з усвідомленням професійного призначення та прийняттям відповідальності за професійний вибір. Сформовані професійні смисли та цінності майбутнього психолога сприяють внутрішній узгодженості професійного самовизначення, професійної самореалізації та подальшого кар'єрного розвитку.

В концепції збереження ресурсів С. Гобфолл [14] розглядає психологічні ресурси як умову збереження психологічної стійкості в умовах стресу. Відповідно до цієї концепції стрес виникає внаслідок реальної або потенційної втрати ресурсів, тоді як їх накопичення, збереження та відновлення забезпечують психологічну стійкість і ефективно подолання стресогенних впливів. Концепція збереження ресурсів доповнює теоретичні уявлення про психологічні ресурси, обґрунтовуючи їх динамічний характер, що зумовлює необхідність їх постійного розвитку, збереження та відновлення.

На думку О. С. Штепи [11], психологічні ресурси становлять внутрішні можливості особистості, що формуються у процесі осмислення індивідуального екзистенційного досвіду та сприяють наданню життю смислу. Психологічну ресурсність дослідниця розглядає як уміння особистості усвідомлювати, актуалізовувати, оновлювати й ефективно використовувати власні психологічні ресурси. До структури психологічної ресурсності авторка відносить упевненість у собі, роботу над собою, творчість, допомогу іншим, самореалізацію у професії, знання власних психологічних ресурсів та вміння їх оновлювати.

Функціонування психологічних ресурсів у професійній діяльності психолога розкрито у дослідженні С. М. Калішук [3], у якому обґрунтовано ресурсну матрицю психолога-консультанта. До її структури віднесено ознаки реалістичності та індивідуальний, соціальний, родинний і професійний виміри життя. Ознаки реалістичності представлені внутрішніми й зовнішніми опорами, екзистенційною сповненістю та взаємодією особистості зі світом. Взаємозв'язок зазначених складових зумовлює підтримання професійної ідентичності, професійної ефективності та здатності психолога-консультанта надавати психологічну допомогу в умовах воєнного стану.

Узагальнення наведених положень дозволяє розглядати психологічні ресурси не ізольовано,

а у взаємозв'язку особистісних характеристик і різних вимірів життя психолога-консультанта, що зумовлюють його професійне функціонування.

Н. О. Гончарова [2] розглядає кар'єрні орієнтації як складову професійного розвитку особистості, що визначає спрямованість самореалізації та побудови професійної кар'єри. Дослідниця відзначає, що професійна підготовка майбутнього психолога охоплює не лише набуття професійних знань і навичок, а й формування професійних установок, ціннісних орієнтацій, професійної спрямованості та готовності до професійної діяльності.

Л. І. Мороз та О. А. Гульбе [7] трактують готовність майбутніх психологів до професійної кар'єри як системне особистісне утворення. Дослідники виокремлюють професійно значущі особистісні якості, професійні компетентності, уміння та навички як компоненти готовності до професійної кар'єри.

Аналіз наукових джерел показав, що рівень сформованості зазначених компонентів визначає готовність майбутнього психолога до побудови професійної кар'єри. Професійна підготовка майбутнього психолога не обмежується формуванням професійних знань, умінь і навичок, а охоплює професійний і кар'єрний розвиток особистості. Професійний розвиток передбачає становлення професійної ідентичності, готовності до професійної діяльності та оволодіння змістом майбутньої професії. Кар'єрний розвиток спрямований на визначення професійних цілей, формування кар'єрних орієнтацій, вибір напрямку професійної спеціалізації, проектування індивідуальної професійної траєкторії та професійну самореалізацію.

Отже, узагальнення літературних джерел дозволяє дійти висновку, що психологічні ресурси розглядають як інтегративне особистісне утворення. Теоретичний аналіз наукових джерел дозволив визначити структуру психологічних ресурсів майбутніх психологів, яка охоплює смислово-ціннісний, особистісний, професійно-кар'єрний і соціальний компоненти.

В умовах воєнного стану професійний і кар'єрний розвиток майбутніх психологів здійснюється за умов тривалого психоемоційного навантаження, соціальної невизначеності та зростання запиту на психологічну допомогу. За таких умов психологічні ресурси набувають особливого значення у збереженні професійної спрямованості, формуванні кар'єрної готовності та професійному розвитку майбутніх психологів. Структурні компоненти психологічних ресурсів

виокремлено відповідно до психологічних функцій, які вони виконують у процесі професійного і кар'єрного розвитку майбутніх психологів. Розглянемо зміст виокремлених компонентів психологічних ресурсів.

Смислово-ціннісний компонент охоплює професійну спрямованість майбутнього психолога. Зміст компонента становлять професійні цінності, професійні смисли та професійна мотивація, які формують ставлення особистості до майбутньої професійної діяльності, професійного розвитку та самореалізації.

Особистісний компонент визначає психологічні передумови ефективної професійної діяльності майбутнього психолога в умовах складних соціально-професійних викликів. До змісту компонента належать життєстійкість, здатність до саморегуляції та професійно значущі особистісні якості, сформованість яких зумовлює психологічну стійкість і здатність до конструктивного подолання професійних труднощів в умовах воєнного стану.

Професійно-кар'єрний компонент інтегрує готовність майбутніх психологів до професійної самореалізації та побудови професійної кар'єри. Структуру компонента утворюють професійна компетентність, професійна ідентичність, кар'єрні орієнтації та готовність до професійної самореалізації.

Соціальний компонент описує систему професійної взаємодії майбутніх психологів із професійним середовищем. До змісту компонента належать професійна взаємодія, професійна підтримка та ресурси професійного середовища, які забезпечують умови для професійної самореалізації та кар'єрного розвитку майбутніх психологів.

Формування психологічних ресурсів майбутніх психологів відбувається у процесі професійної підготовки в закладі вищої освіти, що є провідним етапом професійного становлення особистості та

визначає умови для професійної самореалізації й кар'єрного розвитку. В умовах воєнного стану професійна підготовка у закладі вищої освіти здійснюється під впливом тривалих стресогенних чинників, соціальної невизначеності та трансформації професійних вимог до діяльності психолога. Унаслідок цього психологічний зміст професійної підготовки передбачає формування професійної компетентності та цілеспрямований розвиток психологічних ресурсів, які забезпечують професійний і кар'єрний розвиток, готовність до професійної самореалізації та проєктування індивідуальної професійної траєкторії.

Висновки. Аналіз наукових джерел засвідчив, що психологічні ресурси як чинник професійного та кар'єрного розвитку майбутніх психологів визначають внутрішні можливості особистості щодо мобілізації професійного потенціалу, професійної активності, регуляції професійної поведінки, підтримання професійної ефективності та професійної самореалізації.

Узагальнення наукових джерел дозволило визначити психологічні ресурси як інтегративне особистісне утворення та обґрунтувати їх структуру, представлену смислово-ціннісним, особистісним, професійно-кар'єрним і соціальним компонентами. Визначено структуру психологічних ресурсів майбутніх психологів, виокремлену за функціональним критерієм, та доведено її значущість для успішного професійного і кар'єрного розвитку. З'ясовано, що в умовах воєнного стану значущість психологічних ресурсів у професійному та кар'єрному розвитку майбутніх психологів зростає внаслідок посилення психоемоційного навантаження, соціальної невизначеності та трансформації професійних вимог до діяльності психолога.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричній перевірці запропонованої структури психологічних ресурсів майбутніх психологів.

Список літератури:

1. Власенко І. А., Фурман В. В., Рева О. М., Канюка І. О. Психологічне здоров'я студентської молоді : навч.-метод. посіб. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 224 с.
2. Гончарова Н. О. Психологічні особливості формування кар'єрних орієнтацій студентів. *Психологія і особистість*. 2020. № 2. С. 223–233. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2020.2.222384>
3. Каліщук С. М. Ресурсна матриця психолога-консультанта у подіях війни : монографія. Київ : Майстер книг, 2023. 106 с.
4. Лукомська С. О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2020. Вип. 1. С. 190–196. <https://doi.org/10.32999/ksu2313-6928/2020-1-26>
5. Максименко С. Д., Гришко О. Д. Психічний супровід і психічне здоров'я : навч. посіб. Київ : Вид-во Людмила, 2024. Т. 2. 468 с.
6. Методики психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни : практ. посіб. / В. Г. Панок та ін. ; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2023. 212 с.

7. Мороз Л. І., Гульбс О. А. Проблема формування готовності майбутніх психологів до здійснення професійної кар'єри з позицій гендерного підходу. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Том 33 (72), № 2. С. 57–64. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/09>
8. Психологічний супровід особистості в умовах війни : навч. посіб. / С. Кузікова та ін. Київ; Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2024. 260 с.
9. Руденко О. В., Гонтар Ю. В. Структура резилієнсу у контексті розвитку резильєнтності особистості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72), № 2. С. 73–77. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/12>
10. Титаренко Т. М., Дворник М. С. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 284 с.
11. Штепа О. С. Операціоналізація поняття «психологічні ресурси». Людина і суспільство: філософські, психологічні та політологічні виміри. У 3 кн. Кн. 1. Особистість в соціумі: психологічні механізми активності : монографія / за ред. чл.-кор. НАН України, д-ра філос. наук, проф. В. П. Мельника ; [Т. Б. Партико, Н. П. Гапон, С. Л. Грабовська та ін.]. Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, 2022. С. 83–108.
12. Чиханцова О. А. Психологічні основи життєстійкості особистості : монографія. Київ : Талком, 2021. 319 с.
13. Frankl V. E. *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press, 1985. 165 p.
14. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, No. 3. P. 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
15. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. Vol. 37, No. 1. P. 1–11. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
16. Längle A. The Art of Approving Life: Existential Analysis. *Existential Analysis*. 2003. Vol. 14, No. 2. P. 220–232.
17. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*. 2006. Vol. 1, No. 3. P. 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>

Vasylieva O. A. PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF PROFESSIONAL AND CAREER DEVELOPMENT OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

The article is devoted to the problem of psychological resources as a factor in the professional and career development of future psychologists. The relevance of the study is determined by the increasing requirements for the professional training of future psychologists under martial law, accompanied by intensified psycho-emotional stress, social uncertainty, and the transformation of professional requirements for psychological practice. The purpose of the article is to provide a theoretical substantiation of psychological resources as a factor in the professional and career development of future psychologists and to determine their structural organization. To achieve this purpose, the methods of theoretical analysis, comparison, systematization, and generalization of scientific sources were employed. Contemporary psychological approaches to understanding personal psychological resources, represented in the concepts of hardiness, conservation of resources, psychological resourcefulness, existential psychology, as well as in current studies on the professional and career development of future psychologists, were analyzed. Scientific approaches to defining psychological resources as an integrative personal construct were generalized.

The structure of psychological resources of future psychologists was determined, encompassing value-semantic, personal, professional-career, and social components. It was established that psychological functions constitute the criterion for distinguishing the structural components of psychological resources. It was substantiated that the professional training of future psychologists involves the purposeful development of psychological resources as a factor in their professional and career development.

Prospects for further research consist in the empirical verification of the proposed structure of psychological resources of future psychologists.

Keywords: psychological resources, future psychologists, professional training, professional development, career development, professional self-realization, psychological resilience.

Дата першого надходження статті до видання: 02.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 22.07.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 07.09.2026