

10. E`jdemiller E`.G., Yusticzkiy V.V. Semejnaya psikhoterapiya / E`.G. E`jdemiller, V.V. Yusticzkiy. Leningrad, 1990. 432 s.
11. Fanshel D. Playback: a marriage in psychotherapy examined / D. Fanshel. New-York – London, 1971. 323 p.
12. Kellerman H. Group psychotherapy and personality / H. Kellerman. New-York: Grune & Strattou, 1979. 220 p.
13. Rogers C.R. A theory of therapy, personality and interpersonal relationship as developed in the client centered framework / C.R. Rogers // Koch S. Psychology: A study of a science. New-York: Mc. Graw Hill, 1959. 59 p.

Kompliienko I.O. Psychological determinants of the formation of harmonious family relationships. The article deals with the problem of determining the features of harmonious family upbringing. The relationships between parental behavior and child's activity were described. The humanistic psychological direction and its influence on the formation of harmonious family relationships were characterized. It was stated that the latter would be achieved by smoothing the difference between "Me-ideal" and "Me-real" in the presence of certain specific psychological circumstances. It was also emphasized that one could change his/her own behavior only by understanding and accepting one's feelings as personally meaningful.

It was noted that when a client experienced certain problems in the process of family upbringing, the psychotherapist helped him/her to release his/her feelings and take concrete steps to change his/her behavior and himself/herself. In the process of family upbringing the model of empathy-oriented communication means the dialogue of communication, its openness, the relaxed feelings of a person, their sincerity. Therefore, the paradigm of the child-rearing model should be given the psychological foundations of developing systems of communication and networks that will facilitate the expression of each family member. It was noted that such a model of family upbringing was quite harmonious. It was emphasized that parents mastering that model should master three basic skills: 1) active listening; 2) the explication of their own feelings available to the child; 3) practical use in family communication the principle of "both are right".

The psychological determinants for the formation of harmonious family relationships were highlighted: empathically oriented communication, humanistic style of children's upbringing, their high level of self-esteem, smoothing the difference between "Me-ideal" and "Me-real", positive attitude from others and self-respect.

Key words: family upbringing, harmonious family upbringing, harmonious family relationships, empathically oriented communication, humanistic upbringing style, self-esteem, Me-ideal, Me-real.

УДК 159.946.3-053.4

Корніяка О.М.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ВИКЛАДАЧА ВИЩОЇ ШКОЛИ

Корніяка О.М. Основні напрямки психологічного забезпечення професійного самоздійснення викладача вищої школи. У статті окреслено – на підставі результатів регресійного аналізу – визначальні чинники професійного самоздійснення викладача вищої школи. Встановлено, що найбільш вираженим чинником досягнення цим фахівцем високого рівня професійного самоздійснення (загального, внутрішньо-професійного і зовнішньо-професійного) виступає показник «креативність у сфері ділового спілкування». Показано основні напрямки, заходи, засоби, форми та етапи психологічного забезпечення процесу професійного самоздійснення фахівця науково-педагогічного профілю.

Ключові слова: психологічне забезпечення, регресійний аналіз, чинники професійного самоздійснення, професійна і комунікативна компетентність, професійна життєстійкість, комунікативний тренінг, фахівці науково-педагогічного профілю.

Корнижка О.Н. Основные направления психологического обеспечения профессионального самоосуществления преподавателя высшей школы. В статье очерчены – на основе результатов регрессионного анализа – ведущие факторы профессионального самоосуществления преподавателя высшей школы. Установлено, что наиболее выраженным фактором достижения этим специалистом высокого уровня профессионального самоосуществления (общего, внутрипрофессионального и внешнепрофессионального) является показатель «креативность в сфере делового общения». Показаны основные направления, меры, средства, формы и этапы психологического обеспечения процесса профессионального самоосуществления специалиста научно-педагогического профиля.

Ключевые слова: психологическое обеспечение, регрессионный анализ, факторы профессионального самоосуществления, профессиональная и коммуникативная компетентность, профессиональная жизнестойкость, коммуникативный тренинг, профессионалы научно-педагогического профиля.

Вступ. Викладач вищої школи – типовий представник соціономічних професій, комунікативних за своїм характером. Він є однією з ключових постатей у фаховій підготовці й соціальному та професійному розвитку майбутніх професіоналів, у набутті ними досвіду практичної діяльності в сучасному суспільстві, виробленні соціально значущих і професійно важливих якостей для забезпечення їх конкурентоспроможності на ринку праці, успішності життєдіяльності.

Науково-педагогічна діяльність викладача – це «інтелектуальна творча праця», що має, як відомо, високий культурний статус та велику залежність рівня освіти і науки від індивідуальних здібностей педагогів-учених. «Працюючи» з внутрішнім світом іншої людини, цей фахівець повинен повсякчас підтримувати довіру до себе завдяки постійному збагаченню професійної компетентності, набуттю майстерності й гнучкості у взаємодії. Він має підносити свій авторитет як носій об'єктивної інформації, порадник у важких життєвих питаннях і кризових ситуаціях; бути творцем реальних культурних та моральних цінностей. А постійна спрямованість цих професіоналів на самопізнання й активне виконання освітньо-наукових завдань є віддзеркаленням їх загальної інтенції до самоактуалізації та саморозвитку, що веде до самоздійснення у професії.

Самоздійснення можливе через постійний «саморух», що виступає визначальною спонукою психічного розвитку людини. Пізнавальна активність (інформованість, знання, досвід, культура) і комунікативна спрямованість сприяють формуванню соціально і професійно важливих якостей викладача: мотиваційних, когнітивних, комунікативних, поведінкових – особливо його життєстійкості, самостійності, ініціативності та відповідальності. Бо відсутність самостійності, як і низька життєстійкість, невміння долати перешкоди соціальної і професійної взаємодії, можуть призвести, за результатами досліджень Б.Г. Ананьєва, І.В. Дубровіної, Г.В. Жаркова, А.В. Капцова, Л.С. Колмогорової, Ю.Л. Сорокіної й інших дослідників, до неадекватних реакцій, до формування руйнівних настановлень і способів життєдіяльності.

Тим часом нинішні умови життя, за твердженням О.В. Павлової і О.А. Самойленко, визначають специфічний стиль життя сучасної людини, який притаманний зазвичай викладачеві. Це неперервна участь в інформальній (повсякденній) освіті, яка сприяє максимальній реалізації особистісного потенціалу. Інформальна освіта передбачає створення умов, розвиток відповідних здібностей і здатностей для пошуку людиною самоідентичності – передусім за професією, віком: йдеться про прояв особистісного начала, усвідомлення індивідом своєї сутності, визначення свого місця у світі і співвіднесення себе з фундаментальними етичними цінностями [13; 15].

Впливаючи на професійну сферу особистості, інформальна освіта обумовлює постійну внутрішню рефлексію щодо специфіки професії, спонукає до конструктивних змін та послуговування новітніми практиками під впливом знову освоєних знань. Зрештою, самодіяльність фахівця спільно з неперервною участю в освітній діяльності дають змогу рухатися в унісон з швидкоплинними суспільними змінами та світовими інноваційними процесами, набувати зрілості, конкурентоздатності й можливості правильно вирішувати назрілі проблеми.

У контексті сказаного розглядаємо *професійне самоздійснення викладача вищої школи* як постійну самоосвіту, безперервний особистісний розвиток для набуття майстерності, професіоналізму, професійної досконалості; якомога повніше розкриття – на підставі розвиненого „емоційного інтелекту” та „інтелектуальної” комунікації – своїх потенційних можливостей в науково-педагогічній діяльності, цілеспрямовану і насичену творчістю самореалізацію в комунікативного типу професії для досягнення соціально значущого ефекту.

Дослідження показало, що в сучасній науці не тільки не існує однозначного розуміння сутності поняття «самоздійснення» людини: найчастіше воно розглядається дослідниками або як *процес* постійного самозростання, або як *результат* саморозкриття особистості в життєдіяльності, а й не був предметом спеціального вивчення у психології сам феномен самоздійснення фахівця комунікативного типу. З цим і пов'язана потреба у визначенні тих психологічних чинників, які найбільшою мірою сприяють забезпеченню професійного самоздійснення спеціаліста науково-педагогічного профілю через неабияку важливість для соціуму його діяльності.

У зв'язку з цим **метою** дослідження є викладення результатів емпіричного вивчення визначальних чинників професійного самоздійснення викладача вищої школи і розробка на цій підставі психологічного забезпечення його самоздійснення у просторі професії. Адже не викликає сумніву необхідність психологічної підтримки самоздійснення саме цього фахівця з метою забезпечення додаткових можливостей для поглиблення змісту його професійної діяльності, посилення розвитку компетентності та всебічної реалізації кваліфікаційних можливостей у педагогічній взаємодії з об'єктами своєї праці – майбутніми спеціалістами.

Методи дослідження. Визначення провідних чинників професійного самоздійснення викладача здійснювалося через опрацювання емпіричних даних за допомогою регресійного аналізу, що стало підґрунтям для розробки його психологічного забезпечення. В дослідженні використовувалися і такі наукові методи,

як аналіз і синтез, упорядкування і систематизація емпіричного матеріалу. Статистичне опрацювання даних за допомогою регресійного аналізу показало, що використані у дослідженні методики, тести, опитувальники й експертна оцінка сформованості у викладачів професійної компетентності та її складових містять достатньою мірою інформативні показники, які можна розглядати в якості визначальних чинників їх професійного самоздійснення.

Дослідження тривало протягом 2016-2018 рр. й охоплювало такі етапи: психодіагностичний, статистичний, інформаційно-аналітичний та етап розробки психологічного забезпечення професійного самоздійснення цих фахівців. У психологічному дослідженні взяли участь 80 респондентів – викладачів кількох університетів України [див. детальніше: 7; 8].

Зауважимо також, що у підґрунті психологічного забезпечення професійного самоздійснення викладача має бути *принцип психологічної фасилітації*, яка є особливим – діалогічним, суб'єкт-суб'єктним – спілкуванням (у формі сприяння, поради, застереження, рекомендацій тощо) і відповідає природі особистісної зміни: процесу самореконструкції та самоорганізації відкритої динамічної системи особистості. Фасилітативна підтримка сприяє особистісному зростанню: розкриттю здібностей, пізнавальних можливостей, емоційній саморегуляції; посилює прагнення до самореалізації, самовдосконалення, творчого здійснення фахової діяльності.

Виклад результатів дослідження. Професійну діяльність викладача зазвичай супроводжує професійне (педагогічне) спілкування, яке зумовлене її цілями і забезпечує взаємодію її суб'єктів у процесі розв'язання фахових завдань. У професії викладача професійне спілкування, яке реалізується через його комунікативну компетентність, виступає головним засобом професійної діяльності, без нього практичну діяльність неможливо виконати. Сама діяльність спілкування зумовлена потребою розв'язання передусім комунікативних завдань, що виникають у процесі фахової взаємодії, а через них – розв'язання власне професійних завдань.

Викладач має здійснювати комунікативно-мовленнєву діяльність у всіх сферах своєї роботи: дидактичній, науковій, виховній, методичній, організаційній тощо. Така всеохоплююча загальність, тобто присутність діяльності спілкування у всіх видах професійної діяльності цього фахівця, робить пріоритетними сформованість і розвиток у системі його професійної компетентності передусім комунікативної компетентності як системи знань та вмінь. Саме комунікативна компетентність, зумовлена комунікативними якостями особистості (О.О. Бодальов, 1996; Є.П. Ільїн, 2009; В.М. Куніцина, 1991 й ін.), значною мірою визначає ефективність спілкування. Це складно організоване утворення особистості виступає потужним психологічним інструментом діяльності спілкування викладача. До того воно визначає великою мірою його професійне самоздійснення, що дістало підтвердження в емпіричному дослідженні [7].

Тим часом дослідження показало, що серед найбільш виражених предикторів досягнення викладачем вищої школи високого рівня

самоздійснення у професії вирішальне значення мають саме **комунікативні чинники**, які тісно поєднуються з показниками (отриманими за результатами дослідження О.М. Кокуна, 2017) задоволення фахівців-соціономів змістом власної професійної діяльності й стану здоров'я. Це зумовлено специфікою професійної діяльності викладача, здійснюваної у формі науково-педагогічного спілкування.

Дослідження дало змогу встановити питому вагу впливу комунікативних детермінант на процес і результат досягнення викладачами професійного самоздійснення. На рівні *внутрішньо-професійного самоздійснення* (що розглядається як професійне самовдосконалення, спрямоване на підвищення професійної компетентності та розвиток професійно важливих якостей) комунікативні чинники займають 64,3 % серед інших чинників, решта відповідно – 35,7%. У свою чергу, частка комунікативних чинників серед прогностичних чинників впливу на їх *зовнішньо-професійне самоздійснення* (означає досягнення значущих здобутків у різних аспектах професійної діяльності) є помітно меншою і дорівнює 44%.

До психологічних чинників, які справляють найбільший вплив на процес досягнення викладачами ЗВО самоздійснення у професії, належать такі: «*креативність у сфері ділового спілкування*» – для загального рівня професійного самоздійснення; «*креативність у сфері ділового спілкування*» і «*мотиваційний критерій комунікативної компетентності у сфері ділового спілкування*» – для внутрішньо-професійної форми самоздійснення; «*креативність у сфері ділового спілкування*» – для зовнішньо-професійної форми самоздійснення. Порівняння коефіцієнтів детермінації показало, що показник «*креативність у сфері ділового спілкування*» має найвищу прогностичну силу: коефіцієнт множинної регресії дорівнює: $R = 0,71 - 0,89$, а кількість поясненої дисперсії становить: $R^2 = 0,51 - 0,77$.

Відтак, креативність як здатність до нестандартного розв'язання комунікативних завдань, як прояв творчості у реалізації комунікативної складової професійної діяльності визначає найбільшою мірою професійне самоздійснення викладачів вищої школи і реалізацію його внутрішньо- і зовнішньо-професійної форм. У зв'язку зі сказаним наголосимо також, що самоздійснення (особливо його внутрішньо-професійна форма) неможливе без мотивації, яка має спрямовувати особистість на самореалізацію та саморозвиток у сфері ділового (педагогічного) спілкування, що є формою реалізації професійної діяльності цього фахівця.

Дослідження дало також змогу визначити й інші провідні чинники внутрішньо- і зовнішньо-професійного самоздійснення цих фахівців. До таких, достатньою мірою виражених, чинників належать: внутрішня професійна мотивація і зовнішня позитивна мотивація; ключові критерії (мотиваційний, когнітивний та інструментальний) комунікативної компетентності у сфері ділового спілкування; професійна компетентність – у тому числі креативна, інформаційна, самоосвітня і педагогічна; показники невербальної виразності педагога; ціннісні орієнтації; креативність; контактність і, нарешті, вміння викладати свої думки [див. детальніше: 8].

Обговорення результатів дослідження. Спираючись на результати регресійного аналізу, ми визначили основні напрямки та пов'язані з ними завдання

психологічного забезпечення професійного самоздійснення викладача вищої школи [9]. Сприяння професійному самоздійсненню викладача забезпечують:

- 1) поглиблення змісту власної професійної діяльності і досягнення задоволеності своєю роботою;
- 2) постійний розвиток внутрішньої та зовнішньої професійної мотивації;
- 3) розвиток ціннісних орієнтацій, притаманних особистості, що самоактуалізується; посилення ціннісного ставлення до обраного фаху;
- 4) досягнення творчої та креативно-комунікативної спрямованості особистості, забезпечення постійного вияву креативності у сфері професійного спілкування і життєдіяльності загалом;
- 5) використання особистісно-психологічних ресурсів життєстійкості, поглиблення її зв'язку з властивостями особистості;
- 6) інтенсивний розвиток професійної компетентності й таких її структурних складових, як інформаційна, креативна, педагогічна та самоосвітня компетентності;
- 7) вдосконалення комунікативної компетентності як ключової складової професійної компетентності й інтегральної здатності викладача до спілкування з акцентом на таких її складових:
 - а) *мотиваційному* критерії – для поглиблення мотиву подолання комунікативних труднощів; *когнітивному* критерії – для побудови ефективних комунікативних програм, забезпечення рефлексії ділових комунікацій; *інструментальному* критерії – для досягнення адекватності у сфері ділового спілкування;
 - б) мовленнєвій компетентності;
 - в) невербальній (педагогічній) виразності мовленнєвої комунікації викладача: її посиленні через оптимальний темп зміни формально-динамічних параметрів (міміка, жести, погляд, вираз обличчя) невербальної поведінки і розвиток здатності до управління та рефлексії в педагогічному спілкуванні;
- 8) розвиток контактності як вміння швидко встановлювати глибокі й емоційно насичені контакти з іншими людьми, як здатності до діалогічного спілкування в системі «викладач – студент».

Крім того, психологічне сприяння професійному самоздійсненню особистості повинне забезпечуватися на всіх етапах професійного становлення особистості і мати постійний характер. А підвищенню рівня передусім внутрішньо-професійного самоздійснення фахівця-соціонома можуть істотно сприяти (за результатами дослідження О.М. Кокуна, 2017) заходи, спрямовані на підтримку в нього доброго стану здоров'я. Це тісно пов'язане з профілактикою виникнення таких негативних особистісно-професійних явищ, як професійне та емоційне вигорання, деформації.

Особистісній реалізації та самоздійсненню викладача в обраній професії сприяє психологічне забезпечення у таких основних формах: психологічне консультування (індивідуальне та групове), тематичні бесіди, комунікативний тренінг, соціально-психологічне тренування, ділові ігри, раціоналізація професійних завдань через відповідне інформування, психорегуляційні засоби та ін.

В якості *інформаційної підтримки* розвитку самоздійснення можна використати відомості про *способи* подолання труднощів у складних ситуаціях професійної взаємодії, до яких дослідники (І. Ващенко, Р. Лазарус, С. Фолкман, Т. Крюкова, Є. Куфтяк, М. Замишляєва) відносять такі копінг-стратегії: а) конструктивні (самоконтроль, планування рішення, пошук соціальної підтримки); б) порівняно конструктивні (прийняття відповідальності, позитивна переоцінка); в) неконструктивні (дистанціювання, конфронтаційний копінг, уникання) і які потребують спеціальних рекомендацій психолога й експертів стосовно вікових та типологічних особливостей особистості фахівців комунікативного типу.

Тим часом набуття професійного досвіду, компетентності у професії відбувається в результаті соціалізації, комунікації і взаємодії процесів професіоналізації на різних етапах професійного становлення і завдяки всьому багатоманіттю проявів самості фахівця. Професійне самоздійснення означає збагачення психіки фахівця, появу у нього нових якостей: професійно важливих і особистісно значущих – або якісну видозміну вже існуючих. У підґрунті цього має бути ідея про внутрішню детермінацію й єдність особистісного та професійного розвитку як взаємодоповнюючих процесів, які по чергово виступають один для одного то засобом, то результатом розвитку на різних етапах онтогенезу [12].

До того фахівець науково-педагогічного профілю, реалізуючи у професії стратегію самоздійснення, має послуговуватися всіма напрямками своєї діяльності: педагогічним, когнітивним, виховним, комунікативним, науковим, методичним та ін. А це неодмінно пов'язане з наявністю у нього високорозвиненої професійної компетентності. Сформованість *професійної компетентності* як цілісної системи науково-педагогічних знань та вмінь, всіх ключових компетентностей (складових) її структури: педагогічної, психологічної, комунікативної, мовленнєвої, інформаційної, полікультурної, соціальної, технологічної, самоосвітньої, креативної і компетентності особистісного самовдосконалення – є свідченням професійної зрілості викладача. А це забезпечує йому комфортні умови на шляху професійного самоздійснення. Тому названі види компетентностей, а особливо такі з них, як інформаційна, креативна, педагогічна та самоосвітня компетентності, треба розвивати у цього фахівця вже на початкових етапах професіоналізації.

А позаяк креативність перетворилася на одну з актуальних якостей фахівця взагалі, це зумовило важливість та першочерговість виховання творчої та креативно-комунікативної спрямованості його особистості. На актуальності ролі *креативності* як здатності індивіда продукувати незвичайні ідеї, відходити від традиційності мислення, пропонувати нові рішення, швидко й ефективно вирішувати проблемні ситуації робиться акцент і у прогнозах дослідників про найближчі зміни у сфері професій.

Як показало наше дослідження, ця, пов'язана з творчістю, здатність відіграє особливу роль у професійному самоздійсненні викладача. Вона дається людині, як відомо, від народження, але втрачається вже на перших етапах онтогенезу. Тому ця здатність потребує постійного розвитку – зокрема, виконання фахівцем спеціальних тренувальних вправ – для забезпечення вияву креативності

у сфері професійної діяльності та спілкування. Для розвитку креативності можна скористатися і цифровими технологіями: зокрема, онлайн-сервісами, що спеціалізуються на створенні «когнітивних тренажерів». Їх теоретичною основою послужили розробки шведського нейрофізіолога Т. Клінгберга (Клінгберг, 2010). Вони дістали свій розвиток у доробку швейцарських психологів С. Джеггі і М. Бушкюль, спрямованому на тренування «інтелектуальних м'язів». Йдеться про формування конкретних навичок: приміром, про розвиток когнітивних здібностей, забезпечення гнучкості інтелекту, який відповідає за здатність віднаходити рішення нових нестандартних задач, а також про збільшення обсягу робочої пам'яті, поліпшення короткочасного запам'ятовування, швидкого відтворення потрібної інформації тощо.

Поза тим професійне самоздійснення неможливе без *особистісного самоздійснення*, позитивної зміни соціально значущих якостей фахівця, оскільки його особистість є інструментом професії. До найпоширеніших моделей особистісної зміни, актуальних у плані вдосконалення особистості викладача вищої школи, дослідники відносять *зміну особистості* за допомогою таких заходів: *по-перше*, в результаті подолання криз розвитку та зламних моментів у житті; *по-друге*, через взаємодію, тобто шляхом набуття нового досвіду і перевірки у ході комунікативної діяльності ефективності набутих раніше зв'язків спілкування; *по-третє*, у процесі особливих взаємин, де чинником впливу виступає емпатія, яка допомагає краще орієнтуватися в комунікативній ситуації, надає впевненості у взаємодії.

У професійній діяльності фахівець з орієнтацією на особистісне самоздійснення налаштований на відносини з колегами – у викладачів (педагогів) це поєднується з реалізацією своїх, соціальних за характером, якостей у професійному спілкуванні з об'єктами своєї праці. Разом з тим цей фахівець дбає про вдосконалення своїх професійних якостей для досягнення високих результатів у праці, отримання гідної оцінки оточення, кар'єрного зростання, тобто для якомога повнішої своєї реалізації в обраній професії.

Крім того, в умовах посилення впливу викликів сучасності (економічна криза, екобезпека, вірусна загроза, брак «живої» комунікації тощо) на буття людства, на його науку та практику зростає роль *ендогенного принципу* в життєдіяльності людини, опертя на внутрішні ресурси в її самоздійсненні у просторі професії. До таких, життєво необхідних, внутрішніх ресурсів особистості належать передусім *життєстійкість* і *креативність*, які є – поряд з активністю та самостійністю суб'єкта діяльності – ефективними засобами творчо-практичних перетворень, подолання труднощів у професійній взаємодії, запорукою постійного самозростання та саморозкриття особистості у професії.

Тому в плані прояву життєвої і професійної активності, ініціативності, самостійності в діяльності важливою є сформованість *життєстійкої особистості*, що виступає, за твердженням В.М. Логінової (2010), як «цілісна система взаємодії зі світом», як ключовий ресурс подолання перешкод, система переко-

нань, здатність і готовність суб'єкта виявляти інтерес до участі в ситуаціях підвищеної складності, контролювати їх, управляти ними, вміти сприймати негативні події як досвід і успішно їх опанувати [11].

Прояв особистістю своєї життєстійкості в стресогенних умовах соціальної та професійної взаємодії передбачає високу розвиненість кожної з її структурних складових – *залученості, контролю, прийняття ризику*, їхню взаємоузгодженість і взаємозумовленість. Відтак, фахівець з таким розвиненим її структурним компонентом, як *залученість*, отримує задоволення від власної діяльності, процесу її виконання; *контроль* – сам обирає свою діяльність, справляє вплив на її результат; а з розвиненим компонентом *прийняття ризику* – активно засвоює «знання з досвіду» для подальшого їх використання в діяльності [див. детальніше: 10].

У процесі професійного сходження фахівця саме розвитку життєстійкості слід приділяти посилену увагу. Важливим аргументом на користь сказаного є зафіксоване в теоретичному дослідженні існування взаємозв'язку між цим поняттям і загальною самоефективністю, оптимальною працездатністю, психологічним благополуччям, успішною адаптацією і життєтворчістю особистості в професії. Експериментально підтверджено також (у дослідженні Є.А. Євтушенко, 2016) позитивну кореляцію життєстійкості зі стратегіями опанувальної поведінки, спрямованими на активне і конструктивне вирішення проблем. Звідси життєстійкість має розглядатися як фахово важлива характеристика особистості, як визначальний внутрішній ресурс – у плані сприяння професійному самоздійсненню суб'єкта діяльності.

Тим часом становлення і розвиток *креативної особистості*, які відбуваються у творчій професійній діяльності та спілкуванні, так само потребують забезпечення відповідних умов. До таких умов можна віднести насамперед проблемні ситуації науково-педагогічної взаємодії. До того креативність виступає (за певних обставин) адаптаційним резервом організму, що забезпечує стабільне й ефективне виконання особистістю фахової діяльності в екстремальних умовах. У зв'язку з цим головним завданням – приміром, комунікативного тренінгу – має стати розвиток у суб'єкта конструктивних стратегій саме професійного спілкування: передусім це якісне виконання професійно-комунікативних обов'язків, повноцінне вирішення – через креативну діяльність – виниклих проблем, постійне професійно-комунікативне зростання, фахова самоосвіта тощо.

Наразі, зважаючи на важливість проведення *комунікативного тренінгу* для вдосконалення чи психокорекції комунікативних чинників професійного самоздійснення викладача, окреслимо деякі особливості його застосування на різних етапах професійного становлення цього фахівця.

Теоретико-емпіричне вивчення проблеми показало, що на етапах вибору професії, навчально-професійної підготовки та адаптації провідним є *особистісний розвиток* (Е.Ф. Зеєр, Є.О. Клімов, В.В. Рижов, Г.М. Дубчак й ін.) – відбувається становлення соціально та професійно важливих особистісних якостей. На наступних етапах професіоналізації (первинна та вторинна професіоналізація,

період професійної майстерності) вже передусь *професійний розвиток*, коли відбувається активне поповнення системи професійно важливих якостей, збагачення професійних знань, вмінь та навичок фахівця. Тому тренінг з розвитку професійно-комунікативного самоздійснення особистості цього фахівця може бути більш ефективним у періоди професійної підготовки, адаптації і навіть первинної професіоналізації, коли саме особистість виступає особливо дієвим «інструментом» професійного розвитку і є достатньо сприйнятливою до зовнішніх впливів, активно соціалізуючись і професіоналізуючись, збагачуючись новими професійними вміннями та навичками, поповнюючи в діяльності арсенал комунікативних стратегій і тактик. У ці періоди фахове навчання виступатиме як навчання особистості професійним вмінням та навичкам з метою забезпечення ефективності професійної діяльності та спілкування. А корекційно-розвивальна робота матиме найвищий ефект внаслідок гнучкості, сприйнятливості та активності особистості фахівця.

Разом з тим такий тренінг буде корисним й у періоди вторинної професіоналізації та професійної майстерності. Адже він здійснює функцію психологічної підтримки і супроводу процесу адаптації фахівця до нових змін у просторі професії, зумовлених інноваційними процесами у сфері професій, трансформацією технологій та швидкоплинністю суспільно-економічної ситуації. Маємо тут на увазі передусім вчасне набуття особистістю нових стратегій і тактик «опанувальної поведінки» (Корнієнко, 2017), що є запорукою професійного самозбереження, запобігає фаховому та емоційному вигоранню.

В результаті тренінгу його учасник має змогу навчитися краще послуговуватися своїми професійними ресурсами – постійно розвивати професійно важливі якості та вміння, збагачувати досвід роботи; істотно поповнити комунікативні стратегії та техніки міжособистісної взаємодії, підтримувати вербальну та невербальну активність; підвищувати самоконтроль і психологічний вплив на партнера зі спілкування; посилювати особистісну мотивацію, спрямовану на досягнення мети діяльності; активніше використовувати свій інтелектуальний потенціал, креативний і творчий підхід у професійній діяльності тощо.

У процесі організації і реалізації психологічного забезпечення професійного самоздійснення викладача вищої школи можна виокремити такі основні *етапи*:

- встановлення довіри до психолога – консультанта, фасилітатора, лідера, тренера; ознайомлення з методами аутогенного тренування, методиками м'язової й психоемоційної релаксації тощо;

- діагностування рівня розвитку внутрішньо- і зовнішньо-професійного самоздійснення; психодіагностика індивідуально-професійних особливостей з метою усвідомлення внутрішніх ресурсів для адекватного розвитку фахівця у просторі професії;

- гармонізація мотиваційної сфери: активізація професійних прагнень, уточнення смислових настановлень щодо професії та ціннісної орієнтації, вивільнення внутрішніх резервів і спонукання до особистісно-професійного «саморуку» суб'єкта діяльності;

- активізація особистісної й емоційної саморегуляції у професійній діяльності з урахуванням отриманого індивідуально-професійного досвіду;
- збагачення знань, вмінь та навичок педагогічного спілкування; тренінг міжособистісної взаємодії для вдосконалення процесів вербальної комунікації, соціальної перцепції та міжособистісної інтеракції (Adler, 1983; Gamble N., Gamble M., 1990);
- психокорекція несприятливих станів; тренування асертивної (впевненої) поведінки, засвоєння прийомів та методів конструктивного вирішення професійно зумовлених проблем;
- перевірка ефективності тренінгових технік розвитку професійного самоздійснення викладача шляхом діагностики і самодіагностики;
- забезпечення можливості для постійного психологічного консультування та надання індивідуальних рекомендацій.
- невинна реалізація можливостей неперервної (інформальної) освіти, яка покликана моделювати процес професійного розвитку особистості, створюючи умови – через підвищення рівня усвідомлення людиною особливостей своєї життєдіяльності, життєвих пріоритетів і потреб – для підготовки конкурентоспроможного фахівця.

Підсумовуючи, наголосимо: розвиток креативності у сфері ділового спілкування і постійний творчий підхід у діяльності можуть не тільки сприяти професійному самоздійсненню цього фахівця, а й виступати профілактичним засобом запобігання професійним деформаціям та забезпечення професійного самозбереження. А пошук нових варіантів виконання зумовлених фахом функцій, урізноманітнення сфер спілкування та виконання наближених до реальності завдань дадуть змогу успішно розв'язувати проблемні ситуації педагогічного процесу. Набуваючи під впливом зовнішніх та внутрішніх чинників додаткових спонук до креативно-комунікативної діяльності, викладач дістає вагомі можливості для реалізації свого творчого потенціалу, підвищення довіри до себе як фахівця.

Висновки. У результаті психологічного дослідження ми дійшли таких основних висновків:

- Розвиток як постійне особистісно-професійне зростання та самоосвіта – головний спосіб самоздійснення викладача вищої школи у просторі професії. Усвідомлення ціннісних складових своєї особистості, постійний «саморух» і повноцінний прояв себе як унікального суб'єкта професійної діяльності, комунікативно-креативної за своїм характером, ведуть до успішного досягнення викладачем самоздійснення у професії.
- Свідченням професійного самоздійснення виступає широке використання професійним співтовариством набутого суб'єктом освіти і науки у процесі діалогічного, „інтелектуального” за своїм характером, спілкування спеціального досвіду і творчих здобутків. У фахівця науково-педагогічного профілю ці надбання пов'язані з обов'язковою педагогічною, когнітивною, науковою, соціально-комунікативною і методичною *ефективністю, компетентністю та креативністю* в діяльності.

- Особистісній реалізації й самоздійсненню викладача в обраній професії сприяє психологічне забезпечення у таких формах: психологічне консультування, тематичні бесіди, комунікативний тренінг, соціально-психологічне тренування, ділові ігри, раціоналізація професійних завдань через відповідне інформування, психорегуляційні засоби, а також заходи, спрямовані на підтримку доброго стану здоров'я і профілактику виникнення негативних особистісно-професійних явищ. Для фасилітації розвитку особистості цього фахівця і створення можливостей для прояву його комунікативно-креативної діяльності і творчого самовираження у просторі професії надзвичайно важливий індивідуальний підхід.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у вдосконаленні технології сприяння креативно-творчому самовираженню цього фахівця у просторі професії.

Список використаних джерел

1. Гриффин Ем. Коммуникация: теории и практики : пер. с англ. / Эм. Гриффин. – Харьков: Изд-во «Гуманитарный центр», 2015. – 668 с.
2. Дубчак Г.М. Психологічні основи професійної стресостійкості майбутніх фахівців: монографія / Г.М. Дубчак. – Київ: Талком, 2017. – 321 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учебн. пособие. Изд. 3-е, перераб. и доп. / Э.Ф. Зеер. Москва: Академический Проект; Фонд «Мир», 2005. 336 с.
4. Клигберг Т. Перегруженный мозг. Информационный поток и пределы рабочей памяти / Т. Клигберг. – Москва: Ломоносовъ, 2010. – 208 с.
5. Кокун О.М. Теоретичні та практичні засади психологічного забезпечення професійного становлення особистості // Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка (19-21 квітня 2010 р.). – Т. III. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. – С. 167-171.
6. Корнієнко І.О. Психологія опанувальної поведінки особистості: монографія / І.О. Корнієнко. – Мукачево: РВУ МДУ, 2017. – 465 с.
7. Корніяка О.М. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення викладачів вищої школи // [Електронний ресурс]. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості: монографія / О.М. Кокун, В.В. Клименко, О.М. Корніяка, О.Р. Малхазов [та ін.]; за ред. О.М. Кокуна. – Київ: Педагогічна думка, 2015. – С.157 – 170. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>.
8. Корніяка О.М. Комунікативні чинники професійного самоздійснення викладача вищої школи / О.М. Корніяка // Psycholinguistics. Психолінгвістика. Психолінгвістика: зб. наук. праць. Серія: Психологія. – Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М. 2018. – Вип. 23 (1). – С. 139-159.
9. Корніяка О.М. Обґрунтування концептуальних підходів щодо психологічного забезпечення професійного самоздійснення викладачів вищої школи // Психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення фахівця в умовах соціально-економічних перетворень: монографія / О.М. Кокун,

- В.В. Клименко, О.М. Корніяка [та ін.]; за ред. О.М. Кокуна. – Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. – 298 с. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/712848>.
10. Корніяка О.М. Життєстійкість у професії викладача / О.М. Корніяка // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Т.У: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. – Київ: ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2019. – Вип.19. – С. 93-110.
 11. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии / М.В. Логинова. – Москва, 2010. – 24 с.
 12. Митина Л.М. Психология личностного и профессионального развития человека в современном социокультурном пространстве / Л.М. Митина // Гуманитарные ведомости ТГПУ им. Л.Н. Толстого. – 2015. – №3. – Москва: Психологический институт Российской академии образования. – С.79 – 86 с.
 13. Павлова О.В. Включение информального образования в жизненные стратегии взрослых / О.В. Павлова // Человек и образование. – 2011. – № 4 (29). – С. 64–67.
 14. Рыжов В.В. Психологические основы коммуникативной подготовки педагога / В.В. Рыжов. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 1994. – 164 с.
 15. Самойленко О.А. Інформальна освіта у системі особистісного та професійного розвитку дорослого / О.А. Самойленко // Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. – 2019. – Вип. 1. – С. 188 – 194. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn_2019_1_38.
 16. Adler K.B. Interplay: The progress of Interpersonal Communication. – N.Y., 1983.
 17. Gamble N., Gamble M. Communication works. – N.Y., 1990.

Spisok vikoristanikh dzherel

1. Gry`ffy`n Эм. Kommuny`kacy`ya: teory`y` y` prakty`ky` : per. s angl. / Эм. Gry`ffy`n. – Хар`ков: Y`zd-vo «Gumany`tarnyj centr», 2015. – 668 s.
2. Dubchak G.M. Psy`xologichni osnovy` profesijnoyi stresostijkosti majbutnix faxivciv: monografiya / G.M. Dubchak. – Ky`yiv: Talkom, 2017. – 321 s.
3. Zeer Э.Ф. Psy`xology`ya professy`j: uchebn. posoby`e. Y`zd. 3-e, pererab. y` dop. / Э.Ф. Zeer. Moskva: Akademy`chesky`j Proekt; Fond «My`r», 2005. 336 s.
4. Kly`ngberg T. Peregruzhennyj mozg. Y`nformacy`onnyj potok y` predely rabochej pamjaty` / T. Kly`ngberg. – Moskva: Lomonosovъ, 2010. – 208 s.
5. Kokun O.M. Teoretychni ta praktychni zasady psykholohichnoho zabezpechennya profesiynoho stanovlennya osobystosti // Materialy II Vseukrayins`koho psykholohichnoho konhresu, prysvyachenoho 110 richnytsi

vid dnya narodzhennya H.S. Kostyuka (19-21 kvitnya 2010 r.). – T. III. – K.: DP «Informatsiyno-analitychne ahent·stvo», 2010. – S. 167 - 171.

6. Korniyenko I.O. Psy`xologiya opanoval`noyi povedinky` osoby`stosti: monografiya / I.O. Korniyenko. – Mukachevo: RVU MDU, 2017. – 465 s.
7. Korniyaka O.M. Psy`xofiziologichni zakonomirnosti profesijnogo samozdijsnennya vy`kladachiv vy`shhoi shkoly` // [Elektronny`j resurs]. Psy`xofiziologichni zakonomirnosti profesijnogo samozdijsnennya osoby`stosti: monografiya/ O.M. Kokun, V.V. Kly`menko, O.M. Korniyaka, O.R. Malxazov [ta in.]; za red. O.M. Kokuna. Ky`yiv: Pedagogichna dumka, 2015. S.157 – 170. Rezhy`m dostupu: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>.
8. Korniyaka O.M. Komunikaty`vni chy`nny`ky` profesijnogo samozdijsnennya vy`kladacha vy`shhoi shkoly` / O.M. Korniyaka // Psycholinguistics. Psy`xolingvisty`ka. Psy`xoly`ngvy`sty`ka: zb. nauk. pracz`. Seriya: Psy`xologiya. – Pereyaslav-Xmel`ny`cz`ky`j: FOP Dombrovs`ka Ya.M. 2018. Vy`p. 23 (1). S. 139 – 159.
9. Korniyaka O.M. Obg`runtuvannya konceptual`ny`x pidxodiv shhodo psy`xologichnogo zabezpechennya profesijnogo samozdijsnennya vy`kladachiv vy`shhoi shkoly` // Psy`xofiziologichne zabezpechennya profesijnogo samozdijsnennya faxivcya v umovax social`no-ekonomichny`x peretvoren`: monografiya / O.M. Kokun, V.V. Kly`menko, O.M. Korniyaka [ta in.]; za red. O.M. Kokuna. Ky`yiv: Insty`tut psy`xologiyi imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny`, 2018. 298 s. Rezhy`m dostupu: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/712848>.
10. Korniyaka O.M. Zhy`ttyestijkist` u profesiyi vy`kladacha / O.M. Korniyaka // Aktual`ni problemy` psy`xologiyi : zb. nauk. pracz` Insty`tutu psy`xologiyi imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny`. T.U: Psy`xofiziologiya. Psy`xologiya praci. Ekspery`mental`na psy`xologiya. Ky`yiv: DP «Inform.-analit. agentstvo», 2019. Vy`p.19. S. 93-110.
11. Logy`nova M.V. Psy`xology`cheskoe sodержany`e zhy`znestojkosty` ly`chnosty` studentov: avtoref. dy`ss. na soy`skany`e nauch. stepeny` kand. psy`xol. nauk: specz. 19.00.01 – Obshhaya psy`xology`ya, psy`xology`ya ly`chnosty`, y`story`ya psy`xology`y` / M.V. Logy`nova. Moskva, 2010. 24 s.
12. My`ty`na L.M. Psy`xology`ya ly`chnostnogo y` professy`onal`nogo razvy`ty`ya cheloveka v sovremennom socy`okul`turnom prostranstve / L.M. My`ty`na // Gumany`tarnye vedomosty` TGPU y`m. L.N. Tolstogo. – 2015. – #3. – Moskva: Psy`xology`chesky`j y`nsty`tut Rossy`jskoj akademiy`y` obrazovany`ya. S.79-86.
13. Pavlova O.V. Vkluyuchy`e y`nformal`nogo obrazovany`ya v zhy`znenne strategiy`y` vzroslyx / O.V. Pavlova // Chelovek y` obrazovany`e. 2011. # 4 (29). S. 64-67.
14. Рыжов V.V. Psy`xology`chesky`e osnovy kommuny`katy`vnoj podgotovky` pedagoga / V.V. Рыжов. Ny`zhny`j Novgorod: Y`zd-vo NNGU, 1994. 164 s.
15. Samoilenko O.A. Informal`na osvita u sy`stemi osoby`stisnogo ta profesijnogo rozvy`tku doroslogo / O.A. Samoilenko // Visny`k Nacional`nogo universy`tetu «Chernigivs`ky`j kolegium» imeni T.G. Shevchenka. Seriya : Pedagogichni

nauky`. – 2019. – Vy`p. 1. – S. 188 – 194. – Rezhym`m dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn_2019_1_38.

16. Adler K.B. *Interplay: The progress of Interpersonal Communication*. – N.Y., 1983.
17. Gamble N., Gamble M. *Communication works*. – N.Y., 1990.

Korniyaka O.M. The main directions of psychological support for university lecturers' professional self-fulfilment. The article presents the results revealing with performed regression analysis of the determinants of university lecturers' professional self-fulfilment; the main directions, measures, means, forms and stages of self-fulfilment psychological support are outlined on the result basis.

The research has shown that communicative factors are placed among the clearest predictors of achievement by university lecturers of high self-fulfilment in their profession. This is due to the specifics of lecturers' professional work implemented in the form of scientific and pedagogical communications.

In addition, the performed statistical analysis of experimental data and a qualitative interpretation of the regression analysis have shown that the most significant factor in achieving of high professional self-fulfilment (general, internal and external) is the "creativity in professional communications" indicator. The research has also determined the leading factors of internal and external professional self-fulfilment of such specialists. The following factors are sufficiently expressed: internal professional motivation and external positive motivation; key criteria (motivational, cognitive and instrumental) of communicative competence in the field of professional communication; professional competence, including creative, informational, self-educational and pedagogical ones; indicators of nonverbal expressiveness; value orientations; creativity; sociability and, finally, the ability to express own thoughts.

Based on the performed regression analysis, we have identified the *main directions* and related problems of psychological support for university lecturers' professional self-fulfilment. Lecturers' professional self-fulfilment can be ensured by: 1) deepening the content of their own professional work and achieving satisfaction with their work; 2) constant development of internal and external professional motivation; 3) development of value orientations inherent to a self-actualizing person; strengthening of the value attitude to the chosen specialty; 4) creative and creative-communicative focusing of a person, ensuring constant manifestations of creativity in the field of professional communication and life in general; 5) use of personal and psychological resources of hardiness, deepening of its connection with personality traits; 6) intensive development of professional competence and its structural components, such as informational, creative, pedagogical and self-educational competence; 7) improvement of communicative competence as a key component of professional competence and a lecturer's integral ability to communicate with an emphasis on communicative components: a) the motivational, cognitive, instrumental criteria; b) speech competence; c) non-verbal (pedagogical) expressiveness of lecturers' communications; 8) development of sociability as the ability to quickly establish deep and emotionally rich contacts with other people.

Psychological support for professional self-fulfilment should be ensured at all stages of a person's professional formation and have a permanent character.

The psychological counselling, thematic conversations, communicative and social psychological trainings, business games, rationalization of professional tasks through appropriate information, psychological regulatory tools, as well as measures supporting a good health and preventing negative personal and professional phenomena can facilitate university lecturers' self-realization and self-fulfilment in the chosen profession. In order to facilitate development of a personality of such specialists and create opportunities for their creative communicative activity and creative self-expression in the profession, an individual approach is extremely important.

Key words: psychological support, regression analysis, communicative factors of professional self-fulfilment, professional and communicative competence, professional hardiness, communicative training, specialists of scientific and pedagogical profile.

УДК 159.92/94.072

Могіляста С.М.

УРОК АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТАРШОКЛАСНИКА: З ДОСВІДУ РОБОТИ

Могіляста С.М. Урок англійської мови як психолого-педагогічний засіб розвитку емоційного інтелекту старшокласника: з досвіду роботи. У статті теоретично обґрунтовуються можливості розвитку емоційного інтелекту старшокласника на уроках англійської мови. Викладено зміст і структуру апробованого інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласника в контексті Державної Програми з вивчення іноземних мов. У статті також розглядаються можливості впровадження інтегрованого курсу з розвитку емоційного інтелекту старшокласника в навчально-виховний процес загальноосвітнього навчального закладу.

Ключові слова: старшокласник, емоційний інтелект, розвиток емоційного інтелекту, урок англійської мови, психолого-педагогічні засоби.

Могілястая С.Н. Урок английского языка как психолого-педагогическое средство развития эмоционального интеллекта старшеклассника: из опыта работы. В статье теоретически обосновываются возможности развития эмоционального интеллекта старшеклассника на уроках английского языка. Изложено содержание и структура апробированного интегрированного курса по развитию эмоционального интеллекта старшеклассника в контексте Государственной Программы по изучению иностранных языков. В статье также поднимаются вопросы о внедрении интегрированного курса по развитию эмоционального интеллекта старшеклассника в учебно-воспитательный процесс общеобразовательного учебного заведения.

Ключевые слова: старшеклассник, эмоциональный интеллект, развитие эмоционального интеллекта, урок английского языка, психолого-педагогические средства.

Постановка проблеми. Головне завдання освіти – розвиток гармонійної особистості. Тому пошук шляхів та засобів реалізації цього завдання є актуальною проблемою сучасної психолого-педагогічної науки [3]. Це чітко відповідає парадигмі гуманізації освіти та актуалізує необхідність пошуку психологами та педагогами шляхів руху в напрямку емоційно-ціннісної її складової: формування в учнів механізмів самореалізації, саморозвитку, адаптації, самомотивації, всього того, що є необхідним для становлення емоційного та соціального інтелекту учня. Привернення уваги науковців і практиків системи середньої освіти до проблеми розвитку емоційного інтелекту старшокласників відображається у статтях та дисертаційних дослідженнях, а також у практичних заняттях. Проте відсутність валідних, апробованих програм розвитку емоційного інтелекту старшокласника створює проблему реалізації завдань щодо його розвитку.