

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет міського господарства
імені О. М. Бекетова
Кафедра психології, педагогіки та професійної комунікації

Допускається до захисту
Завідувач кафедри



О. О. Резван

«10» червня 2026 року

Кваліфікаційна робота
на тему:
«ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ
ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ
ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ»

Спеціальність: 053 Психологія
Освітня програма
«Психологія. Соціально-психологічний супровід у мегаполісі»

Виконала:

студентка 4 курсу,
групи Псих 2022-1
Рева Дар'я Євгенівна



Керівник:

професор кафедри психології, педагогіки
та професійної комунікації, доктор
філологічних наук
Тележкіна О. О.



Харків 2026

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи:

«Психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки»

Автор: Рева Дар'я Євгенівна

У роботі досліджено психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Актуальність теми зумовлена необхідністю розвитку професійно-етичних комунікативних компетентностей майбутніх психологів в умовах сучасних соціальних викликів та воєнного стану.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів.

Об'єкт дослідження – комунікативна етика майбутніх психологів.

Предмет дослідження – психологічні детермінанти її формування у процесі професійної підготовки.

У роботі використано теоретичні, психодіагностичні і статистичні методи дослідження. Встановлено, що основними психологічними детермінантами формування комунікативної етики є емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність.

Практичне значення роботи полягає в розробленні психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів.

Ключові слова: комунікативна етика, емпатія, емоційний інтелект, толерантність, рефлексивність, майбутні психологи.

ABSTRACT

Qualification paper topic:

“Psychological Determinants of the Formation of Communicative Ethics of Future Psychologists in the Process of Professional Training”

Author: Reva Daria Evgenivna

The paper investigates the psychological determinants of the formation of communicative ethics of future psychologists in the process of professional training. The relevance of the topic is determined by the need to develop professional and ethical communicative competencies of future psychologists under modern social challenges and martial law conditions.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological determinants of the formation of communicative ethics of future psychologists.

The object of the study is communicative ethics of future psychologists. The subject of the study is psychological determinants of its formation during professional training.

The study used theoretical, psychodiagnostic, and statistical research methods. It was found that empathy, emotional intelligence, communicative tolerance, and reflexivity are the main psychological determinants of communicative ethics formation.

The practical significance of the research lies in the development of a psychoeducational program for communicative ethics development.

Keywords: communicative ethics, empathy, emotional intelligence, tolerance, reflexivity, future psychologists.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	9
1.1. Поняття комунікативної етики у психологічній науці.....	9
1.2. Психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів	14
1.3. Методологічні підходи та методи дослідження комунікативної етики.....	20
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	26
2.1. Організація та методика емпіричного дослідження.....	26
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	33
2.3. Інтерпретація результатів дослідження	42
Висновки до розділу 2.....	46
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЕДУКАЦІЙНА ПРОГРАМА РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	47
3.1. Обґрунтування психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психолог.....	47
3.2. Зміст психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики.....	50
3.3. Практичні рекомендації щодо формування комунікативної етики майбутніх психологів	55
Висновки до розділу 3.....	61
ВИСНОВКИ.....	62
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	64
ДОДАТКИ.....	68

ВСТУП

Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується значними соціальними, економічними та психологічними трансформаціями, що особливо загострилися в умовах воєнного стану. Життя у великому місті супроводжується високою інтенсивністю міжособистісної взаємодії, інформаційним перевантаженням, підвищеним рівнем стресу, емоційним виснаженням і необхідністю швидкої адаптації до кризових обставин. У таких умовах особливої актуальності набуває проблема професійної підготовки майбутніх психологів, здатних здійснювати ефективну, етичну та психологічно безпечну комунікацію.

Професійна діяльність психолога безпосередньо пов'язана зі спілкуванням, наданням психологічної допомоги, підтримкою осіб, які переживають стрес, втрату, травматичний досвід або кризові ситуації. Саме тому комунікативна етика є одним із базових складників професійної компетентності майбутнього фахівця. Вона визначає здатність психолога будувати довірливі взаємини, дотримуватися професійних і моральних норм, виявляти емпатію, толерантність, емоційну стриманість і повагу до особистості клієнта.

Особливого значення проблема формування комунікативної етики набуває в умовах воєнного стану, коли майбутні психологи працюватимуть із людьми, які мають досвід психологічної травматизації, втрати безпеки, емоційного напруження та хронічного стресу. У таких обставинах недостатній рівень розвитку професійної етики та комунікативної культури може негативно впливати на ефективність психологічної допомоги та професійну взаємодію загалом. Це зумовлює необхідність дослідження психологічних чинників, що впливають на формування комунікативної етики майбутніх психологів саме в процесі професійної підготовки, оскільки саме в період навчання закладаються основи професійної ідентичності, моральної відповідальності та культури професійного спілкування.

Проблема професійної етики та психологічних особливостей фахового

спілкування знайшла відображення у працях вітчизняних і зарубіжних науковців. Теоретичні аспекти професійної підготовки психологів досліджували С. Максименко, Л. Орбан-Лембрик, Л. Карамушка, В. Панок, Т. Титаренко та інші. Значний внесок у вивчення емпатії, емоційного інтелекту, рефлексивності та міжособистісної взаємодії зробили К. Роджерс, Д. Гоулман, Дж. Меєр, П. Саловей та інші дослідники. Однак проблема психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів в умовах сучасних соціальних викликів і воєнного стану потребує подальшого комплексного вивчення.

Об’єкт дослідження – комунікативна етика майбутніх психологів як психологічне явище професійної взаємодії.

Предмет дослідження – психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й емпірично досліджити психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки.

Для досягнення поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

- проаналізувати теоретичні підходи до вивчення комунікативної етики у психологічній науці;
- визначити психологічні чинники формування комунікативної етики майбутніх психологів;
- провести емпіричне дослідження взаємозв’язку між психологічними детермінантами та рівнем сформованості комунікативної етики;
- розробити психоедукаційну програму, спрямовану на розвиток комунікативної етики майбутніх психологів.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що рівень сформованості комунікативної етики майбутніх психологів залежить від розвитку емпатії, емоційного інтелекту, рефлексивності та комунікативної толерантності.

Методологічну основу дослідження становлять загальнонаукові принципи системності, наукової об'єктивності, гуманістичного та особистісно орієнтованого підходів до вивчення професійного становлення особистості майбутнього психолога. Дослідження ґрунтується на положеннях психології професійного розвитку, етики професійного спілкування, теорії міжособистісної взаємодії та концепціях емоційного інтелекту й емпатії.

Теоретико-методологічними засадами роботи стали:

- гуманістичний підхід до професійної взаємодії, представлений у працях К. Роджерса;
- положення про розвиток особистості та професійне становлення фахівця, розроблені такими вченими, як С. Максименко, Л. Орбан-Лембрик, Л. Карамушка;
- концепції емоційного інтелекту, представлені у працях Д. Гоулмана, Дж. Меєра та П. Саловея;
- психологічні підходи до вивчення рефлексивності, комунікативної культури та професійної етики психолога.

Для реалізації поставлених завдань було використано комплекс взаємодоповнювальних **методів дослідження**:

- теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукової літератури;
- емпіричні: психодіагностичні методики, анкетування, тестування;
- методи математичної статистики: описова статистика, кореляційний аналіз Спірмена, t-критерій Стьюдента.

У дослідженні були використані такі психодіагностичні методики: методика діагностики рівня емпатії (адаптація Л. Журавльової); тест емоційного інтелекту Н. Холла; методика визначення рівня рефлексивності (адаптація І. Галяна); методика діагностики комунікативної толерантності (адаптація Л. Орбан-Лембрик); авторська анкета щодо особливостей професійної комунікації.

Наукова новизна дослідження полягає у визначенні та емпіричному

обґрунтуванні психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів (емпатії, емоційного інтелекту, рефлексивності та комунікативної толерантності); встановлено взаємозв'язок між зазначеними характеристиками та рівнем сформованості комунікативної етики майбутніх психологів, а також розроблено авторську психоедукаційну програму її розвитку в умовах професійної підготовки та сучасних соціально-психологічних викликів.

Теоретичне значення дослідження полягає в поглибленні наукових уявлень про психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання отриманих результатів у процесі професійної підготовки здобувачів освіти спеціальності «Психологія», а також у розробленні психоедукаційних програм, тренінгів і практичних рекомендацій щодо розвитку професійної етики та комунікативної компетентності майбутніх психологів.

База дослідження. Дослідження проводилося на базі: Німеччина, Мюльхаузен Ukrainische Deutsche Vereine Mühlhausen e.v (та її партнерів). У дослідженні взяли участь здобувачі освіти спеціальності «Психологія» віком від 18 до 23 років у кількості 50 осіб.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг роботи – 91 сторінка.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

1.1. Поняття комунікативної етики у психологічній науці

У сучасній психологічній науці проблема комунікативної етики є однією з найбільш актуальних, оскільки професійна діяльність психолога безпосередньо пов'язана з міжособистісною взаємодією, психологічним консультуванням і наданням психологічної допомоги. Ефективність професійної діяльності психолога значною мірою залежить від рівня сформованості його етичної культури, уміння будувати професійну комунікацію на засадах гуманізму, толерантності, відповідальності та поваги до особистості клієнта [15; 17; 18].

Етику в загальнонауковому розумінні визначають як систему моральних норм, принципів і правил поведінки, що регулюють взаємини між людьми в суспільстві [32]. У психологічній науці етика набуває професійного характеру та виступає основою регуляції взаємодії між психологом і клієнтом. За твердженням С. Д. Максименка, професійна діяльність психолога повинна базуватись на принципах гуманізму, психологічної безпеки та поваги до гідності особистості [19].

Професійна етика психолога являє собою систему морально-професійних вимог, що визначають стандарти поведінки фахівця у процесі професійної діяльності. Вона включає дотримання конфіденційності, відповідальності, професійної компетентності, безоцінного ставлення до клієнта і толерантності [15]. У міжнародній психологічній практиці основні етичні принципи професії визначені в Етичному кодексі Американської психологічної асоціації, де наголошується на необхідності захисту прав людини, відповідальності психолога за результати професійної діяльності та

забезпеченні доброчинності психологічної допомоги [34].

Комунікативна етика є складником професійної етики психолога й регулює особливості професійного спілкування між психологом і клієнтом. Вона охоплює систему моральних принципів, норм і психологічних механізмів, що забезпечують ефективність та безпечність психологічної взаємодії. У структурі комунікативної етики важливе місце посідають емпатія, рефлексивність, конфіденційність, безоцінне ставлення, професійна відповідальність і толерантність [15; 17; 18].

Важливе значення для розвитку уявлень про комунікативну етику має гуманістичний підхід у психології. Представник гуманістичної психології Карл Роджерс уважав, що ефективна психологічна допомога можлива лише за умови створення атмосфери довіри, прийняття та психологічної безпеки. Основними умовами терапевтичної взаємодії вчений визначав емпатію, конгруентність і безумовне позитивне ставлення до клієнта [40, с. 33].

Емпатія розглядають як здатність психолога розуміти внутрішній емоційний стан іншої людини, співпереживати їй та підтримувати емоційний контакт без втрати професійної дистанції. Безумовне позитивне ставлення передбачає прийняття особистості клієнта незалежно від його поведінки, поглядів чи життєвого досвіду [9; 18]. Саме емпатійне та безоцінне спілкування створює умови для формування довіри між психологом і клієнтом.

У сучасних умовах воєнного стану проблема комунікативної етики набуває особливої актуальності. Як зазначає Т. М. Титаренко, психологічна допомога в умовах тривалої травматизації населення повинна базуватися на принципах емоційної підтримки, психологічної безпеки та поваги до індивідуального досвіду людини [30, с. 14]. Це вимагає від психолога високого рівня професійної відповідальності, емоційної стійкості та толерантності.

Подані в таблиці 1.1 підходи відображають різні теоретико-методологічні засади розуміння комунікативної етики у психології. Кожен підхід акцентує увагу на окремих аспектах професійної взаємодії психолога з

клієнтом.

Гуманістичний підхід (К. Роджерс, А. Маслоу) зосереджується на створенні умов психологічної безпеки, емпатійного ставлення та безумовного прийняття особистості клієнта, що є основою ефективної терапевтичної взаємодії [41; 42].

Таблиця 1.1

Основні підходи до розуміння комунікативної етики у психології

Підхід	Представники	Сутність підходу
Гуманістичний	К. Роджерс, А. Маслоу	Орієнтація на особистість клієнта, емпатію, прийняття, безоцінне та безпечне спілкування
Когнітивно-поведінковий	А. Бек, А. Елліс	Рациональність, чіткість комунікації, фокус на зміні мислення та поведінкових патернів
Соціально-психологічний	Л. Орбан-Лембрик, В. Панок	Комунікація як соціальна взаємодія, що регулюється нормами суспільства та груповими процесами
Професійно-етичний	АРА, ВРР, НАПН України	Дотримання етичних кодексів, стандартів професійної діяльності та відповідальності психолога

Прихильники когнітивно-поведінкового підходу (А. Бек, А. Елліс) підкреслюють важливість раціональності та структурованості комунікації, орієнтуючи психолога на роботу зі змінами мислення та поведінки клієнта [30].

Представники соціально-психологічного підходу (Л. Орбан-Лембрик, В. Панок) розглядають комунікативну етику як систему соціально зумовлених норм і правил, що регулюють взаємодію у професійному та суспільному середовищі [23].

Професійно-етичний підхід базується на міжнародних і національних

етичних кодексах, зокрема кодексах American Psychological Association (APA – Американська психологічна асоціація), British Psychological Society (BPS – Британське психологічне товариство) та Національна академія педагогічних наук України (НАПН України) [15–18; 33]. Вони визначають нормативні стандарти професійної поведінки психолога, забезпечують дотримання принципів відповідальності, конфіденційності, професійної компетентності та етичної взаємодії з клієнтом.

Отже, комунікативна етика у психології має багатовимірний характер і формується на перетині різних теоретичних підходів, що забезпечує її цілісність і практичну значущість.

Складники комунікативної етики психолога [15; 17–19; 32] та їх характеристики наведені в таблиці 1.2.

Таблиця 1.2

Основні складники комунікативної етики психолога

Складники комунікативної етики	Характеристика	Значення для професійної діяльності
Емпатія	Розуміння емоційного стану клієнта	Формування довіри та психологічного контакту
Безоцінне ставлення	Відсутність осуду та критики	Забезпечення відкритості клієнта
Конфіденційність	Захист особистої інформації	Психологічна безпека взаємодії
Толерантність	Прийняття індивідуальних відмінностей	Запобігання дискримінації
Рефлексивність	Самоаналіз професійної поведінки	Контроль етичності взаємодії
Професійна відповідальність	Усвідомлення наслідків професійних дій	Дотримання етичних стандартів

Як видно з таблиці 1.2, основні компоненти комунікативної етики психолога, серед яких провідними є мають емпатія, безоцінне ставлення,

конфіденційність, толерантність, професійна відповідальність і рефлексивність, утворюють систему особистісних характеристик психолога, які забезпечують ефективність міжособистісної взаємодії. Особливо важливими за сучасних умов є толерантність та емоційна стійкість, оскільки психолог часто працює з людьми, які переживають наслідки стресу, травматичних подій і воєнних дій. Взаємозв'язок між компонентами забезпечує ефективність професійної комунікації та психологічну безпеку клієнта.

Важливу роль у структурі комунікативної етики відіграє принцип конфіденційності. Психолог у процесі професійної діяльності отримує доступ до особистої та емоційно значущої інформації клієнта, тому зобов'язаний забезпечувати її нерозголошення. Відповідно до Етичного кодексу Американської психологічної асоціації психолог має чітко інформувати клієнта про межі конфіденційності та забезпечувати захист отриманих даних [15; 16]. Аналогічні положення наведені і в Кодексі етики Британського психологічного товариства [15; 16].

Не менш важливим принципом комунікативної етики є безоцінне ставлення. Воно передбачає відмову від осуду, критики чи нав'язування власних переконань клієнту. За твердженням Г. Ігана, безоцінне професійне спілкування створює умови для відкритого самовираження клієнта та сприяє ефективності консультативного процесу [37, с. 103].

У сучасних умовах особливого значення набуває професійна відповідальність психолога. Вона проявляється у здатності спеціаліста усвідомлювати наслідки власних професійних дій, дотримуватись професійних стандартів та забезпечувати психологічну безпеку клієнта. Л. М. Карамушка зазначає, що професійна відповідальність є показником професійної зрілості психолога та визначає рівень його готовності до практичної діяльності [16, с. 118].

Т. М. Титаренко підкреслює, що в умовах війни професійна комунікація психолога повинна базуватися на принципах психологічної підтримки,

емоційної безпеки та поваги до індивідуального досвіду людини [31, с. 91]. Це свідчить про те, що комунікативна етика сучасного психолога є не лише професійною вимогою, а й важливим чинником психологічної стабілізації особистості.

Таким чином, комунікативна етика у психологічній науці є складним багаторівневим утворенням, що поєднує моральні принципи, професійні стандарти та психологічні механізми міжособистісної взаємодії. Її формування в майбутніх психологів є необхідною умовою професійної підготовки, оскільки забезпечує ефективність психологічної допомоги, довіру клієнтів і психологічну безпеку професійної взаємодії.

1.2. Психологічні детермінанти формування комунікативної етики майбутніх психологів

Особливої актуальності проблема формування комунікативної етики набуває в умовах сучасних суспільних викликів, зокрема в ситуації воєнних дій, соціальної нестабільності та підвищеного психоемоційного навантаження. Майбутній психолог повинен не лише мати професійні знання, а й демонструвати високий рівень емоційної стійкості, здатність до емпатійної взаємодії та дотримання професійно-етичних норм навіть у кризових умовах [9–12; 15; 17–19]. У сучасних умовах професійна діяльність психолога потребує не лише високого рівня професійних знань, але й сформованості етичної культури, гуманістичної спрямованості, здатності до толерантної взаємодії та відповідального професійного спілкування [9–12; 15; 17–19].

У психологічній науці комунікативну етику розглядають як інтегративне особистісне утворення, що забезпечує дотримання моральних норм у процесі професійної комунікації та визначає характер взаємодії психолога з клієнтом, колегами і соціальним середовищем. Рівень її сформованості значною мірою залежить від розвитку певних психологічних характеристик особистості, які виступають внутрішніми регуляторами

професійної поведінки [9].

У межах нашого дослідження до ключових психологічних детермінант формування комунікативної етики зараховуємо емпатію, емоційний інтелект, рефлексивність і комунікативну толерантність. Саме ці характеристики, на нашу думку, забезпечують здатність майбутнього психолога до ефективної, етично виваженої та гуманістично орієнтованої професійної взаємодії.

Однією з провідних психологічних детермінант формування комунікативної етики є емпатія. У психологічній науці емпатію визначають як здатність особистості розуміти емоційний стан іншої людини, співпереживати їй та адекватно реагувати на її переживання [9]. Для професійної діяльності психолога емпатія має особливе значення, оскільки саме вона забезпечує встановлення довірливого контакту з клієнтом і створює атмосферу психологічної безпеки.

Засновник гуманістичної психології К. Роджерс наголошував, що емпатійне розуміння є однією з базових умов ефективної психотерапевтичної взаємодії. Науковець підкреслював, що здатність психолога розуміти внутрішній світ клієнта сприяє формуванню безоцінного ставлення до особистості та забезпечує гуманістичний характер професійної взаємодії [42].

Сучасні дослідження підтверджують тісний взаємозв'язок між рівнем розвитку емпатії та ефективністю професійної комунікації у допомагальних професіях. Зокрема, Ж. Десеті та П. Джексон зазначають, що емпатія є важливою умовою просоціальної поведінки та емоційного розуміння іншої людини [36].

Для майбутніх психологів емпатія виконує не лише емоційну, а й морально-регулятивну функцію, оскільки сприяє:

- формуванню безоцінного ставлення до клієнта;
- розвитку гуманістичної спрямованості;
- зниженню рівня міжособистісної конфліктності;
- підвищенню ефективності професійної комунікації;
- формуванню довірливих стосунків у процесі консультування.

Таким чином, емпатія виступає фундаментальною психологічною основою комунікативної етики майбутнього психолога. Вона забезпечує не лише емоційне розуміння іншої людини, але й створює умови для формування довірливих професійних відносин, без яких неможливе ефективне психологічне консультування. Разом із тим ефективність емпатійної взаємодії значною мірою залежить від здатності психолога усвідомлювати й регулювати власні емоційні стани, що зумовлює необхідність аналізу емоційного інтелекту як важливої психологічної детермінанти комунікативної етики.

Для більш наочного розуміння структури емпатії та її ролі у професійній діяльності психолога доцільно розглянути її основні компоненти та особливості прояву в професійній взаємодії, які систематизовано в таблиці 1.3 на основі узагальнення наукових джерел [9–12; 15; 17–19].

Таблиця 1.3

Основні прояви емпатії у професійній діяльності психолога

Компонент емпатії	Прояв у професійній діяльності
Емоційний	Співпереживання емоційному стану клієнта
Когнітивний	Розуміння переживань і мотивів поведінки
Поведінковий	Підтримка, уважне слухання, емоційна чутливість
Етичний	Безоцінне та гуманістичне ставлення до особистості

Як видно з таблиці 1.3, емпатія у професійній діяльності психолога є багатокомпонентним феноменом, що охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий та етичний аспекти. Їх узгоджена реалізація забезпечує ефективну професійну взаємодію з клієнтом, сприяє глибшому розумінню його переживань і формуванню довірливих відносин, що є ключовим у психологічному консультуванні.

Важливою детермінантою формування комунікативної етики є емоційний інтелект. У науковій літературі його трактують як здатність особистості усвідомлювати, розуміти і регулювати власні емоції, а також розпізнавати емоційні стани інших людей [9–12; 15; 17–19].

Поняття емоційного інтелекту запропонували П. Саловей та Дж. Маєр, які визначали його як сукупність здатностей до емоційного усвідомлення, емоційного мислення та управління емоціями [40]. Подальший розвиток концепції здійснив Д. Гоулман, який довів, що високий рівень емоційного інтелекту є важливим чинником професійної успішності й ефективної міжособистісної взаємодії [13; 38].

У професійній діяльності психолога емоційний інтелект забезпечує здатність контролювати власні емоційні реакції, підтримувати професійні межі та конструктивно реагувати на складні комунікативні ситуації. Високий рівень емоційного інтелекту дозволяє психологу уникати імпульсивної поведінки, зберігати емоційну стабільність і підтримувати ефективну взаємодію з клієнтом [11].

Особливого значення емоційний інтелект набуває в умовах підвищеного психологічного навантаження, соціальної нестабільності та воєнних подій. За даними Стівена Гобфолла та співавторів, тривале перебування у стресових умовах негативно впливає на емоційну сферу особистості і може ускладнювати професійну взаємодію [39]. У зв'язку з цим розвиток емоційного інтелекту є важливим складником професійної підготовки майбутніх психологів. Саме здатність до емоційної саморегуляції дозволяє психологу підтримувати професійну ефективність, дотримуватися етичних принципів взаємодії та уникати професійного вигорання. Однак для забезпечення етично виваженої поведінки недостатньо лише контролю емоційних реакцій. Важливим чинником професійного саморозвитку майбутнього психолога є здатність до рефлексії та критичного осмислення власної професійної діяльності.

Для систематизації основних складників емоційного інтелекту та їх значення у професійній діяльності психолога доцільно розглянути його ключові компоненти, що узагальнено в таблиці 1.4 на основі наукових джерел [10–13].

Таблиця 1.4

Компоненти емоційного інтелекту психолога

Компонент	Характеристика
Самоусвідомлення	Розуміння власних емоцій та переживань
Саморегуляція	Контроль емоційних реакцій
Соціальна чутливість	Розуміння емоцій інших людей
Управління взаємодією	Побудова конструктивної комунікації

Як видно з таблиці 1.4, емоційний інтелект психолога є структурованим утворенням, що охоплює самоусвідомлення, саморегуляцію, соціальну чутливість та управління взаємодією. Сукупність цих компонентів забезпечує здатність фахівця усвідомлювати та контролювати власні емоційні стани, розуміти емоції клієнта і будувати ефективну професійну комунікацію. Таким чином, високий рівень емоційного інтелекту виступає важливою умовою етичної, стабільної та результативної діяльності психолога, особливо в ситуаціях підвищеного емоційного навантаження.

Не менш важливою психологічною детермінантою формування комунікативної етики є рефлексивність. У психології рефлексію розглядають як здатність особистості усвідомлювати й аналізувати власні психічні стани, дії, мотиви та поведінкові стратегії [24–30].

Дональд Шон у концепції «рефлексивного практика» наголошував, що професіонал повинен постійно аналізувати власну діяльність, оцінювати її ефективність і коригувати поведінку відповідно до професійних та етичних вимог [43]. Для психолога рефлексивність є важливим механізмом професійного самоконтролю та саморозвитку.

Розвинена рефлексивність дозволяє майбутньому психологові:

- оцінювати відповідність власної поведінки етичним нормам;
- усвідомлювати власні професійні помилки;

- аналізувати особливості міжособистісної взаємодії;
- підвищувати рівень професійної компетентності.

Окрім того, рефлексивність сприяє розвитку професійної відповідальності й усвідомленню значущості етичних норм у психологічній практиці. Вона забезпечує здатність до критичного осмислення власної діяльності та формує основу професійної зрілості майбутнього психолога [5]. Водночас рефлексивність нерозривно пов'язана зі здатністю особистості приймати індивідуальні особливості інших людей, поважати їхню систему цінностей і вибудовувати професійну взаємодію на засадах гуманізму й толерантності. Саме тому ще однією важливою детермінантою формування комунікативної етики є комунікативна толерантність.

Комунікативну толерантність визначають як здатність особистості приймати індивідуальні особливості інших людей без агресії, осуду чи негативного оцінювання [1].

На думку Г. Балла, толерантність є важливою характеристикою гуманістично орієнтованої особистості й необхідною умовою ефективної міжособистісної взаємодії [3]. Для професійної діяльності психолога ця характеристика має особливе значення, оскільки фахівець працює з людьми різного віку, соціального статусу, світогляду та життєвого досвіду.

Комунікативна толерантність забезпечує:

- повагу до особистості клієнта;
- прийняття індивідуальних відмінностей;
- зниження рівня конфліктності у взаємодії;
- формування довірливих професійних відносин.

Узагальнюючи викладене, зауважимо, що формування комунікативної етики майбутніх психологів є багатокомпонентним і системним процесом, зумовленим комплексом взаємопов'язаних психологічних детермінант. Емпатія забезпечує емоційне розуміння та встановлення довірливого контакту з клієнтом, емоційний інтелект виступає механізмом емоційної саморегуляції та ефективної міжособистісної взаємодії, рефлексивність сприяє

усвідомленню та корекції власної професійної поведінки, а комунікативна толерантність забезпечує гуманістичний і безоцінний характер професійного спілкування.

У сукупності зазначені психологічні характеристики утворюють цілісну систему внутрішніх регуляторів професійної поведінки майбутнього психолога, що визначають рівень сформованості його комунікативної етики. Саме їх інтеграція забезпечує ефективну, етично виважену й гуманістично орієнтовану професійну взаємодію, яка є основою психологічної допомоги та консультування.

Таким чином, комунікативна етика постає як результат гармонійного розвитку особистісних і професійно значущих психологічних якостей, що формуються у процесі професійної підготовки майбутніх психологів.

1.3. Методологічні підходи та методи дослідження комунікативної етики

Дослідження комунікативної етики майбутніх психологів потребує ґрунтовного методологічного забезпечення, оскільки цей феномен має складну інтегративну структуру та поєднує емоційні, когнітивні, поведінкові й морально-ціннісні характеристики особистості. У психологічній науці комунікативну етику розглядають як систему внутрішніх регуляторів професійної поведінки, що забезпечують дотримання етичних норм у процесі професійної взаємодії психолога з клієнтом [6–8]. Саме тому її дослідження потребує використання комплексу психодіагностичних методик, здатних забезпечити всебічне вивчення основних психологічних детермінант етичної професійної комунікації.

Методологічну основу дослідження становлять системний, особистісно-діяльнісний і гуманістичний підходи. Системний підхід дозволяє розглядати комунікативну етику як цілісне утворення, що формується під впливом взаємопов'язаних психологічних характеристик. Особистісно-діяльнісний

підхід акцентує увагу на формуванні професійно значущих якостей у процесі професійної підготовки майбутнього психолога. Гуманістичний підхід, представлений у працях Карла Роджерса, підкреслює значення емпатії, безоцінного прийняття особистості та автентичності у професійному спілкуванні психолога з клієнтом [42].

Відповідно до зазначених підходів комунікативну етику розглядають як результат розвитку комплексу психологічних характеристик, серед яких особливе значення мають емпатія, емоційний інтелект, рефлексивність і комунікативна толерантність [9]. Саме ці характеристики виступають основою професійної етичної поведінки психолога, забезпечують конструктивну взаємодію з клієнтом та визначають ефективність психологічної допомоги.

У зв'язку з цим для подальшого емпіричного дослідження доцільним є використання психодіагностичних методик, які дозволяють комплексно оцінити рівень сформованості зазначених характеристик.

Однією з базових характеристик професійної діяльності психолога є емпатія, оскільки саме вона забезпечує здатність до емоційного розуміння іншої людини, формування довірливого контакту та створення атмосфери психологічної безпеки [7; 15; 17–18]. Для діагностики рівня розвитку емпатійних здібностей доцільним є використання методики діагностики емпатії (адаптація Л. Журавльової).

Методика спрямована на визначення особливостей емоційного реагування, здатності до співпереживання та розуміння внутрішнього стану іншої людини. Вона дозволяє оцінити різні канали емпатії, зокрема емоційний, інтуїтивний і раціональний, що забезпечує комплексний аналіз емпатійних здібностей особистості.

Вибір цієї методики зумовлений тим, що емпатію в сучасній психології розглядають як одну з ключових професійно важливих якостей психолога [9]. Високий рівень емпатії сприяє формуванню гуманістичної спрямованості особистості, розвитку безоцінного ставлення до клієнта та зниженню рівня міжособистісної конфліктності. Особливої актуальності використання цієї

методики набуває в умовах сучасної України, де професійна діяльність психолога дедалі частіше пов'язана з роботою з особами, які пережили психотравмувальні події, втрати, вимушене переселення або наслідки воєнних дій.

Важливим компонентом комунікативної етики є й комунікативна толерантність, яка визначає здатність особистості приймати індивідуальні особливості інших людей без осуду, агресії чи негативного оцінювання [21].

Для дослідження цього аспекту доцільним є використання методики комунікативної толерантності. Методика дозволяє визначити рівень терпимості до поведінкових, емоційних і світоглядних особливостей інших людей, а також оцінити особливості міжособистісної взаємодії у професійному спілкуванні. Її використання є важливим для дослідження готовності майбутнього психолога до роботи з різними категоріями клієнтів, які можуть різнитися віком, соціальним статусом, життєвим досвідом або психоемоційним станом. У сучасних умовах соціальної нестабільності та зростання рівня психоемоційного напруження в суспільстві здатність до толерантної взаємодії набуває особливого значення у професійній діяльності психолога.

Важливу роль у формуванні комунікативної етики відіграє емоційний інтелект, який забезпечує здатність особистості усвідомлювати, розуміти й регулювати власні емоційні стани, а також розпізнавати емоції інших людей [13; 38].

Для дослідження цього феномена доцільним є використання тесту емоційного інтелекту Н. Холла. Методика спрямована на оцінювання основних компонентів емоційного інтелекту, зокрема емоційної обізнаності, емоційної саморегуляції, самомотивації, емпатії та здатності управляти міжособистісними взаєминами.

Вибір цієї методики зумовлений тим, що в сучасній психології емоційний інтелект розглядають як один із ключових чинників професійної ефективності та психологічної стійкості особистості [11]. В умовах воєнного

стану та підвищеного психологічного навантаження розвиток емоційного інтелекту набуває особливого значення, оскільки саме він дозволяє психологові підтримувати емоційну стабільність, дотримуватися професійних меж і забезпечувати ефективну допомогу клієнтам.

Ще однією важливою психологічною характеристикою, що визначає рівень комунікативної етики майбутнього психолога, є рефлексивність. Вона забезпечує здатність особистості до самоаналізу, усвідомлення власних дій, переживань та професійної поведінки [22].

Для дослідження цієї характеристики доцільним є використання методики діагностики рівня рефлексивності (адаптація І. Галяна). Методика дозволяє визначити рівень розвитку рефлексивних здібностей, здатність до осмислення власного досвіду та оцінки ефективності власної професійної поведінки.

Її використання є важливим у контексті професійної підготовки психологів, оскільки рефлексивність виступає механізмом професійного самоконтролю та саморозвитку [22]. Розвинена рефлексивність сприяє формуванню професійної відповідальності, усвідомленню власних помилок і корекції професійної поведінки відповідно до етичних вимог.

З метою більш глибокого вивчення особливостей комунікативної етики майбутніх психологів доцільним є використання авторської анкети. Її застосування дозволяє виявити уявлення здобувачів освіти щодо етичних норм професійного спілкування, рівень усвідомлення значущості професійної етики й особливості ставлення до етичних аспектів майбутньої професійної діяльності.

Використання анкети забезпечує можливість отримання додаткової інформації, яка не завжди може бути виявлена за допомогою стандартизованих психодіагностичних методик.

Отже, використання окресленого комплексу психодіагностичних методик дозволяє цілісно дослідити основні психологічні детермінанти комунікативної етики майбутніх психологів. Обрані методики є валідними,

широко використовуються у вітчизняній психологічній практиці та забезпечують можливість всебічного аналізу професійно значущих характеристик особистості.

Зауважимо, що методики діагностики рівня емпатії, рефлексивності та комунікативної толерантності, хоча й не є українськими за походженням, пройшли тривалу апробацію в системі психологічної освіти України, адаптовані українськими науковцями й активно використовуються у підготовці майбутніх психологів. Їх застосування є особливо актуальним в умовах сучасних суспільних викликів, пов'язаних із воєнним станом, зростанням рівня психологічної травматизації населення та підвищенням потреби у кваліфікованій психологічній допомозі.

Таким чином, запропонований психодіагностичний інструментарій створює теоретично та методологічно обґрунтовану основу для подальшого емпіричного дослідження комунікативної етики майбутніх психологів.

Висновки до розділу 1

У результаті теоретичного аналізу встановлено, що комунікативна етика є важливим складником професійної підготовки майбутніх психологів і визначає ефективність їхньої професійної взаємодії з клієнтом. Комунікативну етику розглядають як інтегративне особистісно-професійне утворення, що охоплює моральні принципи, норми професійного спілкування та психологічні механізми етичної поведінки.

З'ясовано, що формування комунікативної етики майбутніх психологів залежить від розвитку комплексу психологічних детермінант, серед яких провідне значення мають емпатія, емоційний інтелект, рефлексивність і комунікативна толерантність. Емпатія сприяє емоційному розумінню клієнта та формуванню довірливих відносин; емоційний інтелект – саморегуляції та ефективній міжособистісній взаємодії; рефлексивність забезпечує професійний самоконтроль і критичне осмислення власної діяльності;

комунікативна толерантність формує здатність до безоцінного та гуманістичного спілкування.

Встановлено, що особливого значення проблема формування комунікативної етики набуває в умовах сучасних суспільних викликів і воєнного стану, які вимагають від майбутнього психолога високого рівня емоційної стійкості, професійної відповідальності та дотримання етичних принципів психологічної допомоги.

Теоретично обґрунтовано доцільність використання комплексу психодіагностичних методик для подальшого емпіричного дослідження комунікативної етики майбутніх психологів. Обрані методики дозволяють комплексно дослідити рівень розвитку емпатії, емоційного інтелекту, рефлексивності та комунікативної толерантності як ключових психологічних чинників професійно-етичної взаємодії.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

2.1. Організація та методика емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів проводили на базі: Німеччина, Мюльхаузен Ukrainische Deutsche Vereine Mühlhausen e.v (та її партнерів) серед майбутніх психологів. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення психологічних чинників, що забезпечують формування етичної професійної комунікації майбутніх психологів в умовах сучасних суспільних викликів, зокрема воєнного стану, підвищеного психоемоційного навантаження та зростання потреби у кваліфікованій психологічній допомозі.

У дослідженні взяли участь 50 здобувачів освіти другого курсу спеціальності «Психологія» віком від 18 до 23 років. Вибірка включала дві академічні групи здобувачів освіти денної форми навчання. Саме здобувачі освіти другого курсу були обрані як респонденти дослідження, оскільки на цьому етапі професійної підготовки майбутні психологи вже мають базові знання з психології особистості, психології спілкування та професійної етики, однак процес формування професійно значущих особистісних якостей ще триває.

Метою емпіричного дослідження було виявлення особливостей розвитку емпатії, емоційного інтелекту, рефлексивності та комунікативної толерантності як психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів.

Відповідно до поставленої мети були визначені такі завдання

емпіричного дослідження:

- дослідити рівень розвитку емпатії у майбутніх психологів;
- визначити особливості емоційного інтелекту здобувачів освіти;
- виявити рівень комунікативної толерантності;
- дослідити рівень рефлексивності;
- встановити взаємозв'язки між досліджуваними показниками;
- проаналізувати роль зазначених характеристик у формуванні комунікативної етики майбутніх психологів.

З урахуванням складності та багатокomпонентності феномена комунікативної етики дослідження здійснювали поетапно (табл. 2.1).

Таблиця 2.1
Етапи емпіричного дослідження

Етап дослідження	Зміст роботи	Використані методи
Підготовчий	Аналіз наукової літератури, визначення мети, завдань і гіпотези дослідження	Теоретичний аналіз, узагальнення
Діагностичний	Проведення психодіагностичного обстеження здобувачів освіти	Психодіагностичні методики
Аналітичний	Обробка та інтерпретація результатів	Методи математичної статистики
Узагальнювальний	Формулювання висновків	Систематизація та інтерпретація даних

Для досягнення мети дослідження використовували комплекс взаємодоповнювальних психодіагностичних методик, що дозволяють всебічно вивчити психологічні детермінанти формування комунікативної етики.

Для дослідження рівня розвитку емпатії застосовували методику діагностики рівня емпатії (адаптація Л. Журавльової; додаток А). Вибір цієї методики зумовлений тим, що емпатія виступає однією з базових професійно значущих якостей психолога і забезпечує ефективність міжособистісної взаємодії, здатність до емоційного розуміння клієнта та формування

довірливого психологічного контакту.

Методика спрямована на дослідження особливостей емоційного реагування особистості та здатності до співпереживання. Вона дозволяє оцінити не лише загальний рівень емпатії, а й окремі канали емпатійної взаємодії.

Основні шкали методики:

- раціональний канал емпатії;
- емоційний канал емпатії;
- інтуїтивний канал емпатії;
- установки, що сприяють або перешкоджають емпатії;
- проникна здатність у спілкуванні;
- ідентифікація в емпатії.

Методика містить систему тверджень, з якими респондент погоджується або не погоджується. За результатами підраховували загальний показник емпатії та визначали рівень її розвитку: низький, середній або високий.

Використання цієї методики є особливо актуальним в умовах сучасної України, оскільки професійна діяльність психолога пов'язана з роботою з особами, які пережили психотравмувальні події, втрати, вимушене переселення та наслідки воєнних дій. Саме тому здатність до емпатійної взаємодії виступає важливою умовою професійної ефективності майбутнього психолога.

Для дослідження емоційного інтелекту був використаний тест емоційного інтелекту Н. Холла (додаток Б), який активно застосовують у психологічних дослідженнях професійно значущих якостей особистості.

Методика спрямована на визначення здатності особистості усвідомлювати власні емоції, регулювати емоційні реакції та розуміти емоційні стани інших людей.

Основні шкали методики:

- емоційна обізнаність;
- управління власними емоціями;

- самомотивація;
- емпатія;
- управління емоціями інших людей.

Респондентам пропонували твердження щодо особливостей емоційної поведінки та міжособистісної взаємодії. За результатами тестування визначали загальний рівень емоційного інтелекту та рівень розвитку окремих його компонентів.

Вибір методики зумовлений тим, що емоційний інтелект у сучасній психології розглядають як один із ключових чинників професійної стійкості психолога, здатності до саморегуляції та дотримання етичних норм професійного спілкування.

В умовах воєнного стану високий рівень емоційного інтелекту дозволяє майбутньому психологові підтримувати емоційну стабільність, уникати професійного вигорання та забезпечувати ефективну психологічну допомогу клієнтам.

Для дослідження комунікативної толерантності була використана методика діагностики комунікативної толерантності (адаптація Л. Орбан-Лембрик), яка дозволяє оцінити рівень терпимості особистості до індивідуальних особливостей інших людей.

Комунікативна толерантність є важливим складником комунікативної етики психолога, оскільки професійна діяльність передбачає взаємодію з людьми різного віку, соціального статусу, світогляду та психоемоційного стану.

Методика досліджує:

- прийняття індивідуальності іншої людини;
- схильність до категоричності в оцінках;
- терпимість до дискомфортичних станів партнера;
- здатність до адаптації у спілкуванні;
- рівень емоційного неприйняття інших людей.

За результатами застосування методики визначали загальний рівень

комунікативної толерантності та особливості міжособистісної взаємодії респондентів.

Використання цієї методики є важливим у сучасних умовах соціальної нестабільності та підвищеного рівня психологічної напруги, коли майбутній психолог повинен демонструвати здатність до безоцінного та гуманістичного ставлення до клієнта.

Для дослідження рефлексивності була використана методика визначення рівня рефлексивності (адаптація І. Галяна) (Додаток Г).

Рефлексивність у психології розглядається як здатність особистості аналізувати власні дії, переживання та професійну поведінку. Для психолога ця характеристика має особливе значення, оскільки забезпечує професійний самоконтроль та усвідомлення відповідності власної поведінки етичним нормам.

Методика дозволяє визначити:

- рівень ситуативної рефлексії;
- ретроспективну рефлексію;
- перспективну рефлексію;
- загальний рівень розвитку рефлексивності.

Респондентам пропонували систему тверджень, що характеризують особливості самоаналізу й осмислення власної поведінки. За результатами визначали низький, середній або високий рівень рефлексивності.

Використання методики є доцільним у контексті професійної підготовки психологів, оскільки саме рефлексивність забезпечує здатність до критичного осмислення власної професійної діяльності та дотримання етичних принципів взаємодії.

З метою більш глибокого вивчення особливостей сформованості комунікативної етики майбутніх психологів у межах дослідження була розроблена авторська анкета «Особливості комунікативної етики майбутнього психолога» (додаток Д). Необхідність створення авторського інструментарію зумовлена тим, що стандартизовані психодіагностичні методики переважно

спрямовані на дослідження окремих психологічних характеристик особистості (емпатії, емоційного інтелекту, толерантності чи рефлексивності), однак не дозволяють комплексно оцінити уявлення здобувачів освіти щодо професійно-етичних аспектів майбутньої діяльності психолога.

Особливої актуальності використання авторської анкети набуває в умовах сучасної України, де професійна діяльність психолога здійснюється в ситуації підвищеного психоемоційного навантаження, роботи з травматичним досвідом, наслідками воєнних дій та кризових станів особистості. У таких умовах важливим є не лише рівень розвитку професійно значущих якостей, а й усвідомлення студентами значущості етичних принципів професійної взаємодії.

Метою авторської анкети є дослідження:

- рівня усвідомлення студентами сутності комунікативної етики;
- ставлення до етичних принципів професійної діяльності психолога;
- готовності до етично виваженої професійної взаємодії;
- особливостей сприйняття труднощів професійної комунікації;
- впливу сучасних соціально-психологічних умов на професійне спілкування майбутніх психологів.

Анкета складається із 15 запитань закритого та відкритого типу. Закриті запитання передбачають вибір одного або кількох варіантів відповіді, тоді як відкриті дозволяють респондентам самостійно формулювати власну думку щодо етичних аспектів професійної діяльності психолога.

Для забезпечення комплексного дослідження особливостей комунікативної етики майбутніх психологів зміст авторської анкети був структурований відповідно до основних компонентів професійної етичної взаємодії. Такий підхід дозволив охопити не лише рівень теоретичної обізнаності здобувачів освіти щодо етичних норм, а й їхні ціннісні установки, поведінкові особливості, здатність до професійної рефлексії та вплив сучасних соціально-психологічних умов на професійне спілкування. Структура авторської анкети наведена в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2
Структура авторської анкети

Блок анкети	Зміст запитань	Мета дослідження
Когнітивний	Розуміння сутності комунікативної етики	Визначення рівня обізнаності здобувачів освіти щодо професійної етики
Емоційно-ціннісний	Ставлення до емпатії, толерантності, конфіденційності	Виявлення значущості етичних принципів
Поведінковий	Особливості професійної взаємодії	Оцінка готовності до етичної комунікації
Рефлексивний	Самооцінка власної комунікативної культури	Визначення рівня професійного самоусвідомлення
Соціально-психологічний	Вплив війни та стресу на професійне спілкування	Аналіз актуальних умов професійної діяльності

Як видно з таблиці 2.2, структура анкети охоплює основні психологічні компоненти комунікативної етики майбутнього психолога. Когнітивний блок спрямований на визначення рівня розуміння студентами сутності професійної етики та її ролі у діяльності психолога. Емоційно-ціннісний блок дозволяє дослідити ставлення респондентів до таких професійно значущих якостей, як емпатія, толерантність і конфіденційність.

Поведінковий блок орієнтований на вивчення готовності здобувачів освіти до етичної професійної взаємодії та особливостей їхньої комунікативної поведінки. Рефлексивний блок спрямований на дослідження здатності майбутніх психологів до самоаналізу власної професійної поведінки та оцінювання рівня власної комунікативної культури.

Особливого значення в сучасних умовах набуває соціально-психологічний блок анкети, який дозволяє дослідити вплив стресу, воєнних подій і психоемоційного навантаження на професійне спілкування майбутніх психологів. Це дає можливість комплексно оцінити не лише рівень

сформованості комунікативної етики, а й актуальні труднощі професійної підготовки здобувачів освіти в сучасних соціальних умовах.

Для оцінювання результатів анкети застосовували якісний та кількісний аналіз відповідей. Кількісний аналіз передбачав підрахунок частоти вибору відповідей і визначення відсоткового співвідношення показників. Якісний аналіз застосовували для інтерпретації відкритих відповідей здобувачів освіти, що дозволило глибше дослідити їхні уявлення про професійну етику та особливості майбутньої професійної діяльності.

Для опрацювання отриманих результатів були використані методи математичної статистики, зокрема:

- описова статистика;
- коефіцієнт рангової кореляції Спірмена;
- t-критерій Стюдента.

Описова статистика дозволила визначити середні значення показників та рівень їх вираженості у вибірці здобувачів освіти.

Коефіцієнт кореляції Спірмена використовували для визначення взаємозв'язків між емпатією, емоційним інтелектом, рефлексивністю та комунікативною толерантністю.

t-критерій Стюдента застосовували для перевірки статистичної значущості відмінностей між окремими групами досліджуваних.

Таким чином, організація емпіричного дослідження та використаний психодіагностичний інструментарій забезпечують комплексне вивчення психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів і створюють методологічну основу для подальшого аналізу й інтерпретації отриманих результатів.

2.2. Аналіз результатів дослідження

На цьому етапі дослідження був здійснений комплексний аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних детермінант формування

комунікативної етики майбутніх психологів. Дослідження проводили на базі: Німеччина, Мюльхаузен Ukrainische Deutsche Vereine Mühlhausen e.v (та її партнерів) серед майбутніх психологів. Загальна вибірка становила 50 осіб, які були об'єднані у дві академічні групи.

Метою емпіричного етапу було визначення рівня розвитку емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності та рефлексивності, а також встановлення взаємозв'язку між цими характеристиками та сформованістю комунікативної етики.

Емпіричне дослідження проводили в кілька послідовних етапів. На першому етапі було організовано психодіагностичне обстеження здобувачів освіти за допомогою комплексу стандартизованих методик. На другому етапі здійснювали кількісну обробку отриманих результатів. Третій етап передбачав інтерпретацію результатів і визначення психологічних закономірностей формування комунікативної етики майбутніх психологів.

Перебіг емпіричного дослідження

Дослідження проводили онлайн у позааудиторний час. Перед початком психодіагностичної процедури здобувачів освіти ознайомили з метою дослідження, забезпечили дотримання принципу добровільності участі та конфіденційності отриманих результатів.

Учасникам дослідження послідовно пропонували психодіагностичні методики, спрямовані на вивчення основних психологічних характеристик, що визначають рівень сформованості комунікативної етики. Загальна тривалість діагностичного обстеження становила близько 60–70 хвилин.

На першому етапі респонденти виконували методику діагностики рівня емпатії (адаптація Л. Журавльової), яка дозволила визначити рівень розвитку здатності до емоційного співпереживання та розуміння емоційного стану іншої людини. Після цього студентам запропонували тест емоційного інтелекту Н. Холла, спрямований на оцінювання емоційної обізнаності, саморегуляції та здатності до управління міжособистісними взаєминами.

Наступним етапом стало проведення методики комунікативної

толерантності (адаптація Л. Орбан-Лембрик), що дозволила визначити рівень терпимості до індивідуальних особливостей інших людей та особливості професійної взаємодії. Для оцінювання здатності здобувачів освіти до самоаналізу та професійного самоконтролю було використано методику діагностики рівня рефлексивності (адаптація І. Галяна).

Завершальним етапом психодіагностичного обстеження стало проведення авторської анкети щодо етичної комунікації, яка дозволила виявити ставлення здобувачів освіти до професійно-етичних норм, рівень усвідомлення значущості етичної поведінки та особливості професійної взаємодії в майбутній діяльності психолога.

Статистична обробка результатів

Після завершення психодіагностичного обстеження здійснювали математико-статистичну обробку результатів. На першому етапі визначали середні значення показників та процентне співвідношення рівнів розвитку досліджуваних характеристик.

Для виявлення взаємозв'язків між психологічними характеристиками використовували коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Цей статистичний метод дозволив визначити силу і напрям взаємозв'язку між показниками емпатії, емоційного інтелекту та комунікативної етики.

Аналіз рівня емпатії здобувачів освіти

Результати діагностики дозволили встановити три рівні розвитку емпатії: низький, середній і високий. Результати рівня розвитку емпатії здобувачів освіти подано в таблиці 2.3 і на рисунку 2.1.

Таблиця 2.3

Рівень розвитку емпатії

Рівень	Кількість здобувачів освіти	%
Низький	9	18
Середній	26	52
Високий	15	30

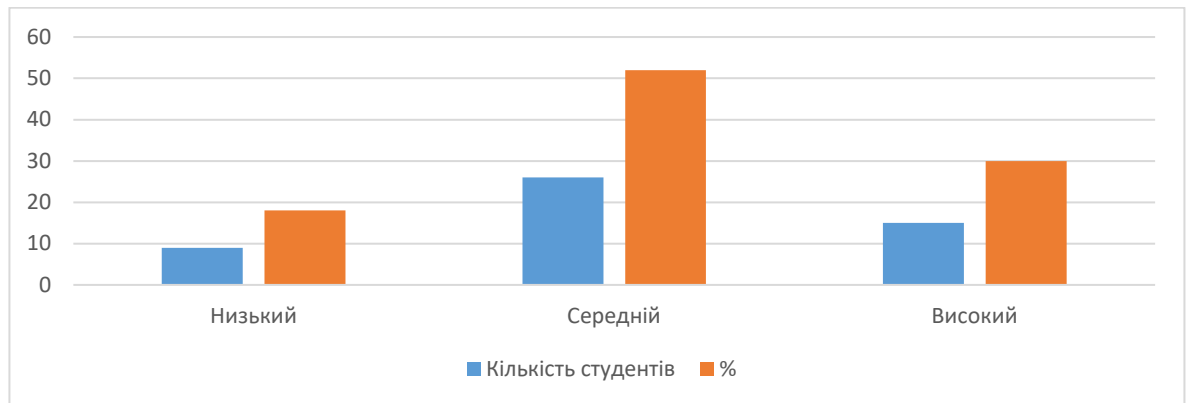


Рис. 2.1. Рівень розвитку емпатії здобувачів освіти

Хоча в більшості здобувачів освіти переважає середній рівень емпатії (52 %), лише 30 % респондентів мають високий рівень розвитку емпатійних здібностей, які є професійно необхідними для діяльності психолога. Водночас 18 % здобувачів освіти демонструють низький рівень емпатії, що може ускладнювати встановлення довірливого контакту, розуміння емоційного стану співрозмовника і дотримання етичних принципів професійної взаємодії.

Для професійної діяльності психолога недостатньо лише базового рівня емпатійності, оскільки ефективна психологічна допомога передбачає здатність до глибокого емоційного розуміння клієнта, підтримувальної взаємодії та емоційної чутливості. Отримані результати свідчать про необхідність цілеспрямованого розвитку емпатійного слухання, емоційної чутливості та навичок підтримувальної комунікації у майбутніх психологів.

Аналіз рівня емоційного інтелекту

Результати діагностики за тестом емоційного інтелекту дозволили виділити три рівні розвитку досліджуваного показника: низький, середній та високий (табл. 2.4, рис. 2.2).

Аналіз результатів показав, що найбільша частка здобувачів освіти має середній рівень емоційного інтелекту (48 %), що характеризується достатньою здатністю до розпізнавання власних емоцій та частковим володінням навичками емоційної саморегуляції. Високий рівень емоційного інтелекту виявлено у 30 % здобувачів освіти, що свідчить про розвинену здатність до

управління емоційними станами, ефективної взаємодії та конструктивного вирішення міжособистісних ситуацій.

Водночас 22 % здобувачів освіти демонструють низький рівень емоційного інтелекту, що може проявлятися у труднощах емоційної саморегуляції, імпульсивності поведінки та зниженій здатності до конструктивної комунікації. У професійній діяльності психолога це може призводити до емоційного вигорання та зниження якості психологічної допомоги.

Таблиця 2.4

Рівень розвитку емоційного інтелекту

Рівень	Кількість здобувачів освіти	%
Низький	11	22
Середній	24	48
Високий	15	30

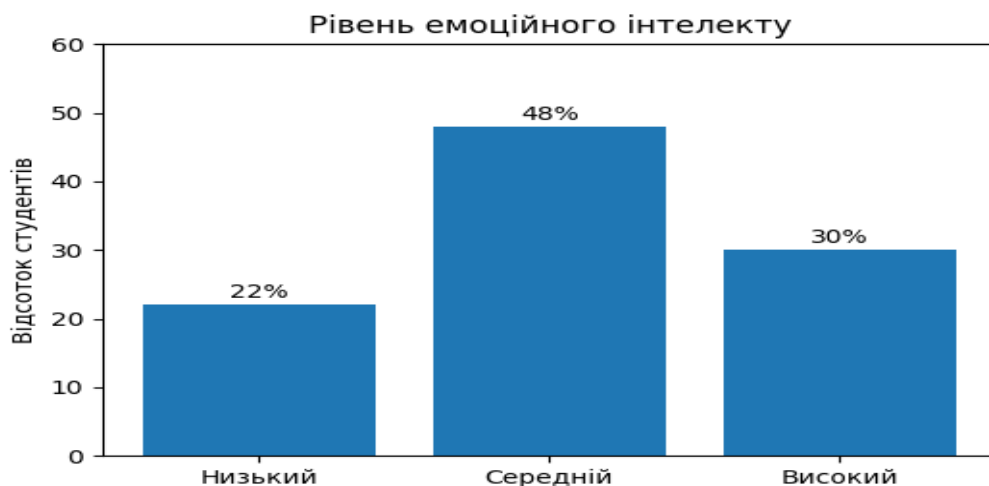


Рис. 2.2. Рівень емоційного інтелекту здобувачів освіти

Отримані результати обґрунтовують необхідність розвитку емоційної усвідомленості, саморегуляції та навичок управління емоціями як важливих компонентів професійної підготовки психологів.

Аналіз рівня комунікативної толерантності здобувачів освіти

Результати діагностики дозволили встановити три рівні комунікативної толерантності: низький, середній та високий (табл. 2.5, рис. 2.3).

Таблиця 2.5

Рівень комунікативної толерантності

Рівень	Кількість здобувачів освіти	%
Низький	8	16
Середній	28	56
Високий	14	28

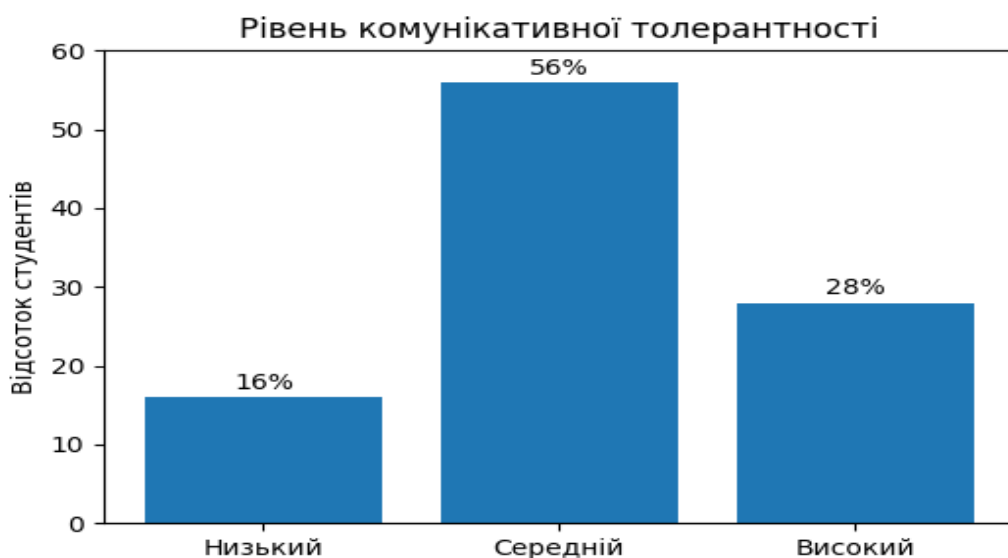


Рис. 2.3. Рівень комунікативної толерантності здобувачів освіти

Отримані результати свідчать про переважання середнього рівня комунікативної толерантності (56 %), що характеризується загальною готовністю до взаємодії з іншими людьми, однак із наявністю окремих труднощів у прийнятті індивідуальних відмінностей. Високий рівень толерантності виявлено у 28 % здобувачів освіти, що свідчить про сформовану здатність до безоцінного сприйняття співрозмовника, прийняття різних поглядів та ефективної професійної взаємодії.

Разом із тим, 16 % респондентів мають низький рівень комунікативної толерантності, що може проявлятися у нетерпимості до відмінних думок,

складнощах у взаємодії з «іншими» та підвищеній конфліктності у комунікації. Для майбутнього психолога це є суттєвим професійним ризиком, оскільки може порушувати принципи безоцінного ставлення до клієнта.

Отримані результати вказують на необхідність розвитку толерантного спілкування, прийняття індивідуальних відмінностей та формування професійної комунікативної гнучкості.

Аналіз рівня рефлексивності здобувачів освіти

Результати діагностики дозволили виділити три рівні розвитку рефлексивності: низький, середній та високий (табл. 2.6, рис. 2.4).

Таблиця 2.6

Рівень рефлексивності здобувачів освіти

Рівень	Кількість здобувачів освіти	Відсоток (%)
Високий	18	36%
Середній	21	42%
Низький	11	22%

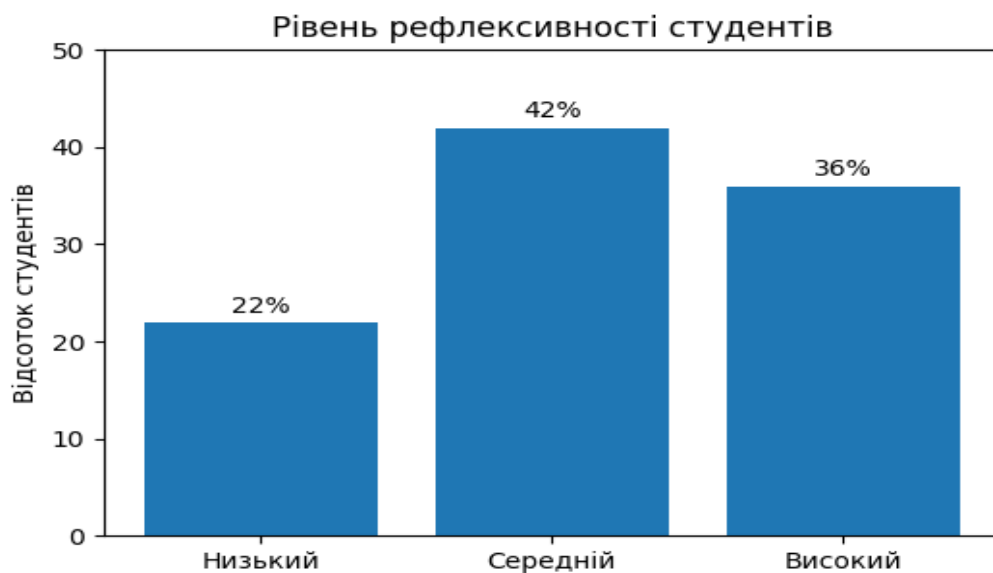


Рис. 2.4. Рівень рефлексивності здобувачів освіти

Аналіз результатів засвідчив, що найбільша частка здобувачів освіти має середній рівень рефлексивності (42 %), що вказує на наявність базових

навичок самоаналізу й усвідомлення власної поведінки у професійній діяльності. Високий рівень рефлексивності виявлено у 36 % здобувачів освіти, що характеризує розвинену здатність до критичного осмислення власних дій, аналізу помилок та професійного самоконтролю.

Водночас 22 % здобувачів освіти мають низький рівень рефлексивності, що може ускладнювати процес професійного самовдосконалення, знижувати ефективність аналізу власної комунікативної поведінки та негативно впливати на дотримання етичних норм у професійній діяльності.

Отримані результати свідчать про необхідність розвитку навичок рефлексії, професійного самоаналізу та усвідомлення власної комунікативної поведінки.

Аналіз результатів опитування за авторською анкетой

З метою більш глибокого вивчення особливостей сформованості комунікативної етики майбутніх психологів використовували авторську анкету «Особливості комунікативної етики майбутнього психолога». Анкета дозволила дослідити когнітивні уявлення, ціннісні орієнтації, поведінкові установки й рефлексивні особливості здобувачів освіти щодо професійної етичної взаємодії.

Результати анкетування показали, що більшість здобувачів освіти усвідомлює значущість комунікативної етики у професійній діяльності психолога. Зокрема, 88 % респондентів зазначили, що комунікативна етика є обов'язковим складником професійної компетентності психолога. Це свідчить про сформоване базове розуміння етичних принципів професійної взаємодії.

82 % здобувачів освіти наголосили на важливості дотримання конфіденційності як ключового професійного принципу, що відображає усвідомлення відповідальності за збереження довіреної інформації клієнта. 90 % респондентів вказали на значущість розвитку емпатії та емоційної саморегуляції, що підтверджує орієнтацію здобувачів освіти на емоційно чутливу професійну взаємодію.

Разом із тим, аналіз відкритих відповідей засвідчив наявність труднощів

у сфері толерантного сприйняття клієнтів з різними ціннісними орієнтаціями, а також недостатню сформованість навичок рефлексії власної комунікативної поведінки в частини здобувачів освіти.

Отримані результати підтверджують необхідність цілеспрямованого розвитку не лише окремих професійно значущих якостей, а й інтегрованої системи комунікативно-етичних компетентностей майбутніх психологів.

Кореляційний аналіз

Для визначення взаємозв'язків між досліджуваними показниками здійснювали кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Кореляційні зв'язки між показниками

Показники	r	Рівень значущості
Емпатія – комунікативна етика	0,62	$p \leq 0,05$
Емоційний інтелект (EI) – емпатія	0,58	$p \leq 0,05$
Толерантність – комунікативна етика	0,55	$p \leq 0,05$
Рефлексивність – емоційний інтелект (EI)	0,51	$p \leq 0,05$

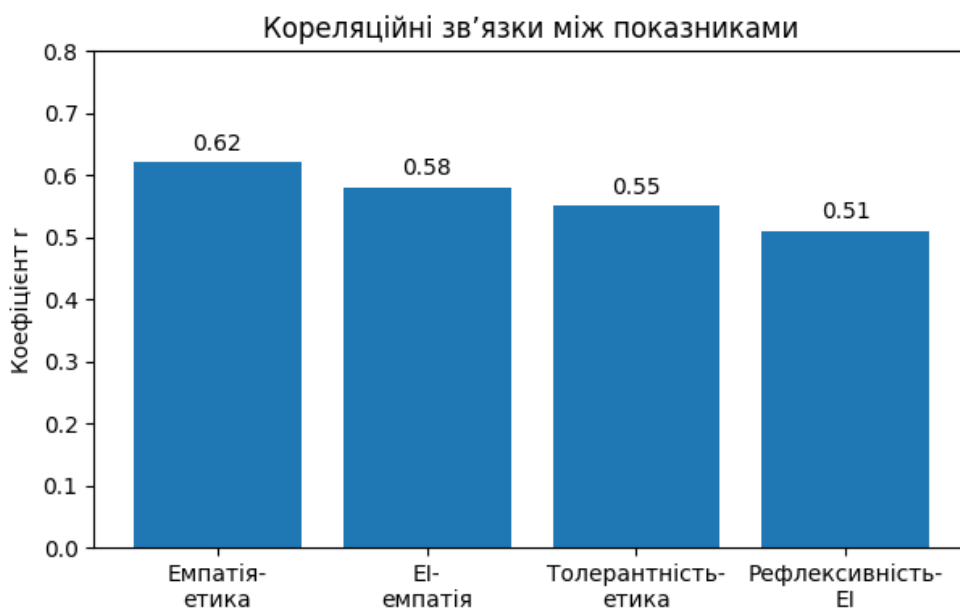


Рис. 2.5. Кореляційні зв'язки між показниками

Отримані результати свідчать про наявність статистично значущих позитивних кореляцій між усіма досліджуваними показниками. Найбільш тісний взаємозв'язок встановлено між рівнем емпатії та сформованістю комунікативної етики ($r = 0,62$), що підтверджує важливу роль емпатійного розуміння у професійній взаємодії психолога.

Позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та емпатією ($r = 0,58$) свідчить про те, що здатність до емоційної саморегуляції сприяє більш ефективному встановленню емоційного контакту з іншими людьми.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що емпатія, емоційний інтелект, рефлексивність і комунікативна толерантність виступають взаємопов'язаними психологічними детермінантами формування комунікативної етики майбутніх психологів.

2.3. Інтерпретація результатів дослідження

Результати здійсненого емпіричного дослідження дозволяють стверджувати, що формування комунікативної етики майбутніх психологів є складним багатокомпонентним процесом, який визначається сукупністю особистісних, емоційних і професійно-комунікативних чинників. Отримані дані свідчать про те, що найбільш значущими психологічними детермінантами комунікативної етики виступають емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність.

Аналіз результатів дослідження показав, що в більшості здобувачів освіти переважає середній рівень розвитку досліджуваних характеристик. Зокрема, середній рівень емпатії виявлено в 52 % респондентів, емоційного інтелекту – у 48 %, комунікативної толерантності – у 56 %, а рефлексивності – у 42 % здобувачів освіти. Це свідчить про наявність у майбутніх психологів базових передумов для формування професійно-етичної комунікації, однак недостатній рівень розвитку окремих професійно значущих якостей може

ускладнювати ефективність майбутньої професійної діяльності.

Особливу увагу привертають результати, які засвідчили наявність частини здобувачів освіти із низькими показниками емпатії (18 %), емоційного інтелекту (22 %), комунікативної толерантності (16 %) та рефлексивності (22 %). Такі показники можуть свідчити про труднощі у встановленні емоційного контакту, недостатній рівень саморегуляції, складнощі у прийнятті індивідуальних особливостей інших людей та недостатню здатність до професійного самоаналізу. Для майбутнього психолога зазначені характеристики є професійно критичними, оскільки психологічна допомога ґрунтується на здатності до емпатійного розуміння, підтримувальної комунікації та етичної взаємодії.

Встановлений позитивний кореляційний зв'язок між емпатією та комунікативною етикою ($r = 0,62$ при $p \leq 0,05$) дозволяє стверджувати, що здатність до емоційного співпереживання виступає одним із ключових чинників формування етичної професійної взаємодії психолога. Чим вищий рівень емпатії, тим більшою мірою майбутній психолог здатний до безоцінного сприйняття клієнта, дотримання принципів гуманізму та психологічної підтримки.

Отримані результати узгоджуються з положеннями гуманістичної психології, зокрема концепцією Carl Rogers, який розглядав емпатію як базову умову ефективного психологічного консультування. На думку дослідника, саме здатність психолога до емоційного розуміння клієнта забезпечує формування довірливих терапевтичних взаємин та психологічної безпеки особистості [1].

Позитивний взаємозв'язок між емоційним інтелектом та емпатією ($r = 0,58$ при $p \leq 0,05$) свідчить про те, що здатність до усвідомлення та регуляції власних емоцій безпосередньо впливає на ефективність міжособистісної взаємодії. Здобувачі освіти з вищим рівнем емоційного інтелекту демонструють кращу здатність до емоційної саморегуляції, більш конструктивну поведінку в конфліктних ситуаціях і вищий рівень професійної

комунікативної культури.

Важливими є також результати дослідження комунікативної толерантності. Встановлений кореляційний зв'язок між толерантністю та комунікативною етикою ($r = 0,55$ при $p \leq 0,05$) підтверджує, що здатність до прийняття індивідуальних відмінностей іншої людини є важливою умовою професійної діяльності психолога. Недостатній рівень толерантності може призводити до категоричності оцінок, труднощів у взаємодії з клієнтами та порушення принципу безоцінного ставлення.

Результати дослідження рефлексивності також мають важливе професійне значення. Виявлений взаємозв'язок між рефлексивністю та емоційним інтелектом ($r = 0,51$ при $p \leq 0,05$) вказує на те, що здатність до самоаналізу й усвідомлення власних емоційних реакцій сприяє формуванню професійного самоконтролю та етичної поведінки психолога. Майбутні психологи з високим рівнем рефлексивності краще усвідомлюють власні комунікативні помилки, здатні до професійного самовдосконалення та більш ефективно дотримуються етичних норм взаємодії.

Отримані результати загалом узгоджуються з даними сучасних психологічних досліджень, у яких емпатія, емоційний інтелект і рефлексивність розглядають як ключові професійно важливі якості психолога. Зокрема, українські дослідники С. Д. Максименко, Т. М. Титаренко, Л. Е. Орбан-Лембрик підкреслюють, що професійна ефективність психолога безпосередньо залежить від рівня розвитку емоційної чутливості, комунікативної культури та здатності до професійної рефлексії.

Водночас результати дослідження засвідчують недостатній рівень сформованості окремих компонентів комунікативної етики в частини здобувачів освіти. Це може бути пов'язано з особливостями професійної підготовки майбутніх психологів. Незважаючи на наявність у навчальних програмах дисциплін, пов'язаних із психологією спілкування та професійною етикою, формування практичних навичок етичної комунікації часто залишається недостатньо розвиненим. Теоретичне засвоєння етичних

принципів не завжди супроводжується формуванням відповідних поведінкових навичок, необхідних для реальної професійної взаємодії.

Особливого значення результати дослідження набувають в умовах воєнного стану. Сучасні соціально-психологічні умови характеризуються високим рівнем психоемоційного напруження, тривожності, невизначеності та травматизації населення. У таких умовах професійна діяльність психолога пов'язана з підвищеним емоційним навантаженням та необхідністю роботи з кризовими станами особистості.

Аналіз відкритих відповідей здобувачів освіти в межах авторської анкети показав, що значна частина респондентів відзначає негативний вплив хронічного стресу, емоційного виснаження та інформаційного перевантаження на власний емоційний стан та особливості міжособистісної взаємодії. Частина здобувачів освіти вказувала на труднощі емоційної саморегуляції, підвищену тривожність та емоційну нестабільність, що може ускладнювати дотримання принципів професійної комунікативної етики.

Разом із тим, результати дослідження свідчать, що саме в умовах воєнного стану зростає значущість емпатії, толерантності та психологічної підтримки у професійній діяльності психолога. Це актуалізує необхідність посилення психоедукаційної підготовки майбутніх психологів, розвитку навичок емоційної саморегуляції, стресостійкості та професійної комунікативної культури.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що комунікативна етика майбутніх психологів формується під впливом комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, з-поміж яких найбільш значущими є емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність. Водночас сучасні соціально-психологічні умови, зокрема наслідки воєнного стану, підвищують вимоги до рівня професійної етичної підготовки майбутніх психологів та актуалізують необхідність цілеспрямованого розвитку професійно значущих комунікативних якостей.

Висновки до розділу 2

Дослідження показало, що найбільш значущими психологічними детермінантами комунікативної етики виступають емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність. Саме ці характеристики забезпечують ефективність професійної взаємодії психолога, здатність до безоцінного спілкування, емоційної підтримки та професійного самоконтролю.

Результати дослідження засвідчили переважання середнього рівня розвитку досліджуваних показників у більшості здобувачів освіти. Водночас було виявлено частину респондентів із низькими показниками емпатії, емоційного інтелекту, толерантності та рефлексивності, що свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку професійно значущих комунікативно-етичних якостей у процесі професійної підготовки.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущих позитивних взаємозв'язків між емпатією, емоційним інтелектом, комунікативною толерантністю, рефлексивністю і рівнем сформованості комунікативної етики. Найбільш тісний зв'язок встановлено між емпатією та комунікативною етикою, що підтверджує провідну роль емпатійного розуміння у професійній діяльності психолога.

У процесі дослідження було також встановлено вплив сучасних соціально-психологічних умов, зокрема воєнного стану, на особливості професійної комунікації здобувачів освіти. Підвищений рівень психоемоційного навантаження, тривожності та емоційного виснаження актуалізує необхідність розвитку стресостійкості, емоційної саморегуляції та психологічної підтримки у професійній підготовці майбутніх психологів.

Отже, висунута гіпотеза дослідження про те, що формування комунікативної етики майбутніх психологів залежить від рівня розвитку емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності та рефлексивності, підтвердилася.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЕДУКАЦІЙНА ПРОГРАМА

РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ ЕТИКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

3.1. Обґрунтування психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів

Психоедукаційна програма розвитку – це структурована система навчально-психологічних заходів (занять, тренінгів, вправ, лекцій або вебінарів), спрямована на формування, розвиток і корекцію певних психологічних знань, навичок, установок і поведінкових стратегій у людини або групи.

Сутність психоедукаційної програми

Психоедукація (psychoeducation) поєднує:

- психологічне навчання (знання про себе та поведінку);
- розвиток навичок (комунікація, саморегуляція, емпатія);
- формування адекватних установок і професійних цінностей.

Основна мета

Підвищення психологічної компетентності особистості через:

- усвідомлення власних психологічних процесів;
- розвиток емоційної та поведінкової регуляції;
- формування ефективної взаємодії з іншими людьми.

Розробка психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів зумовлена необхідністю формування у здобувачів освіти цілісної системи професійно-етичних компетентностей, що забезпечують ефективну, безпечну та відповідальну міжособистісну взаємодію у професійній діяльності. Комунікативна етика у професії психолога виступає не лише як нормативний компонент поведінки, але й як інтегративна характеристика особистості, що включає емпатію,

рефлексивність, емоційну саморегуляцію та толерантність до клієнта.

Психоедукаційна програма розвитку комунікативної етики майбутніх психологів – це система занять, спрямована на:

- розвиток емпатії;
- формування емоційної саморегуляції;
- підвищення комунікативної толерантності;
- розвиток професійної рефлексії;
- засвоєння етичних норм професійного спілкування психолога.

Теоретичне підґрунтя необхідності створення програми

У сучасній психологічній науці комунікативну етику розглядають як систему морально-етичних принципів професійної взаємодії, що забезпечує довіру, конфіденційність, безоцінне ставлення та психологічну безпеку клієнта [35]. Вона є невід’ємним складником професійної компетентності психолога та безпосередньо впливає на якість психологічної допомоги.

Дослідники підкреслюють, що ефективність професійної діяльності психолога значною мірою залежить від рівня розвитку емоційного інтелекту [38], емпатії [41] та рефлексивності [43]. Відсутність або недостатній рівень розвитку цих компонентів призводить до професійних помилок, емоційного вигорання та порушення етичних норм взаємодії.

Аналіз результатів емпіричного дослідження

Результати здійсненого емпіричного дослідження засвідчили, що в більшості здобувачів освіти – майбутніх психологів переважно спостерігається середній рівень розвитку ключових компонентів комунікативної етики. Зокрема, емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність сформовані на середньому рівні, тоді як високі показники виявлені лише в частини респондентів.

Водночас встановлено наявність групи здобувачів освіти із низьким рівнем розвитку зазначених характеристик, що може негативно впливати на їхню професійну готовність до роботи з клієнтами. Особливо це стосується здатності до емоційної саморегуляції, прийняття індивідуальних особливостей

інших людей та аналізу власної професійної поведінки.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущих зв'язків між емпатією, емоційним інтелектом, толерантністю та рефлексивністю, що свідчить про їх взаємозалежний характер у структурі комунікативної етики. Найбільш виражений зв'язок встановлено між емпатією та комунікативною етикою ($r = 0,62$; $p \leq 0,05$), що підкреслює її центральну роль у професійній взаємодії психолога.

Актуальні труднощі здобувачів освіти

На основі аналізу емпіричних даних були виділені основні труднощі, характерні для майбутніх психологів:

- недостатній рівень емпатійного розуміння емоційного стану іншої людини;
- труднощі емоційної саморегуляції у стресових ситуаціях;
- обмежена комунікативна толерантність до різних ціннісних позицій;
- недостатній рівень професійної рефлексії власної комунікативної поведінки;
- фрагментарне усвідомлення значущості етичних принципів професійної діяльності.

Зазначені труднощі свідчать про необхідність цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу, спрямованого на формування цілісної системи комунікативно-етичних компетентностей.

Обґрунтування необхідності створення психоедукаційної програми

Психоедукаційний підхід у психологічній підготовці передбачає не лише передавання знань, але й формування усвідомленого ставлення до професійних норм, розвиток навичок саморегуляції та підвищення рівня професійної відповідальності.

У контексті підготовки майбутніх психологів психоедукаційна програма є особливо важливою, оскільки:

- сприяє інтеграції теоретичних знань і практичних навичок;
- формує етичну професійну позицію;

- розвиває емоційну компетентність;
- підвищує рівень професійної рефлексії;
- забезпечує профілактику професійного вигорання.

Таким чином, розроблення психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики є обґрунтованим як із теоретичного, так і з емпіричного погляду й відповідає сучасним вимогам професійної підготовки психологів.

3.2. Зміст психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики

Розроблена психоедукаційна програма розвитку комунікативної етики майбутніх психологів має форму комплексного тренінгово-психоедукаційного курсу, спрямованого на формування професійно значущих комунікативно-етичних компетентностей у здобувачів освіти спеціальності «Психологія». Програма побудована з урахуванням результатів здійсненого емпіричного дослідження, відповідно до якого найбільш важливими психологічними детермінантами комунікативної етики виступають емпатія, емоційний інтелект, комунікативна толерантність і рефлексивність.

Необхідність розроблення програми зумовлена тим, що сучасна професійна діяльність психолога здійснюється в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, соціальної нестабільності та наслідків воєнного стану. У таких умовах майбутній психолог повинен володіти не лише теоретичними знаннями, а й практичними навичками етичної професійної взаємодії, емоційної саморегуляції та психологічної підтримки клієнта.

Програма спрямована на розвиток:

- емпатійного слухання;
- навичок емоційної саморегуляції;
- комунікативної толерантності;
- професійної рефлексії;
- навичок безоцінного спілкування;

- етичної професійної взаємодії;
- стресостійкості у професійному спілкуванні.

З метою систематизації змісту психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів було визначено її основні організаційні та методичні характеристики. Програма побудована з урахуванням результатів емпіричного дослідження і спрямована на комплексний розвиток професійно значущих комунікативно-етичних компетентностей здобувачів освіти-психологів.

Структура програми поєднує психоедукаційні, тренінгові та практико орієнтовані компоненти, що забезпечують не лише засвоєння теоретичних знань щодо професійної етики, а й формування навичок етичної професійної взаємодії, емоційної саморегуляції, толерантного спілкування та професійної рефлексії.

Особливістю програми є її практична спрямованість, що реалізується через використання інтерактивних форм роботи: рольових ігор, аналізу професійних ситуацій, групових дискусій, психотехнічних вправ і рефлексивних методик. Такий підхід дозволяє створити умови для активного включення здобувачів освіти у процес професійного самопізнання та розвитку комунікативної культури.

Загальну структуру психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів представлено в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Загальна структура програми

Параметр	Характеристика
Форма роботи	Психоедукаційний тренінговий курс
Тривалість	6 занять по 1,5–2 години
Формат	Групова робота (10–20 осіб)
Цільова аудиторія	Здобувачі освіти спеціальності «Психологія»
Основні методи	Мінілекції, дискусії, кейс-метод, рольові ігри, психотехнічні вправи, рефлексія
Очікуваний результат	Підвищення рівня комунікативної етики та професійної готовності

Після визначення концептуальних засад програми доцільно схарактеризувати її основні організаційні параметри, які забезпечують ефективність реалізації психоедукаційного курсу.

Програма побудована за принципом поступового ускладнення змісту та інтеграції професійно значущих навичок. Кожне заняття має чітку структуру та включає такі етапи:

- актуалізація емоційного стану учасників;
- теоретичний психоедукаційний блок;
- практичні вправи;
- групове обговорення;
- рефлексія;
- підбиття підсумків.

Структурні компоненти програми взаємопов'язані та спрямовані на формування цілісної системи професійної комунікативної культури. Послідовність занять забезпечує поступовий розвиток емоційної чутливості, толерантності, навичок професійної взаємодії та рефлексивного аналізу власної поведінки.

Зміст психоедукаційної програми побудований відповідно до основних психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів, які були визначені у процесі теоретичного та емпіричного дослідження. Кожне заняття програми спрямоване на розвиток окремих компонентів професійно-етичної комунікації та забезпечує послідовне формування професійно значущих комунікативних компетентностей здобувачів освіти.

Тематика занять охоплює як когнітивний компонент професійної етики, так і розвиток практичних навичок емпатійної взаємодії, емоційної саморегуляції, толерантного спілкування та професійної рефлексії. Особлива увага приділена формуванню навичок професійної взаємодії в умовах підвищеного психоемоційного навантаження та кризових ситуацій, що є особливо актуальним в умовах сучасної України.

Тематичний план психоедукаційної програми розвитку комунікативної етики майбутніх психологів наведений у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Тематичний план психоедукаційної програми

№	Тема заняття	Основний зміст	Форми роботи
1	Комунікативна етика психолога	Професійна етика, етичні принципи, конфіденційність	Мінілекція, дискусія
2	Розвиток емпатії	Емпатійне слухання, емоційне розуміння	Вправи, рольові ігри
3	Емоційний інтелект психолога	Саморегуляція, управління емоціями	Практичні техніки
4	Комунікативна толерантність	Безоцінне спілкування, прийняття іншого	Кейс-метод, групова робота
5	Рефлексія у професійній діяльності	Самоаналіз, професійне усвідомлення	Рефлексивні вправи
6	Професійна взаємодія в умовах стресу	Комунікація в кризових ситуаціях	Тренінгові вправи, обговорення

Як бачимо, структура програми має логічно послідовний характер і забезпечує поступовий розвиток професійно значущих якостей майбутніх психологів. Перше заняття спрямоване на формування у здобувачів освіти базового розуміння сутності комунікативної етики, професійних етичних принципів та значення конфіденційності у діяльності психолога.

Наступні заняття орієнтовані на розвиток емпатії та емоційного інтелекту як ключових психологічних детермінант професійної комунікації. Використання практичних вправ і рольових ігор дозволяє студентам формувати навички емоційного розуміння, активного слухання та конструктивної взаємодії.

Особливе значення у структурі програми має заняття, присвячене розвитку комунікативної толерантності, оскільки професійна діяльність психолога передбачає взаємодію з людьми різних поглядів, цінностей і

психоемоційних станів. Через аналіз професійних ситуацій та групову роботу здобувачі освіти навчаються принципів безоцінного спілкування та прийняття індивідуальних особливостей клієнта.

Завершальні заняття спрямовані на розвиток професійної рефлексії та формування навичок етичної взаємодії у стресових і кризових умовах. Це дозволяє майбутнім психологам усвідомити значення професійного самоконтролю, емоційної стійкості та психологічної готовності до роботи в умовах підвищеного психоемоційного навантаження.

Розроблена психоедукаційна програма має форму структурованого тренінгового курсу, що включає шість взаємопов'язаних занять, спрямованих на поступове формування ключових компонентів комунікативної етики майбутніх психологів: емпатії, емоційної саморегуляції, комунікативної толерантності, рефлексивності та етичної професійної взаємодії.

Кожне заняття побудоване за принципом: актуалізація → теоретичний блок → практичні вправи → рефлексія → підсумок.

Кожне заняття має чітку логіку побудови. Початковий етап спрямований на створення безпечної психологічної атмосфери й актуалізацію емоційного стану учасників. Далі реалізується теоретичний блок, який забезпечує формування необхідних професійних знань. Практичний етап включає вправи, рольові ігри та моделювання професійних ситуацій. Завершується заняття рефлексією та обговоренням отриманого досвіду. Зміст занять програми наведений у додатку Д.

Важливою особливістю програми є її практична спрямованість. Значна частина занять орієнтована на відпрацювання реальних професійних ситуацій, з якими майбутні психологи можуть зіткнутися у професійній діяльності. Це дозволяє не лише формувати знання про професійну етику, а й розвивати практичні навички етичної комунікації.

Таким чином, розроблена психоедукаційна програма має комплексний характер і спрямована на цілісний розвиток комунікативної етики майбутніх психологів. Її зміст відповідає сучасним професійним вимогам до діяльності

психолога й ураховує актуальні соціально-психологічні виклики, пов'язані з умовами воєнного стану.

3.3. Практичні рекомендації щодо формування комунікативної етики майбутніх психологів

Результати теоретичного аналізу та здійсненого емпіричного дослідження засвідчили, що формування комунікативної етики майбутніх психологів є важливим складником їхньої професійної підготовки. Встановлено, що рівень сформованості комунікативної етики безпосередньо залежить від розвитку емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності, рефлексивності та здатності до етичної професійної взаємодії.

Отримані результати також показали, що частина здобувачів освіти має недостатній рівень розвитку окремих професійно значущих характеристик, що може негативно впливати на ефективність майбутньої професійної діяльності психолога. Зокрема, труднощі можуть виникати у сфері емоційної саморегуляції, толерантного сприйняття іншої людини, дотримання принципів безоцінного спілкування та професійної рефлексії.

В умовах сучасних суспільних викликів, пов'язаних із воєнним станом, підвищеним психоемоційним навантаженням та зростанням потреби у психологічній допомозі, проблема формування комунікативної етики майбутніх психологів набуває особливої актуальності. Професійна діяльність психолога дедалі більше пов'язана з роботою у кризових умовах, взаємодією з особами, які пережили психотравмувальні події, втрати, вимушене переселення та емоційне виснаження. Саме тому професійна підготовка майбутніх психологів повинна включати не лише засвоєння теоретичних знань, а й розвиток практичних навичок етичної комунікації, психологічної підтримки та професійного самоконтролю.

На основі результатів дослідження була розроблена система практичних рекомендацій, спрямованих на підвищення рівня сформованості

комунікативної етики в майбутніх психологів. Рекомендації адресовані викладачам закладів вищої освіти, студентам-психологам і психологічним службам закладів вищої освіти.

Структура основних напрямів формування комунікативної етики майбутніх психологів наведена на рисунку 3.3.



Рис. 3.3. Основні напрями формування комунікативної етики майбутніх психологів

Як видно з рис. 3.3, центральним елементом авторської схеми є «Комунікативна етика майбутнього психолога», що виступає системоутворювальною основою професійної підготовки фахівця психологічного профілю. Центральний компонент об'єднує ключові складові професійної комунікативної культури та демонструє їх взаємозв'язок у

процесі професійного становлення майбутнього психолога.

Структура схеми включає шість взаємопов'язаних компонентів. Першим із них є емпатія, яка передбачає здатність до розуміння емоційного стану клієнта, співпереживання та безоцінного прийняття іншої людини. Важливим компонентом також виступає емоційна саморегуляція, що охоплює усвідомлення власних емоцій, самоконтроль і здатність зберігати психологічну стійкість у професійній діяльності.

Наступним елементом є комунікативна толерантність, яка забезпечує повагу до індивідуальних особливостей клієнта, прийняття різних поглядів і дотримання принципу безоцінного ставлення у професійній взаємодії. Важливе місце у структурі схеми займає рефлексивність – здатність до самоаналізу, оцінювання власної професійної поведінки та професійного саморозвитку.

Окремим компонентом визначено етичну професійну взаємодію, що передбачає дотримання конфіденційності, професійної відповідальності та етичних норм спілкування з клієнтом. Завершальним елементом виступає професійна комунікативна культура, яка охоплює навички активного слухання, конструктивного діалогу та професійної комунікативної гнучкості.

Таким чином, схема відображає комплексний характер формування комунікативної етики майбутніх психологів і взаємозв'язок її основних психологічних компонентів.

Нижня частина рисунка демонструє умови ефективного формування комунікативної етики майбутніх психологів. До них належать освітнє середовище, психологічний супровід і практична підготовка.

Освітнє середовище включає використання інтерактивних методів навчання, практико орієнтованих занять і створення атмосфери психологічної безпеки та довіри. У схемі підкреслено, що саме освітній процес створює базові умови для розвитку професійно значущих комунікативних якостей.

Психологічний супровід у структурі рисунка представлений через тренінги, психоедукацію, супервізію та підтримку психоемоційного стану

здобувачів освіти. Цей компонент забезпечує розвиток емоційної стійкості та психологічної готовності здобувачів освіти до майбутньої професійної діяльності.

Практична підготовка включає моделювання професійних ситуацій, рольові ігри, кейс-методи та рефлексію професійного досвіду. Саме практична діяльність дозволяє студентам закріплювати набуті комунікативно-етичні навички та формувати готовність до професійної взаємодії в реальних умовах.

Завершальним елементом схеми є результат формування комунікативної етики, який представлений як сформованість професійної комунікативної етики, готовність до етичної професійної взаємодії, психологічна стійкість та гуманістична спрямованість у роботі з людьми. Таким чином, авторський рисунок цілісно відображає структуру, основні напрями й умови формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки.

Практичні рекомендації для викладачів закладів вищої освіти

Важливу роль у формуванні комунікативної етики майбутніх психологів відіграють викладачі психологічних дисциплін, оскільки саме освітнє середовище сприяє розвитку професійно значущих комунікативних якостей та етичної свідомості студентів.

З метою підвищення рівня комунікативної етики доцільно:

- інтегрувати проблематику професійної етики у зміст фахових дисциплін;
- використовувати інтерактивні методи навчання, тренінги, рольові ігри та аналіз професійних ситуацій;
- розвивати навички емпатійного слухання, емоційної саморегуляції та професійної рефлексії;
- формувати толерантне та безоцінне ставлення до особистості;
- забезпечувати психологічно безпечну атмосферу навчальної взаємодії.

Практико орієнтований підхід дозволяє студентам не лише засвоювати етичні норми, а й формувати готовність до їх реалізації в майбутній професійній діяльності.

Практичні рекомендації для здобувачів освіти-психологів

Формування комунікативної етики є важливим напрямом професійного саморозвитку майбутнього психолога. Професійна діяльність психолога передбачає високий рівень емоційної включеності, відповідальності та здатності до конструктивної взаємодії з людьми.

З метою розвитку професійної комунікативної етики студентам рекомендується:

- систематично розвивати навички емпатійного слухання;
- удосконалювати здатність до емоційної саморегуляції;
- формувати навички конструктивної професійної взаємодії;
- дотримуватись принципів конфіденційності та професійної відповідальності;
- розвивати толерантність до різних поглядів, цінностей та особливостей особистості;
- здійснювати регулярний професійний самоаналіз;
- брати участь у тренінгах та психоедукаційних заходах;
- опановувати техніки психологічної стабілізації та профілактики емоційного вигорання;
- формувати навички кризової комунікації;
- дотримуватись етичних норм взаємодії у цифровому просторі.

Важливим компонентом професійного становлення психолога є розвиток рефлексивності. Усвідомлення власних емоційних реакцій, професійних труднощів та особливостей комунікативної поведінки сприяє підвищенню ефективності професійної взаємодії та дотриманню етичних принципів психологічної допомоги.

***Практичні рекомендації
для психологічних служб закладів вищої освіти***

Психологічні служби закладів вищої освіти відіграють важливу роль у психологічному супроводі професійного становлення майбутніх психологів та розвитку їхніх комунікативно-етичних компетентностей.

З метою підвищення рівня сформованості комунікативної етики доцільно:

- організовувати психоедукаційні програми та тренінги з розвитку професійної комунікації;
- проводити заняття з розвитку емпатії, толерантності та емоційної саморегуляції;
- забезпечувати психологічний супровід здобувачів освіти в умовах підвищеного стресу;
- здійснювати профілактику емоційного вигорання;
- організовувати групи психологічної підтримки та супервізійні зустрічі;
- сприяти формуванню психологічно безпечного освітнього середовища;
- проводити просвітницьку діяльність щодо професійної етики психолога.

Особливої актуальності діяльність психологічних служб набуває в умовах воєнного стану, коли професійна підготовка майбутніх психологів потребує посиленого психологічного супроводу та розвитку навичок кризової комунікації.

Таким чином, формування комунікативної етики майбутніх психологів потребує системного та комплексного підходу, який поєднує освітню, практичну і психопрофілактичну діяльність. Реалізація запропонованих рекомендацій сприятиме підвищенню рівня професійної готовності здобувачів освіти, розвитку їхньої психологічної культури та формуванню здатності до етичної професійної взаємодії в умовах сучасних суспільних викликів.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі було запропоновано й обґрунтовано психоедукаційну програму розвитку комунікативної етики майбутніх психологів, зміст якої спрямований на розвиток емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності, професійної рефлексії та навичок етичної професійної взаємодії.

Програма має комплексний характер і поєднує психоедукаційні, тренінгові та рефлексивні методи роботи. Її структура забезпечує поступове формування професійно значущих комунікативно-етичних компетентностей та розвиток психологічної готовності здобувачів освіти до майбутньої професійної діяльності.

На основі результатів дослідження було розроблено практичні рекомендації для викладачів, здобувачів освіти та психологічних служб закладів вищої освіти. Запропоновані рекомендації спрямовані на вдосконалення системи професійної підготовки майбутніх психологів, розвиток їхньої психологічної культури та формування навичок етичної професійної взаємодії.

Практичне значення розробленої програми полягає в можливості її використання в системі професійної підготовки здобувачів освіти спеціальності «Психологія», діяльності психологічних служб закладів вищої освіти, а також у процесі організації психоедукаційної та тренінгової роботи зі студентською молоддю.

Реалізація запропонованої програми сприятиме підвищенню рівня комунікативної етики майбутніх психологів, розвитку професійної стресостійкості та формуванню готовності до ефективної психологічної допомоги в умовах сучасних соціально-психологічних викликів.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне та емпіричне дослідження психологічних детермінант формування комунікативної етики майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Отримані результати дозволили реалізувати поставлену мету та виконати основні завдання дослідження.

Під час теоретичного аналізу наукової літератури встановлено, що комунікативна етика є важливим складником професійної компетентності психолога й виступає системою морально-етичних принципів, норм і професійних установок, які регулюють професійну взаємодію. Визначено, що ефективність професійного спілкування психолога значною мірою залежить від рівня розвитку емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності та рефлексивності. Особливої актуальності проблема формування комунікативної етики набуває в умовах сучасних соціально-психологічних викликів, пов'язаних із воєнним станом, підвищеним рівнем стресу та психоемоційного навантаження.

Емпіричне дослідження проводилося Дослідження проводили на базі: Німеччина, Мюльхаузен Ukrainische Deutsche Vereine Mühlhausen e.v (та її партнерів) серед майбутніх психологів. У дослідженні взяли участь 50 здобувачів освіти віком від 18 до 23 років. Для вивчення психологічних детермінант формування комунікативної етики було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на дослідження рівня емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності та рефлексивності, а також авторську анкету щодо особливостей комунікативної етики майбутніх психологів.

Результати дослідження показали, що в більшості здобувачів освіти переважає середній рівень розвитку досліджуваних характеристик: емпатії – 52 %, емоційного інтелекту – 48 %, комунікативної толерантності – 56 %, рефлексивності – 42 %. Водночас у частини студентів виявлено недостатній

рівень розвитку професійно значущих комунікативно-етичних якостей, що може ускладнювати майбутню професійну діяльність психолога.

Результати авторської анкети засвідчили, що більшість здобувачів освіти усвідомлює значущість комунікативної етики, необхідність дотримання конфіденційності, розвитку емпатії та емоційної саморегуляції. Разом із тим було виявлено труднощі у сфері емоційної саморегуляції, толерантного сприйняття клієнтів і професійної рефлексії, що свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку зазначених якостей у процесі професійної підготовки.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущих позитивних взаємозв'язків між досліджуваними показниками. Найбільш тісний зв'язок встановлено між рівнем емпатії та сформованістю комунікативної етики ($r = 0,62$; $p \leq 0,05$). Також виявлено позитивні взаємозв'язки між емоційним інтелектом та емпатією, комунікативною толерантністю та комунікативною етикою, рефлексивністю та емоційним інтелектом.

Отримані результати підтвердили гіпотезу дослідження про те, що формування комунікативної етики майбутніх психологів зумовлено рівнем розвитку емпатії, емоційного інтелекту, комунікативної толерантності та рефлексивності.

На основі результатів дослідження було розроблено психоедукаційну програму розвитку комунікативної етики майбутніх психологів у формі тренінгово-психоедукаційного курсу. Програма спрямована на розвиток емпатії, емоційної саморегуляції, комунікативної толерантності, рефлексивності та навичок етичної професійної взаємодії.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання результатів дослідження та розробленої програми у професійній підготовці здобувачів освіти-психологів, діяльності психологічних служб закладів вищої освіти, організації психоедукаційної та тренінгової роботи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аверіна К. С. Фактори формування соціальної активності майбутніх фахівців соціономічних професій. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Педагогічні науки*. 2019. Вип. 3. С. 171–182.
2. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб. Харків: НУЦЗУ, 2015. 315 с.
3. Балл Г. О. Гуманістичні засади освіти і психології. *Практична психологія та соціальна робота*. 2001. № 4. С. 1–7.
4. Безкоровайна О. В., Мороз Л. В. Актуальні аспекти комунікативної компетенції здобувачів освіти ВНЗ. *Наукові записки*. 2012. Вип. 25. С. 142–145.
5. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2012. 256 с.
6. Богдан Ж., Серєда Н., Солодовник Т. Формування комунікативної компетентності здобувачів освіти закладів вищої освіти: монографія. Харків: Друкарня Мадрид, 2020. 262 с.
7. Бондарчук О. І. Психологія професійної діяльності психолога: навч. посіб. Київ: Каравела, 2013. 296 с.
8. Бутенко Т. О. Активні методи навчання у формуванні комунікативної компетентності здобувачів освіти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 11. С. 6–9.
9. Василишина Т. В. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2000. 20 с.
10. Галацин К., Хом'як А. Комунікативна культура майбутнього фахівця: монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. 132 с.
11. Галицька М. М. Складові комунікативної компетентності здобувачів освіти вищих навчальних закладів. *Освітологічний дискурс*. 2015. № 2 (10). С. 39–47.
12. Гарькавець С. О., Волченко Л. П. Спілкування в педагогічному

процесі: навч. посіб. Житомир: ТОВ Видавничий дім «Бук-Друк», 2021. 100 с.

13. Гоулман Д. Емоційний інтелект; пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків: Віват, 2018. 512 с.

14. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 388 с.

15. Етичний кодекс психолога України. URL: <https://khutir.osv.org.ua/etichnij-kodeks-psihologa-11-28-42-27-03-2019/> (дата звернення: 09.05.2026).

16. Карамушка Л.М. Психологія управління: навч. посіб. Київ: Міленіум, 2003. 344 с.

17. Кодекс етики психолога. Національна психологічна асоціація. Київ, 2017. 12 с.

18. Кумеда Т. А., Петрова Г. М. Основи професійної етики психолога: метод. рек. Київ: Нац. акад. внутр. справ, 2025. 60 с.

19. Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 272 с.

20. Москалець В. П. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2013. 416 с.

21. Обмін'яна Г. Комунікативна активність здобувачів освіти у вищому навчальному закладі як необхідна умова навчальної та професійної педагогічної діяльності. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2008. № 25. С. 22–27.

22. Овдійчук В. А. Рефлексія як важливий складник критичного мислення та особливості її формування. *Теорія і методика професійної освіти*. 2024. Вип. 67. URL: http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2024/67/part_2/29.pdf (дата звернення: 09.05.2026).

23. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник: у 2 кн. Київ: Либідь, 2004. Кн. 1. 576 с.

24. Пісна Т. М. Комунікативна активність як необхідна умова

формування професійної компетентності майбутніх фахівців. *Наукові записки. Педагогічні науки*. 2019. № 182. С. 219–222.

25. Погоріла С. Г. Комунікативна активність здобувачів освіти як сутність навчальної діяльності. *Сучасні інформаційні та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2008. Вип. 19. С. 444–448.

26. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості: монографія. Київ: Наш час, 2007. 280 с.

27. Проскурняк О. І. Роль активності у формуванні комунікативної діяльності особистості. *Наука і освіта*. 2011. № 10. С. 54–57.

28. Рикун А. А. Індивідуальний стиль спілкування як основа фахового становлення майбутнього психолога. *Наукові записки. Психологія і педагогіка*. 2013. Вип. 24. С. 104–108.

29. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2020. 344 с.

30. Смук О. Т. Психологія професійного спілкування: метод. вказівки. Ужгород, 2021.

31. Титаренко Т. М. Як допомогти особистості в період переходу від війни до миру: соціальнопсихологічний супровід: практичний посібник. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2022. 154 с.

32. Удалова О. Формування комунікативних умінь здобувачів освіти у процесі професійної підготовки. *Нові технології навчання*. 2020. Вип. 94. С. 326–331.

33. Філософський енциклопедичний словник; за ред. В. І. Шинкарука. Київ: Абрис, 2002. 742 с.

34. American Psychological Association. Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct [Електронний ресурс]. URL: <https://www.apa.org/ethics/code> (дата звернення: 09.05.2026).

35. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Boston: Cengage Learning, 2017. 560 p.

36. Decety J., Jackson P. L. The functional architecture of empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*. 2004. Vol. 3 (2). P. 71–100. URL: [researchgate.net](https://www.researchgate.net) (дата звернення: 09.05.2026).
37. Egan G. *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping*. Boston: Cengage Learning, 2014.
38. Goleman D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books, 1995. 352 p.
39. Hobfoll S. E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44 (3). P. 513–524.
40. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15 (3). P. 197–215.
41. Rogers C. R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
42. Rogers C. R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*. 1957. Vol. 21. № 2. P. 95–103.
43. Schön D. A. *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. New York: Basic Books, 1983. 374 p.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика. Діагностика рівня емпатійних здібностей

(адаптація Л. Журавльової)

Мета дослідження: дослідження виявів емпатії – здатності особистості співпереживати проблемам інших людей.

Інструкція для учасників дослідження

Дайте відповідь (+) або (–) на пропоновані питання

1. Я маю звичку уважно вивчати обличчя і поведінку людей, щоб зрозуміти їхній характер, схильності, здібності.
2. Якщо оточення виявляє ознаки нервозності я, зазвичай, залишаюсь спокійним.
3. Я більше довіряю доказам свого розуму, ніж інтуїції.
4. Я вважаю цілком доречним для себе цікавитися домашніми проблемами своїх співробітників.
5. Я можу легко увійти в довіру до людини, коли в цьому виникає потреба.
6. Зазвичай, я з першої ж зустрічі вгадую «споріднену душу» в новій людині.
7. Я з цікавості, як правило, розпочинаю розмову про життя, роботу, політику з випадковими попутниками у потязі, літаку.
8. Я втрачаю душевну рівновагу, якщо оточуючі чимось пригнічені.
9. Моя інтуїція – надійніший спосіб розуміння оточуючих, ніж знання чи досвід.
10. Виявляти цікавість до внутрішнього світу іншої особистості – нетактовно.
11. Своїми словами я часто ображаю близьких мені людей, не помічаючи цього.
12. Я легко можу уявити себе якоюсь твариною, відчуті її звички і стани.

13. Я майже не розмірковую над причинами вчинків людей, які мають до мене безпосереднє відношення.
14. Я рідко приймаю до серця проблеми своїх друзів.
15. Як правило, за кілька днів я відчуваю: щось повинно трапитися з близькою мені людиною, і очікування збуваються.
16. Спілкуючись з діловими партнерами, я зазвичай, намагаюсь уникати розмов про особисте.
17. Іноді рідні дорікають мені за черствість, неувагу до них.
18. Мені легко вдається скопіювати інтонацію, міміку людей, наслідуючи їх.
19. Мій зацікавлений погляд часто бентежить нових партнерів.
20. Чужий сміх, зазвичай, передається і мені.
21. Часто, діючи навмання, я все ж таки знаходжу правильний підхід до людини.
22. Плакати від щастя – дурниця.
23. Я здатен цілком злитися з близькою для мене людиною, ніби розчинитися в ній.
24. Мені рідко зустрічалися люди, яких би я розумів без зайвих слів.
25. Я мимоволі чи з цікавості часто підслуховую розмови сторонніх людей.
26. Я можу залишатися спокійним, навіть якщо всі навколо мене хвилюються.
27. Мені значно легше підсвідомо відчувати сутність людини, ніж зрозуміти її, «розклавши на полицьки».
28. Я спокійно ставлюся до дрібних неприємностей, які трапляються в когось із членів сім'ї.
29. Мені було б складно щиро і довірливо вести бесіду з настороженою, замкнутою людиною.
30. У мене творча натура – поетична, художня, артистична.
31. Я без особливої цікавості вислуховую сповіді нових знайомих.

32. Я засмучуюсь, якщо бачу людину в сльозах.

33. Моє мислення більше відрізняється конкретністю, строгістю, послідовністю, ніж інтуїцією.

34. Коли друзі починають говорити про свої неприємності, я волію перевести розмову на іншу тему.

35. Якщо я бачу, що у когось з рідних погано на душі, то, ж правило, стримуюсь від розпитувань.

36. Мені складно зрозуміти, чому дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.

Обробка даних

Підраховується кількість правильних відповідей (відповіді до «ключа») за кожною шкалою, а потім визначається сума:

1. Раціональний канал емпатії: + 1, + 7, -13, + 19, +25, -31;
2. Емоційний канал емпатії: -2, +8, -14, +20, -26, +32;
3. Інтуїтивний канал емпатії: -3, +9, +15, +21, +27, -33;
4. Установки, які сприяють емпатії: +4, -10, -16, -22, -28, -34;
5. Здатність до емпатії: + 5, -11, -17, -23, -29, -35,
6. Ідентифікація в емпатії: +6, +12, +18, -24, + 30, -36.

Інтерпретація результатів

Аналізуються показники окремих шкал і загальна сумарна оцінка рівня емпатії. Оцінки на кожній шкалі можуть варіюватися від 0 до 6 балів і вказувати на значущість конкретного параметру в структурі емпатії.

Раціональний канал емпатії. Характеризує спрямованість уваги, сприйняття і мислення емпатуючого на суть будь-якої іншої людини – її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до іншої людини, який відкриває «шлюзи» емоційного та інтуїтивного її відображення. У раціональному компоненті емпатії не слід шукати логіку чи мотивацію інтересу до іншого. Людина привертає увагу своєю буттєвістю, що дає змогу емпатуючому неупереджено виявляти її суть.

Емоційний канал емпатії. Фіксується здатність емпатуючого входити до емоційного резонансу з оточуючими – співпереживати, брати співучасть. Емоційна чутливість у цьому разі стає засобом «входження» до енергетичного поля партнера. Зрозуміти його внутрішній світ, прогнозувати його поведінку і ефективно впливати можливо тільки за умови енергетичного підстроювання. Співучасть і співпереживання виконують роль зв'язки, провідника від емпатуючого до емпатованого і навпаки.

Інтуїтивний канал емпатії. Бальна оцінка свідчить про здатність респондента бачити поведінку партнерів, діяти в умовах дефіциту вихідної інформації про них, спираючись на досвід підсвідомості. На рівні інтуїції замикаються і узагальнюються різноманітні дані про партнерів. Інтуїція, слід вважати, менше залежить від оцінювальних стереотипів, ніж усвідомлене сприйняття партнерів.

Установки, які сприяють чи перешкоджають емпатії, відповідно полегшують чи, навпаки, утруднюють дію всіх емпатичних каналів. Ефективність емпатії, мабуть, знижується, якщо людина намагається уникнути особистих контактів, вважає недоречним виявити цікавість до іншої особистості, переконати себе спокійно ставитися до переживань і проблем оточуючих. Такі умонастрої різко обмежують діапазон емоційної чутливості й емпатичного сприйняття. Навпаки, різноманітні канали емпатії діють активніше і надійніше, якщо з боку установок особистості немає перешкод.

Проникна здатність в емпатії розцінюється як важлива комунікативна ознака людини, яка дає змогу створювати атмосферу відкритості, сердечності, щирості. Кожний із нас своєю поведінкою і ставленням до партнерів сприяє інформаційно-енергетичному обміну чи перешкоджає йому. Розслаблення партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, штучності, підозри перешкоджає вираженню і емпатичному розумінню.

Ідентифікація – ще одна необхідна умова успішної емпатії. Це вміння зрозуміти іншого на основі співпереживань, постановки себе на місце

партнера. В основі ідентифікації – легкість, рухливість і гнучкість емоцій, здатність до наслідувань.

Шкальні оцінки виконують допоміжну роль в інтерпретації основного показника рівня емпатії. Сумарний показник теоретично може змінюватися в межах від 0 до 36 балів. За наявними попередніми даними, можна вважати: 30 балів і вище надзвичайно високий рівень емпатії; 29–22 середній; 21–15 – заниженні; менше за 14 балів – дуже низький.

ДОДАТОК Б

Тест емоційного інтелекту Ніколаса Холла

Методика Ніколаса Холла призначена для визначення рівня розвитку емоційного інтелекту та його окремих компонентів.

Шкали методики

1. Емоційна обізнаність
2. Управління власними емоціями
3. Самомотивація
4. Емпатія
5. Розпізнавання емоцій інших людей

Інструкція

Прочитайте наведені твердження та оцініть ступінь вашої згоди з кожним із них за шкалою:

- 3 – повністю не згоден(на)
- 2 – значною мірою не згоден(на)
- 1 – частково не згоден(на)
- +1 – частково згоден(на)
- +2 – переважно згоден(на)
- +3 – повністю згоден(на)

Текст опитувальника

№	Твердження	Відповідь
1	Для мене як негативні, так і позитивні емоції є джерелом знань про життя.	
2	Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що потрібно змінити в житті.	
3	Я спокійно реагую на емоційний тиск.	
4	Я здатний(на) спостерігати зміни своїх почуттів.	
5	Коли необхідно, я можу бути спокійним(ою) та зосередженим(ою).	
6	Я можу викликати в себе потрібний емоційний стан.	

7	Я контролюю свої емоції.	
8	Я легко звільняюся від негативних переживань.	
9	Я здатний(на) зрозуміти емоції інших людей.	
10	Я можу поставити себе на місце іншої людини.	
11	Я уважний(на) до переживань інших.	
12	Люди часто довіряють мені свої почуття.	
13	Я можу змусити себе діяти навіть тоді, коли не хочеться.	
14	Я прагну досягати своїх цілей.	
15	Я не здаюся після невдач.	
16	Я вмію підтримувати в собі оптимістичний настрій.	
17	Я добре усвідомлюю свої почуття.	
18	Я здатний(на) стримувати імпульсивні реакції.	
19	Я можу точно описати свої емоції.	
20	Я розумію емоції людей без слів.	
21	Я співпереживаю іншим людям.	
22	Я можу мотивувати себе до діяльності.	
23	Я намагаюся знаходити позитив у складних ситуаціях.	
24	Я можу впливати на емоційний стан інших людей.	
25	Я легко встановлюю емоційний контакт.	
26	Я здатний(на) покращити настрій іншої людини.	
27	Я можу підтримати людину у стресовій ситуації.	
28	Я добре відчуваю емоційну атмосферу спілкування.	
29	Люди звертаються до мене за емоційною підтримкою.	
30	Я вмію керувати власним емоційним станом.	

Ключ до методики

Емоційна обізнаність: 1, 2, 4, 17, 19

Управління власними емоціями: 3, 5, 6, 7, 8, 18, 30

Самотивація: 13, 14, 15, 16, 22, 23

Емпатія: 9, 10, 11, 20, 21

Розпізнавання емоцій інших людей: 12, 24, 25, 26, 27, 28, 29

Обробка та інтерпретація результатів

Рівні парціального емоційного інтелекту відповідно до знаку результатів: 14 і більше – високий; 8–13 – середній; 7 і менше – низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінантного знаку визначається за такими кількісними показниками: 70 і більше – високий; 40–69 – середній; 39 і менше – низький.

Високі показники свідчать про розвинений емоційний інтелект, здатність усвідомлювати власні емоції, керувати ними, розуміти емоції інших людей та ефективно взаємодіяти у спілкуванні.

Низькі показники можуть вказувати на труднощі в емоційному самоконтролі, недостатню емпатію або проблеми з емоційною саморегуляцією.

ДОДАТОК В

Методика комунікативної толерантності

(адаптація Л. Орбан-Лембрик)

Інструкція для організаторів дослідження

Ця методика дозволяє визначити загальний рівень комунікативної толерантності та рівні толерантності за окремими показниками – неприйняття індивідуальності іншого, використання себе як еталона, нетерпимість до особистісного дискомфорту партнера по спілкуванню тощо.

Інструкція для учасників дослідження

Як же дізнатися до якої міри Ви можете проявляти терпимість до інших? Про це свідчать певні поведінкові ознаки та розумові налаштування.

Текст опитувальника

Про низький рівень загальної комунікативної толерантності свідчать такі особливості поведінки:

1. Ви не вмієте або не хочете розуміти або приймати індивідуальність інших людей.

Індивідуальність іншого – це перш за все те, що створює особливе в ньому: дане природою, виховане, засвоєне в середовищі буття. Міра невідповідності особистісних підструктур партнерів створює відмінності їх індивідуальностей.

Перевірте себе: наскільки Ви здатні приймати чи не приймати індивідуальність людей, яких Ви зустрічаєте. Нижче наведені твердження, скористайтесь оцінками від 0 до 3 балів, щоб переконатися, наскільки вони є правильними особисто для Вас:

0 балів – зовсім неправильно;

1 бал – правильно до певної міри;

2 бали – правильно значною мірою;

3 бали – правильно вищою мірою.

Закінчивши оцінку тверджень, підрахуйте суму отриманих балів, але будьте відвертими.

№	Твердження	Бали
1.	Повільні люди зазвичай викликають у мене стан нервового збудження.	
2.	Мене дратують метушливі, непосидючі люди.	
3.	Галасливі дитячі ігри витерплюю важко.	
4.	Оригінальні, нестандартні, яскраві особистості найчастіше впливають на мене негативно.	
5.	Бездоганна у всьому людина насторожила би мене.	
ВСЬОГО:		

2. Оцінюючи поведінку, спосіб думати чи окремі характеристики людей, Ви розглядаєте як еталон самого себе.

Таким чином, Ви відмовляєте партнерові мати право на індивідуальність і, «втискаєте» його, мов у прокрустове ложе, у ту чи ту підструктуру своєї особистості. До того ж у прямому чи завуальованому вигляді Ви вважаєте себе «істиною в останній інстанції», оцінюєте партнера, керуючись власними звичками, настановами та настроями.

Перевірте себе: чи немає у Вас тенденції оцінювати людей, керуючись особистим «Я». Ступінь згоди із твердженням, як і в попередньому випадку, проставте в балах від 0 до 3:

- 1) Мене зазвичай примушує нервувати нетямущий співробітник.
- 2) Мене дратують любителі побалакати.
- 3) Для мене було б обтяжливим спілкування з байдужим мені попутником у потязі, літаку, якщо б він проявив ініціативу.
- 4) Для мене було б обтяжливим спілкування з випадковим попутником, який поступається мені за рівнем знань і культури.
- 5) Мені складно знайти спільну мову з партнерами іншого інтелектуального рівня, ніж я.
- 6) Ви категоричні чи консервативні в оцінці людей.

У такий спосіб Ви регламентуєте прояв індивідуальності партнерів та вимагаєте від них бажаної одноманітності, яка відповідає Вашому

внутрішньому світові – усталеним цінностям і смакам.

Перевірте себе: наскільки категоричні чи консервативні Ваші оцінки на адресу оточення (ступінь згоди з твердженнями оцінюйте від 0 до 3 балів):

1) Сучасна молодь справляє неприємне враження своїм зовнішнім виглядом (зачіски, косметика, одяг).

2) Так звані «нові рускі» зазвичай справляють неприємне враження безкультур'ям.

3) Представники деяких національностей у моєму оточенні викликають в мене антипатію.

4) Є тип чоловіків (жінок), котрих я дуже не люблю.

5) Терпіти не можу партнерів з низьким професійним рівнем.

4. Ви не вмієте приховувати чи бодай згладжувати неприємні почуття, які виникають при зіткненні з некоммунікбельними якостями у партнерів.

Якості особистості партнера, які визначають позитивний емоційний фон спілкування з ним, назвемо коммунікбельними, а якості партнера, що викликають негативне ставлення до нього – некоммунікбельними. Людина з загальним низьким рівнем коммунікативної толерантності зазвичай демонструє некеровані негативні реакції у відповідь на некоммунікбельні якості партнера. Неприйняття в іншому найчастіше викликають некоммунікбельні типи особистості, її некоммунікбельні риси і манери спілкування.

Перевірте себе: наскільки Ви вмієте приховувати або згладжувати неприємне враження при зіткненні з некоммунікбельними рисами інших людей (ступінь згоди з твердженнями оцінюйте від 0 до 3 балів):

1) Уважаю, що на грубість треба відповідати тим же.

2) Мені складно не зважати, якщо людина мені чимось неприємна.

3) Мене дратують люди, які під час сварки обстоюють лише свою позицію.

4) Мені не подобаються самовпевнені люди.

5) Зазвичай мені складно утриматися від зауваження на адресу злісної або знервованої людини, яка штовхається в транспорті.

5. Ви прагнете переробити, перевиховати свого партнера.

Власне, Ви беретеся за непосильне завдання – можливість змінити ту чи ту підструктуру особистості, оновити, підремонтувати або замінити її елементи. Спроби перевиховувати партнера проявляються в жорсткій чи пом'якшеній формі, але в будь-якому разі вони натрапляють на його опір. Жорстка форма типова, наприклад, для звички читати мораль, повчати, докоряти в порушенні правил етики. Пом'якшена зводиться до вимог додержуватися правил поведінки і співпраці, до зауважень із різних причин.

Перевірте себе: чи є у Вас схильність переробляти і перевиховувати партнера (оцінка тверджень від 0 до 3):

- 1) Я маю звичку повчати оточуючих.
- 2) Невиховані люди обурюють мене.
- 3) Я часто зупиняю свою увагу на тому, що намагаюся виховувати когось.
- 4) Я за звичкою постійно роблю комусь зауваження.
- 5) Я люблю командувати близькими.
6. Вам хочеться підлаштовувати партнера під себе, зробити його зручним.

У цьому випадку Ви ніби «обтесуєте» ті чи ті якості партнера, намагаючись регламентувати його дії або домогтися схожості з собою, наполягаєте на прийнятті вашого погляду і Ви враховуєте свої обставини та ін.

Перевірте себе: наскільки Ви схильні підлаштовувати партнерів під себе, робити їх зручними (оцінка тверджень від 0 до 3 балів):

- 1) Мене дратують люди похилого віку, коли в години пік їх можна зустріти в міському транспорті чи магазині.
- 2) Проживати в номері готелю зі сторонньою людиною для мене – це просто тортури.
- 3) Коли партнер не згодний у чомусь із моєю правильною позицією, то зазвичай це мене дратує.
- 4) Я проявляю нетерпимість, коли мені заперечують.

5) Мене дратує, коли партнер робить щось, не так, як мені хочеться.

7. Ви не вмієте пробачати іншим їхні помилки, незграбність, неприємності, які партнер вчинив вам неумисне.

Це означає, що Ваша свідомість «застрягала» на відмінностях між особистісними підструктурами – Вашою та партнера. Таким є джерело взаємних образ, прагнення ускладнити стосунки з партнером, надавати особливого неприємного змісту його діям та словам.

Перевірте себе: чи притаманна Вам така тенденція поведінки (оцінка тверджень від 0 до 3 балів):

- 1) Зазвичай я сподіваюсь, що мої кривдники отримають по заслугах.
- 2) Мені часто дорікають тим, що я буркотливий.
- 3) Я довго пам'ятаю образи, завдані мені тими, кого я ціную і поважаю.
- 4) Не можна пробачати співробітникам нетактовні жарти.
- 5) Якщо діловий партнер ненароком зачепить моє самолюбство, я все

одно на нього ображуся.

8. Ви нетерпимі до фізичного чи психічного дискомфорту, у якому опинився партнер.

Таке спостерігається в тих випадках, коли партнерові зле, він постійно скаржиться, поводить примхливо, нервує, шукає співучасті та співпереживання. Людина з низьким, рівнем комунікативної толерантності – душевно черства, і тому або не помічає подібних станів, або вони її дратують, або щонайменше викликають осуд. При цьому така людина ігнорує те, що сама теж перебувала в дискомфортному стані і, як правило, розраховує на розуміння і підтримку оточення.

Перевірте себе: наскільки Ви можете миритися з дискомфортними станами оточення (оцінка тверджень від 0 до 3 балів):

- 1) Я засуджую людей, які плачуться «в чужу жилетку».
- 2) Внутрішньо я не схвалюю колег (приятелів), які за будь-якого зручного випадку розповідають про свої недуги.
- 3) Я намагаюся уникати розмови, коли хтось починає скаржитися на

своє сімейне життя.

4) Зазвичай я без особливої уваги вислуховую сповіді друзів.

5) Мені інколи хочеться розізлити кого-небудь з рідних або друзів.

9. Ви погано пристосовуєтеся до характерів, звичок, настанов або домагань інших.

Ця обставина вказує на те, що адаптація до самого себе для Вас є функціонально важливішою і досягається простіше, ніж адаптація до партнерів. І Ви намагатиметеся змінити та переробити перш за все партнера, а не себе – для декого це непохитне кредо. Однак взаємне існування передбачає адаптаційні вміння з обох сторін.

Перевірте себе: які Ваші адаптивні здібності у взаємодії з людьми (оцінка тверджень від 0 до 3 балів):

1) Як правило, мені складно піти па поступки партнерам.

2) Мені складно знайти порозумітися з людьми, у яких поганий характер.

3) Зазвичай я складно пристосовуюсь до нових партнерів по спільній роботі.

4) Я утримуюсь підтримувати стосунки з дещо дивними людьми.

5) Найчастіше я принципово наполягаю на своєму, навіть якщо розумію, що партнер має рацію.

Обробка та інтерпретація результатів

Ви ознайомилися з деякими поведінковими ознаками, які свідчать про низький рівень загальної комунікативної толерантності, що супроводжується негативними емоціями. Підсумуйте бали, отримані за всіма ознаками і зробіть висновок: чим більше балів, тим нижчий рівень комунікативної толерантності.

Максимальна кількість балів, яку можна одержати, – 135, що свідчить про абсолютну нетерпимість до оточення, а це навряд чи можливо для нормальної особистості. І також неймовірно одержати нуль балів – свідчення терпимості особистості до всіх типів партнерів за будь-яких ситуацій.

Зверніть увагу на те, за якими з дев'яти запропонованих поведінкових

ознак у Вас високі сумарні оцінки – тут можливий інтервал від 0 до 15 балів. Чим більше балів за конкретною ознакою, тим менше Ви терпимі до людей стосовно цього аспекту стосунків з ними.

І навпаки, чим менші Ваші показники стосовно тієї чи тієї поведінкової ознаки, тим вищий рівень загальної комунікативної толерантності за цим аспектом стосунків.

Звісно, отримані результати допомагають виявити лише основні тенденції, притаманні нашим взаєминам із партнерами. У реальному, живому спілкуванні особистість проявляється яскравіше і різноманітніше.

ДОДАТОК Г

Методика діагностики рефлексивності

(адаптація І. Галяна)

Інструкція. Вам необхідно дати відповіді на кілька тверджень опитувальника. У бланку відповідей навпроти номера питання поставте, будь ласка, цифру, що збігається з варіантом вашої відповіді: 1 – абсолютно неправильно; 2 – неправильно; 3 – швидше так; 4 – не знаю; 5 – швидше правильно; 6 – правильно; 7 – абсолютно правильно. Не хвилюйтеся, працюючи над відповідями. Пам'ятайте, що правильних чи неправильних відповідей у цьому випадку бути не може.

Текст опитувальника

1. Прочитавши хорошу книгу, я потім завжди довго думаю про неї; хочеться її з ким-небудь обговорити.
2. Коли мене раптом несподівано про щось запитують, я можу відповісти перше, що спало на думку.
3. Перш ніж зателефонувати у справі, я зазвичай подумки планую майбутню розмову.
4. Зробивши якийсь промах, я довго потім не можу відволіктися від думок про нього.
5. Коли я розмірковую над чимось або розмовляю з іншою людиною, мені буває цікаво раптом згадати, що стало початком ланцюжка думок.
6. Розпочинаючи роботу над складним завданням, я намагаюся не думати про майбутні труднощі.
7. Головне для мене – уявити кінцеву мету своєї діяльності, а деталі мають другорядне значення.
8. Буває, що я не можу зрозуміти, чому будь-хто незадоволений мною.
9. Я часто ставлю себе на місце іншої людини.
10. Для мене важливо в деталях уявляти собі перебіг майбутньої роботи.
11. Мені було б складно написати серйозний лист, якби я заздалегідь не

склав план.

12. Я надаю перевагу діяти, а не розмірковувати над причинами своїх невдач.

13. Я досить легко приймаю рішення щодо дорогої покупки.

14. Як правило, коли я щось задумав, я прокручую в голові свої задуми, уточнюючи деталі, розглядаючи всі варіанти.

15. Я турбуюся про своє майбутнє.

16. Думаю, що в більшості ситуацій треба діяти швидко, керуючись першим, що спало на думку.

17. Часом я приймаю необдумані рішення.

18. Закінчивши розмову, я, буває, продовжую вести її подумки, наводячи все нові і нові аргументи на захист своїх поглядів.

19. Якщо відбувається конфлікт, то, розмірковуючи над тим, хто в ньому винен, я в першу чергу починаю з себе.

20. Перш ніж прийняти рішення, я завжди намагаюся все ретельно обмірковувати і зважити.

21. У мене бувають конфлікти від того, що я часом не можу передбачити, якої поведінки чекають від мене оточуючі.

22. Буває, що, обмірковуючи діалог з іншою людиною, я подумки розмовляю з нею.

23. Я намагаюся не замислюватися над тим, які думки і почуття викликають в інших людей мої слова і вчинки.

24. Перш ніж зробити зауваження іншій людині, я обов'язково подумаю, якими словами це краще зробити, щоб її не образити.

25. Виконуючи складне завдання, я думаю над ним навіть тоді, коли займаюся іншими справами.

26. Якщо я з кимось сварюся, то в більшості випадків не вважаю себе винним.

27. Рідко буває так, що я шкодую про сказане.

Обробка. Із цих 27 тверджень 15 є прямими (номери питань: 1, 3, 4, 5, 9, 10,

11, 14, 15, 18, 19, 20, 22, 24, 25), а решта 12 – зворотні твердження. Це необхідно враховувати під час опрацювання результатів, коли для отримання підсумкового балу підсумовуються в прямих питаннях цифри, що збігаються з відповідями випробовуваних, а в зворотних – значення, замінені на ті, що виходять при інверсії шкали відповідей.

Переклад тестових балів у Стени

стени	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
бали від	80	81	101	108	114	123	131	140	148	157	172
і до	і нижче	100	107	113	122	130	139	147	156	171	вище

Під час інтерпретації результатів доцільно враховувати диференціацію досліджуваних на три категорії: результати, які дорівнюють 7 стенам або більші за 7 стенів, свідчать про високий рівень розвитку рефлексивності; результати в діапазоні від 4 до 7 стенів – індикатори середнього рівня рефлексивності; показники менші за 4 стени свідчать про низький рівень розвитку рефлексивності.

ДОДАТОК Д

Авторська анкета**«Особливості комунікативної етики майбутнього психолога»**

Інструкція: оберіть один або кілька варіантів відповіді або дайте розгорнуту відповідь.

Когнітивний блок

1. Як Ви розумієте поняття «комунікативна етика» у професійній діяльності психолога?

2. Чи вважаєте Ви комунікативну етику необхідним складником професійної компетентності психолога? (так/ні/частково, поясніть)

Емоційно-ціннісний блок

3. Наскільки важливою для Вас є емпатія у професійному спілкуванні психолога?

4. Чи вважаєте Ви конфіденційність обов'язковим принципом роботи психолога?

5. Як Ви ставитеся до необхідності толерантного сприйняття клієнтів із різними поглядами?

Поведінковий блок

6. Чи виникали у Вас труднощі у спілкуванні з людьми з відмінними цінностями або переконаннями?

7. Як Ви зазвичай реагуєте в конфліктних ситуаціях у спілкуванні?

8. Чи вважаєте Ви себе готовими до етично відповідальної професійної взаємодії?

Рефлексивний блок

9. Чи здатні Ви аналізувати власні помилки у спілкуванні?

10. Чи замислюєтеся Ви над власною комунікативною поведінкою в навчальному процесі?

11. Як Ви оцінюєте рівень власної комунікативної культури?

Соціально-психологічний блок

12. Чи впливають сучасні стресові умови (війна, невизначеність) на Ваш

стиль спілкування?

13. Чи відчуваєте Ви емоційне виснаження під час навчального або міжособистісного спілкування?

14. Які труднощі у професійному спілкуванні Ви вважаєте найбільш актуальними сьогодні?

15. Що, на Вашу думку, найбільше допомагає психологові зберігати етичність у складних умовах?

ДОДАТОК Е

**Зміст занять психоедукаційної програми
«Етична професійна комунікація психолога»**

Заняття 1. Професійна етика психолога

Мета: формування базового уявлення про професійну етику психолога та усвідомлення її значення у професійній діяльності.

Теоретичний зміст:

- поняття професійної етики психолога;
- етичний кодекс психолога (основні принципи);
- принципи: конфіденційність, компетентність, відповідальність, безоціночність;
- роль етики в роботі з клієнтами в кризових умовах (стрес, травма, війна).

Практична частина:

- аналіз етичних дилем («Що робити психологу у складній ситуації?»);
- вправа «Етичне чи неетичне?»;
- групова дискусія «Межі професійної відповідальності».

Рефлексія:

Що для мене означає «етичний психолог»?

Чи завжди етика збігається з особистими цінностями?

Очікуваний результат: формування усвідомлення етичних норм як основи професійної діяльності психолога.

Заняття 2. Розвиток емпатії

Мета: розвиток здатності до емоційного розуміння іншої людини та формування емпатійної позиції.

Теоретичний зміст:

- поняття емпатії (когнітивна, емоційна, поведінкова);
- емпатія як професійна компетентність психолога;
- бар'єри емпатії (стереотипи, емоційне вигорання, захисні механізми).

Практична частина:

- вправа «Я відчуваю тебе»;
- вправа «Дзеркало»;
- рольова гра «Психолог – клієнт».

Рефлексія:

Що мені заважає бути емпатійним?

Чи завжди потрібно «відчувати разом» із клієнтом?

Очікуваний результат: підвищення рівня емпатійного розуміння та розвиток емоційної чутливості.

Заняття 3. Активне слухання як основа професійної комунікації

Мета: формування навичок ефективного професійного слухання клієнта.

Теоретичний зміст:

- поняття активного слухання;
- техніки активного слухання: уточнення, перефразування, віддзеркалення;
- невербальна комунікація у професійній взаємодії.

Практична частина:

- вправа «Перефразуй правильно»;
- вправа «Слухати без оцінки»;
- тренування невербальної уваги.

Рефлексія:

Чи вмію я справді слухати, а не лише чути?

Які мої типові помилки у спілкуванні?

Очікуваний результат: розвиток навичок активного, безоцінного професійного слухання.

Заняття 4. Емоційна саморегуляція психолога

Мета: формування навичок керування власними емоційними станами у професійній діяльності.

Теоретичний зміст:

- емоційна саморегуляція та її роль у професії психолога;

- стрес і професійне вигорання;
- когнітивно-поведінкові механізми регуляції емоцій.

Практична частина:

- дихальні техніки («4–7–8»);
- вправа «Емоційний щоденник»;
- когнітивна переоцінка складних ситуацій;
- техніка «стоп-думка».

Рефлексія:

Як я реаую у стресових ситуаціях?

Чи впливають мої емоції на професійну поведінку?

Очікуваний результат: підвищення рівня емоційної стабільності та самоконтролю.

Заняття 5. Конфліктологія у професійній комунікації

Мета: формування навичок конструктивної поведінки в конфліктних ситуаціях.

Теоретичний зміст:

- природа конфліктів у психологічній практиці;
- стилі поведінки у конфлікті;
- техніки деескалації напруження.

Практична частина:

- рольова гра «Конфлікт психолог – клієнт»;
- аналіз конфліктних кейсів;
- вправа «Я-повідомлення».

Рефлексія:

Який мій стиль поведінки в конфлікті?

Чи можу я зберігати професійну позицію в напрузі?

Очікуваний результат: формування навичок конструктивної комунікативної поведінки в конфліктних ситуаціях.

Заняття 6. Етична професійна взаємодія психолога

Мета: інтеграція всіх попередніх компонентів у цілісну модель етичної професійної поведінки.

Теоретичний зміст:

- етичні дилеми у психологічній практиці;
- межі професійної взаємодії;
- відповідальність психолога за клієнта;
- професійна ідентичність психолога.

Практична частина:

- аналіз складних професійних ситуацій;
- групове обговорення етичних дилем;
- вправа «Моя професійна позиція».

Рефлексія:

Яким психологом я хочу бути?

Де межа між особистим і професійним?

Очікуваний результат: формування цілісної етичної професійної позиції майбутнього психолога.

Загальна логіка програми. ЕМПАТІЯ → АКТИВНЕ СЛУХАННЯ → ЕМОЦІЙНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ → ТОЛЕРАНТНІСТЬ → РЕФЛЕКСІЯ → ЕТИЧНА ПОВЕДІНКА

Підсумковий ефект програми

Після проходження психоедукаційного курсу у здобувачів освіти очікується:

- підвищення рівня емпатії;
- розвиток емоційної саморегуляції;
- зростання комунікативної толерантності;
- формування професійної рефлексії;
- інтеграція етичних норм у професійну поведінку.