

Ольга ШАЮК, Марія ПІДГУРСЬКА, Ярослав ШАЮК

БЕЗУМОВНЕ ОСОБИСТІСНЕ САМОПРИЙНЯТТЯ ЯК ГУМАНІСТИЧНА РИСА ПСИХОЛОГА

Olha SHAYUK, Mariia PIDHURSKA, Yaroslav SHAYUK
**UNCONDITIONAL PERSONAL SELF-ACCEPTANCE
AS A HUMANISTIC TRAIT OF A PSYCHOLOGIST**

DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2023.02.221>

УДК: 159.923.2

Актуальність і проблемне поле дослідження. Проблема визначення особливостей формування особистості майбутнього психолога перебуває у процесі невпинного пошуку способів адекватного вирішення. Окремі бачення діяльності психологів, вимог до їхніх особистісних рис подані в роботах зарубіжних та вітчизняних учених, де аргументовано доведено, що основним інструментом, за допомогою якого психолог чинить професійний вплив на клієнта, є його *особистість*, яка володіє гуманістичними якостями. Той психолог, серед особистісних та професійних характеристик якого вагоме місце займає гуманістична складова, може надати ефективну кваліфіковану фахову допомогу особі, котра потребує підтримки, емпатії, розуміння. Йдеться про докорінно оновлену практику творення стосунків із клієнтом, психологічними умовами гармонізації яких є безоцінкове позитивне прийняття психологом себе та іншого, їхнє емпатійне порозуміння й особистісне конгруентне самовираження (див. [6; 7; 18; 24]). Тому психолог має бути зрілою, автентичною, самоактуалізованою особистістю, котра усвідомлює і визнає самоцінність окремої людини, її права на розвиток та благополуччя, та першочергово усвідомлює і приймає себе без будь яких умов, відчуває себе цінною й гідною незалежно від зовнішніх обставин. Такі особистісні характеристики психолога повинні діяти в ролі безпосередніх показників його фахової

зрілості, професійного розвитку, а процес навчання – створювати умови для їхнього формування. Відтак значимість особистісного розвитку майбутніх психологів та осмислення сформульованої проблеми зумовили вибір теми чинного дослідження: «**Безумовне самоприйняття як чинник розвитку гуманістичних рис особистості майбутнього психолога**» і визначають його теоретичну і практичну важливість.

Мета дослідження: обґрунтування впливу безумовного самоприйняття як психоекзистенційної детермінанти на розвиток гуманістичних якостей особистості майбутніх психологів.

Об'єктом вивчення є психологічні закономірності та особливості розвитку гуманістичних рис-якостей майбутніх психологів.

Предмет дослідження: безумовне особистісне самоприйняття як самісна гуманістична риса психолога-професіонала.

Відповідно до мети та предмету сформульовані такі **завдання**:

1. Здійснити проблемно-методологічне висвітлення актуального поля вивчення особистісних рис-якостей майбутніх психологів.

2. Концептуалізувати безумовне самоприйняття як чинник розвитку гуманістичних аспектів особистості майбутніх психологів у контексті її самоактуалізації.

3. Експериментальним шляхом підтвердити дію внутрішніх умов безумовного самоприйняття на розвиток гуманістичних рис-якостей особистості майбутніх психологів.

Методологічною основою пошуку є екзистенційно-гуманістичний і вчинковий підходи та гуманістичні концепції у психології; принципи психосвідомісного розвитку і саморозвитку особи; теоретична модель особистісного прийняття людини людиною А.В. Фурмана. Для вирішення поставлених завдань застосовувався **комплекс методів** психологічного дослідження: проблемно зорієнтований аналіз, що дозволив сформулювати вихідні положення дослідження; поняттєво-термінологічний аналіз психологічної літератури, що застосовувався для опису категорійного проблемного поля; системний підхід, покладений у засновок цілісного розгляду проблеми; емпіричний та математичний методи для проведення експериментально-дослідної роботи.

Найбільш суттєві результати та їхня **наукова новизна**: 1. Виявлено, що гуманістичні риси-якості особистості актуалізують психоекзистенційні умови, які ситуаційно спричиняють власне внутрішнє самоприйняття особи поряд з емпатійністю та конгруентністю. 2. Доведено, що самоприйняття є важливим чинником розвитку гуманістичних рис-якостей особистості майбутніх психологів і характеризується як визнання себе, ставлення до себе як особистості, гідної поваги, здатної до самостійного вибору, прийняття себе в цілому, усвідомлення і визнання своїх почуттів і самоповаги і самошанування діючих мотивів. 3. Аргументовано, що розвиток самоприйняття майбутніх психологів здійснюється як перехід від компонентів умовної самоповаги, зокрема неспроможності усвідомлювати свої емоційні стани, захисні форми реагування і власні почуття, до внутрішніх умов безумовного самоприйняття – сформованого самоусвідомлення справжніх психоемоційних станів, індивідуальнісне прийняття себе в цілому, свідомісної цілісності особистості. 4. Експериментально доведено, що безумовне психоекзистенційне самоприйняття спричиняє розвиток гуманістичних рис-якостей особистості майбутніх психологів – емпатії та безумовного прийняття інших.

Виклад основного матеріалу дослідження

1. ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Проблема підготовки психологів до професійної діяльності є однією із актуальних у сфе-

рі сучасних психологічних пошукувань. Зростаюча потреба суспільства в розв'язанні проблем у різних галузях, включаючи освіту, виробництво, управління, бізнес та повсякденне життя, обумовлює необхідність підготовки кваліфікованих психологів, причому із зростаючими вимогами до якості їхньої підготовки. Проте наявна система професійної підготовки психологічних кадрів не достатньо враховує реальні тенденції особистісно-професійного зростання майбутнього психолога в різних аспектах життєдіяльності. Теоретична компетентність є важливим фактором, але недостатньою умовою професійного успіху. Продуктивне зреалізування себе як професіонала вимагає наявності досвіду, індивідуальної творчої траєкторії, майстерності, а також професійно важливих психологічних та моральних якостей.

Проведений аналіз проблеми професійного розвитку особистості дозволив виділити праці, в яких розглядаються загальнотеоретичні та методологічні аспекти професійного розвитку особистості в контексті загальної проблеми професіоналізму: серед них дослідницькі роботи В.А. Роменця, В.Р. Рибалка, В.Г. Панка, М.І. Томчука, А.В. Фурмана, Н.В. Чепелевої, С.К. Шандрука та ін. Вивчаючи проблеми професійної підготовки майбутніх психологів, науковці створили підходи та моделі до організації освітнього процесу майбутніх фахівців. Зокрема, В.Г. Панок, визначаючи змістове наповнення освітньої підготовки, увагу зосереджує на трьох основних рівнях: 1) теоретичні основи загальної психології; 2) теоретико-методологічні особливості визначеного напряму прикладної психології; 3) спеціалізація за відповідним видом практичної психологічної діяльності, засвоєння сукупності умінь та навичок, оволодіння технологіями надання професійної допомоги [12], кожен з яких містить теоретичний і практичний пласти підготовки майбутніх психологів. Такий підхід уможливує початкове формування фахових знань, що узасаднюють основу розуміння майбутнього фаху, прогнозують професійну ідентифікацію та маркують міру компетентності і поступове оволодіння системою практичних умінь та навичок. При цьому особистісний фактор у сприйнятті та ідентифікації з майбутньою професією є неодмінною складовою освітнього процесу і розглядається як його невід'ємний компонент [6; 7; 24].

Система підготовки психологів на кафедрі психології та соціальної роботи ЗУНУ здійснюється в трьох напрямках одночасно: 1) теоре-

тичному – привласнення змісту нормативних дисциплін, що є обов'язковими для професії, щоб сформувати систему знань, умінь, навичок та компетентностей їх використання; 2) психологічному – вивчення різних базових і спеціальних дисциплін, що допоможуть зрозуміти психічні процеси, стани, властивості і тенденції особи; 3) прикладному – отримання професійних здатностей і навичок психологічної роботи з клієнтами, рефлексування, апробація та набуття досвіду в професійній сфері.

Професійне зростання психолога багато в чому залежить від рівня розвитку особистісних рис-якостей, які відповідають вимогам виконуваної професійної діяльності. Так, науковці називають психологічну спостережливість, професійне мислення, самовладання, вміння слухати, емпатію і креативність як ключові якості для психологів. Психологи мають бути готові до контакту з людьми, зберігати емоційний баланс у процесі спілкування, вміти залучати до себе інших людей, бути інтелектуальними, чутливими, відповідальними і незалежними у прийнятті рішень [2; 18; 19; 21]. Здебільшого успішними в професії практичного психолога стають люди з щирою зацікавленістю у взаєминах з людьми, відкритістю, бажанням розвивати свої таланти та готовністю до змін, тобто ті, хто мотиваційно і креативно готовий і здатний до продуктивної професійної діяльності.

Водночас ефективність психологічної роботи залежить від світогляду професіонала, який використовує фахові знання і компетентності. Засновники та прихильники наукових шкіл відображають свої особистісні особливості, цінності та устремління. А відтак слова, ідеї та вчинки психолога не можуть існувати окремо від його самісної сутності, глибинного сенсу. Незважаючи на важливість теоретичних знань, методичної підготовки та практичного досвіду, найважливішим «інструментом» у роботі з клієнтами є все ж таки сам психолог як *компетентна особистість*. У своїй роботі психолог виявляє і розвиває зацікавленість у людях і соціальному житті загалом. Це означає, що він спостерігає за людьми в різних ситуаціях, аналізує їхні дії та поведінку, формулює висновки на ґрунті своїх спостережень. Важливо, щоб зацікавленість психолога була спрямована не на проблеми та ситуації, а на саму людину і її життєвий шлях, це дозволить глибоко і точно зрозуміти особливості внутрішнього світу партнера по спілкуванню, осмислено співпереживати, відчувати значущі психологічні

властивості за їхніми зовнішніми проявами. А тому природно, що для успішної професійної діяльності психолога мають бути сформовані глибока моральність, загальнолюдські цінності, які стали особистісно значущими, та смисложиттєві орієнтації. Особливо важливим у цьому контексті є формування чіткої рефлексивної позиції, що, власне, пов'язано з самоактуалізацією і сприйняттям себе як повновагового суб'єкта ефективної професійної діяльності, самопізнанням і саморозумінням. Критичне самосприйняття, адекватна оцінка власних можливостей, власне самопізнання і саморозвиток – це засадничі передумови продуктивної практичної діяльності професійного психолога [1; 4; 8; 21].

Для успішної практичної діяльності психолога важливим є опанування ним передових практик та формування основ його професійної майстерності. Все розпочинається із внутрішнього системного уявлення фахівця щодо функцій та обов'язків власної професійної діяльності, а далі триває формування професійного мислення, соціальної активної позиції, самоосвіти із психолого-педагогічними засадами, а завершується професійною компетентністю, критичним мисленням, здатністю до інновацій та професійної творчості в контексті власної психологічної культури.

У процесі підготовки психологів встановлюються різні категорії професійної підготовки, які базуються на типі професійної спрямованості: науково-дослідницька та практично зорієнтована. Зокрема, для оцінки внутрішньо-особистісного потенціалу майбутнього фахівця у галузі психології використовуються такі параметри: фізичне здоров'я (оскільки професія психолога пов'язана зі значною витратою емоцій та енергії), психічне здоров'я (наявність акцентуацій, психічних вад або відхилень може негативно вплинути на клієнтів психолога); рівень інтелектуального потенціалу, що найперше вербальний (розуміння соціальних ситуацій, клієнтів, які в них перебувають, та прийнятті адекватних рішень); вміння саморегуляції, емоційна стійкість і самотолерантність [17; 22].

2. ГУМАНІСТИЧНІ РИСИ-ЯКОСТІ ПСИХОЛОГА ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО АНАЛІЗУ

Природничо-наукова парадигма, як відомо, визначає успішність психолога передусім системою психотехнік. Натомість гуманістична па-

радика розглядає його особистісні характеристики як ключовий фактор успіху професійної діяльності. Саме ці характеристики забезпечують створення атмосфери довіри, щирості, саморозкриття і теплих взаємин між психологом і клієнтом (див. [2; 19; 22]).

Водночас виокремлення базових особистісних характеристик для успішної психологічної діяльності ускладнюється кількома чинниками, включаючи: 1) різні системи спеціалізацій психологів, які сформувалися в різних країнах; 2) широкий спектр видів діяльності та спеціалізацій у психології; 3) самобутні традиції професійної підготовки психологів у різних країнах; 4) багатоманіття способів, засобів та інструментів усеможливих видів психологічного практикування.

У більшості країн світу, де психологія є окремою професією, існують спеціалізації «консультант» та «психотерапевт». З цього приводу, дослідники, такі як А. Бек, Є. Глива, А. Маслов, К. Роджерс, К. Рудестам та ін., розглядають особистісні характеристики практичного психолога, які забезпечують ефективну консультацію або психотерапію. Насамперед, наголошують на таких рисах-якостях: чутливість, об'єктивність (не ідентифікація з клієнтами), гнучкість, співпереживання та відсутність власних серйозних проблем. Натомість серед особливо шкідливих рис для консультанта відзначають авторитарність, пасивність та залежність, замкнутість, схильність використовувати клієнтів для задоволення власних потреб, неуміння бути терплячим до різних викликів, які надходять від клієнтів.

Щоб консультант міг надавати допомогу та служити каталізатором самопізнання, розпізнавати зміни та розвиток в інших людей, окреслимо моделі саморозвитку особистості ефективного практичного психолога. До визначальних психоекзистенційних чинників належать *автентичність* як стрижнева риса-якість психолога і найважливіша екзистенціальна цінність, відкритість власному досвіду як щирість у сприйнятті власних почуттів; розвиток самопізнання, сила особистості та ідентичність, а також здатність переносити невизначеність, брати на себе особисту відповідальність, розвивати глибокі взаємини з іншими людьми, ставити реалістичні цілі та бути емпатійним [2; 5; 16]. Отож ефективний психолог – це першочергово особистісно зріла людина. Чим більш різноманітні його професійний та індивідуальні стиль, тим більш продуктивною буде його робота.

Саморозвиток майбутнього психолога – це шлях його самодослідження і самозміни, канал самісних зусиль і праці, щонайперше самоактуалізації. Тільки гуманістично зорієнтована особистість здатна до творчого розвитку та саморозвитку, що є важливими характеристиками ефективного професійного психолога. Серед особистісних рис самісного змісту базовими є безумовне позитивне схвалення, внутрішнє самоприйняття, емпатичне розуміння, конгруентність самовираження і психодуховна самореалізація. Професійний психолог демонструє безумовне позитивне схвалення, коли приймає кожний аспект досвіду свого клієнта так, ніби він сам став його частиною. Це означає, що персональне прийняття не пов'язане із жодними умовами, такими як «Я подобаюсь вам тільки за умови, що я такий чи такий». Це, звісно, прояв турботи про клієнта, але такої турботи, яка не є опікою, або ж засобом задоволення тих чи інших потреб самого психолога. Це турбота, що зберігає за клієнтом можливість залишатися автономним, окремою особою, яка не зазіхає на його власний досвід, його власні переживання і почуття. Звідси актуальність теми континууму оприявнень прийняття від умовного до безумовного, а також співвідношення типів особистісного прийняття у різних комунікативних практиках.

Для характеристики емпатичного розуміння та емпатійності психолога важливо, щоб він зберігав свою власну позицію і психологічну дистанцію, не ідентифікувався з клієнтом і водночас виявляв співчуття до нього, не обмежуючись просто позитивним емоційним налаштуванням. Разом з емпатією та безоцінним позитивним прийняттям, конгруентність – одна з трьох «необхідних та достатніх умов» ефективного контакту психолога з клієнтом та їхніх продуктивних стосунків. Це можливо за умови, коли внутрішні почуття і переживання клієнта адекватно відображаються свідомістю психолога і точно виражаються у його мислєдіяльності.

Отже, основними гуманними рисами-якостями, які вважаються засадними для професійного психолога, є спроможність безумовно приймати людей, відчуття комфорту в будь-якому товаристві, його здатність до емпатії і самотолерантності. До прикладу, безумовне прийняття – це найважливіша передумова для розвитку особистості та гармонізації стосунків майбутнього психолога із власним Я [15; 25]. Загалом особистість практичного психолога є психодуховним чинником і навіть інструментом

його професійної роботи, тому її повнота та цілісність впливають на ефективність його щоденної діяльності. Але передумовою цих досягнень усе ж буде безумовне прийняття себе та інших, емпатичне розуміння та відчуття, конгруентне вираження власного Я, що впливає з особливостей психологічної допомоги у важких обставинах життя.

3. БЕЗУМОВНЕ САМОПРИЙНЯТТЯ ОСЕРЕДДЯ РОЗВИТКУ ГУМАНІСТИЧНИХ РИС-ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГА

Розвиток безумовного позитивного ставлення до клієнта, удіяння здатності тонкого емпатичного проникнення у його внутрішній світ, утвердження конгруентності передбачають, що психолог ситуаційно є самим собою й усвідомлює своє екзистенціювання у ставленні до інших людей, приймаючи свої справжні думки, почуття, вчинкові дії. І справді, самоприйняття психолога відіграє найважливішу роль у саморозвитку його особистості та у збагаченні психодуховного здоров'я. Щоб допомогати іншим людям психокультурно розвиватися, треба психологу особистісно приймати і себе, і клієнта. Самоприйняття розпочинається із поваги себе. Духовний щабель самоприйняття пов'язаний із високими соціальною адаптацією, самоповагою, самоактуалізацією.

Психолог із високим рівнем особистісного самоприйняття виявляє такі характерні ознаки ситуаційної поведінки і вчинкових діянь (див. [6; 11; 19; 21; 25]):

1) він упевнений у своїх цінностях, принципах, переконаннях, готовий захищати їх, навіть якщо з цим не згодні навколишні, хоча здатний змінювати їх, якщо досвід підтверджує їхню помилковість;

2) діє й учиняє відповідно до своїх переконань і не відчуває провини чи жалю про здійснене, навіть якщо інші не схвалюють їх;

3) не надто центровано замислюється про майбутнє, минуле чи теперішній момент, живе екзистенційною подієвістю;

4) він упевнений у своїй здатності знаходити адекватні способи подолання життєвих проблем, навіть якщо стикається з невдачами та перешкодами;

5) почуває себе психосоціально рівним серед інших людей, без відчуття вищості чи нижчості, незалежно від інакшості у здібностях, походженні чи ставленні до неї;

6) припускає, що є цікавою та цінною для інших особистістю, принаймні для тих, з ким спілкується, співпрацює;

7) зазвичай не дозволяє іншим людям керувати своїм життям, тобто унеможливорює для себе чужі життєві вибори;

8) відкритий до різних емоцій і почуттів – від ненависті до любові, від смутку до радості, від глибокого морального засудження до повного особистісного прийняття;

9) здатний екзистенційно насолоджуватися безліччю різноманітних занять, включаючи роботу, гру, улюблені справи, дружбу, відпочинки;

10) уважно ставиться до потреб інших людей, передусім соціальних і духовних.

Психолог, який достатньо впевнений у своїх професійних здібностях, здебільшого безумовно приймає себе, передусім психологічно підтримує себе як у ситуаціях успіху, так і в обставинах неуспіху. Водночас безумовне самоприйняття є важливою внутрішньою умовою для об'єктивного оцінювання фахівцем психологом своїх професійних компетенцій, можливостей, здібностей. Зокрема, щоб у повсякденні забезпечити гармонію між своєю професійною справою та особистісною позицією, він повинен вирішувати головне завдання, – безумовно приймаючи самого себе, емпатійно приймати інших, допомагати клієнтам безсумнівно приймати себе та сприяти бездоказовому прийняттю його найближчим оточенням.

Концептуальне вивчення підходів до психологічного узмістовлення феномену самоприйняття уможливило розрізнення базових компонентів умовного та безумовного видів прийняття особистістю себе. Основними ознаками умовного самоприйняття є невміння особи усвідомлювати свої емоційні стани, постійна активація захисних форм відреагування, неприйняття власних негативних, а іноді й позитивних, емоцій, хвилювань, почуттів; амбівалентне ставлення до власних реально діючих мотивів, що порушує цілісність особистості, упроблемнює її життєвий шлях. Натомість визначальними ознаками безумовного самоприйняття вважаються сформоване усвідомлення і ситуаційне екзистенціювання істинних станів тіла, емоцій та почуттів; підтримка себе в цілому і в окремих ситуаціях успіху / неуспіху, досягнення особою стадії збагачувального прийняття, етапів учинково-діяльного і рефлексивного та духовно-спонтанного самоприйняття (див. детально теоретичну модель особистісного прийняття як внутрішнього вчинення А.В. Фурмана [19; 20]).

Загалом розуміння процесу переходу від умовного прийняття себе до безумовного само-

визнання і до тих психологічних умов-механізмів, що зумовлюють цей свідомісно-самісний розвиток особи, дають погляди гуманістичних психологів на процес психологічної самопомоги, який сприяє особистісному зростанню кожного, зокрема і майбутнього психолога.

До прикладу, за концепцією К. Роджерса, психологічна допомога собі викликає динаміку змін в особистості, яка охоплює низку властивостей: розвиток навичок слухання себе, розуміння власних емоційних станів, прийняття почуттів, які раніше здавалися страшними, хаотичними, неадекватними чи неприйнятними для самооцінки, зростання здатності чути свої думки та інтенції, що приводить до більш повного самоприйняття, а також до поступального переходу від захисних форм поведінки до конгруентності. Відтак особа розширює свій самосвідомісний горизонт розуміння і приймання себе, глибше пізнає власну особистість і рефлексивно контролює перебіг різних її складових, зменшує дію захисних механізмів та стає більш відкритою і досягає гармонійної внутрішньої інтеграції, справжньої самості [3; 4; 10; 25]. У будь-якому разі психологічні механізми розвитку безумовного самоприйняття психолога-початківця як основи розвитку гуманістичних рис-якостей його особистості центруються довкола самоусвідомлення справжніх емоційних станів та власних підсвідомих форм реагування та ухвалення самісно діючих спонукань, мотивів, інтенцій.

Отже, становлення майбутнього психолога як особистості гуманістичного зорієнтування фундується на ресурсах безумовного самоприйняття, а саме як позитивного ставлення за будь-яких життєвих обставин до різних частин свого Я, усвідомлення і визнання своїх почуттів як цілком прийнятних. Загалом розвиток безумовного самоприйняття особистості майбутнього психолога слушно подати у вигляді моделі (рис.). При цьому, як слушно зауважує А.В. Фурман, усе розпочинається із сприймання, оцінювання і розуміння людини людиною. Тому, скажімо, вибір-прийняття життєвого рішення особистістю, особливо у проблемних чи критичних умовах соціального повсякдення, «постачає із сфери ковітальних взаємостосунків необхідний психодуховний матеріал для розгортання метапроцесного потоку *особистісного прийняття* у форматі фрагментарних феноменалів онтогенезу, котрий відбувається на якісно іншому – *свідомісно-вчинковому* – рівні екзистенційної

присутності іншого у внутрішньому житті конкретної взаємодіючої особи» [20, с. 70].

Водночас таке вчинково канонічне прийняття психологом клієнта, з одного боку, можливо, коди він володіє достатнім самісним потенціалом самоприйняття (переважання позитивного самоствавлення, безсумнівна підтримка самого себе як у ситуаціях успіху, компетентності, так і неспіху, помилкових дій; самоочевидне обстоювання своєї індивідуальності без особливого страху, нав'язливих сумнівів тощо), з іншого – коли він, інтенціюючи свої самоактуалізаційні ресурси, має достатній ментально-духовний досвід особистісного прийняття інших – рідних, близьких, друзів, колег.

Логічно припустити, що подана на рисунку модель може бути застосована в дослідно-експериментальній роботі за допомогою фахово здійснюваного тренінгу.

4. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ – ІНТЕГРАЛЬНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ ПСИХОЕКЗИСТЕНЦІЙНОГО БЕЗУМОВНОГО САМОПРИЙНЯТТЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

У психологічній літературі наявний широкий спектр видів тренінгу. Узагальнивши прочитане, нами виокремлено із цього спектру засадничі для організації та змістовлення подальшої дослідно-експериментальної роботи методичні засади.

Особистісно центрована терапевтична школа (К. Роджерс, Е. Дорфман, Н. Хоббс, Т. Гордон та ін.) обрана нами за теоретико-прикладну основу чинного дослідження, базується на гуманістичних ідеях екзистенційної філософії та на феноменологічному підході. Одна з центральних ідей – збагачення сфери свідомості особистості гуманістичним змістом, що пов'язана із розвитком та актуалізацією її самісного потенціалу [15]. Це співвідноситься з індивідуацією К. Юнга, психосинтезом А. Ассаджіолі, самотрансценденцією А. Маслоу та особистісним зростанням К. Роджерса, загалом із концепцією самоактуалізації особи (Г.О. Балл [1; 3; 4]). При цьому приділяється центральна роль мотивам та інтенціям, які забезпечують конструктивне зростання людського Я, цілісність та силу свідомісного пережиття, а не пристосування суб'єкта до середовища чи його конформну поведінку. Роль

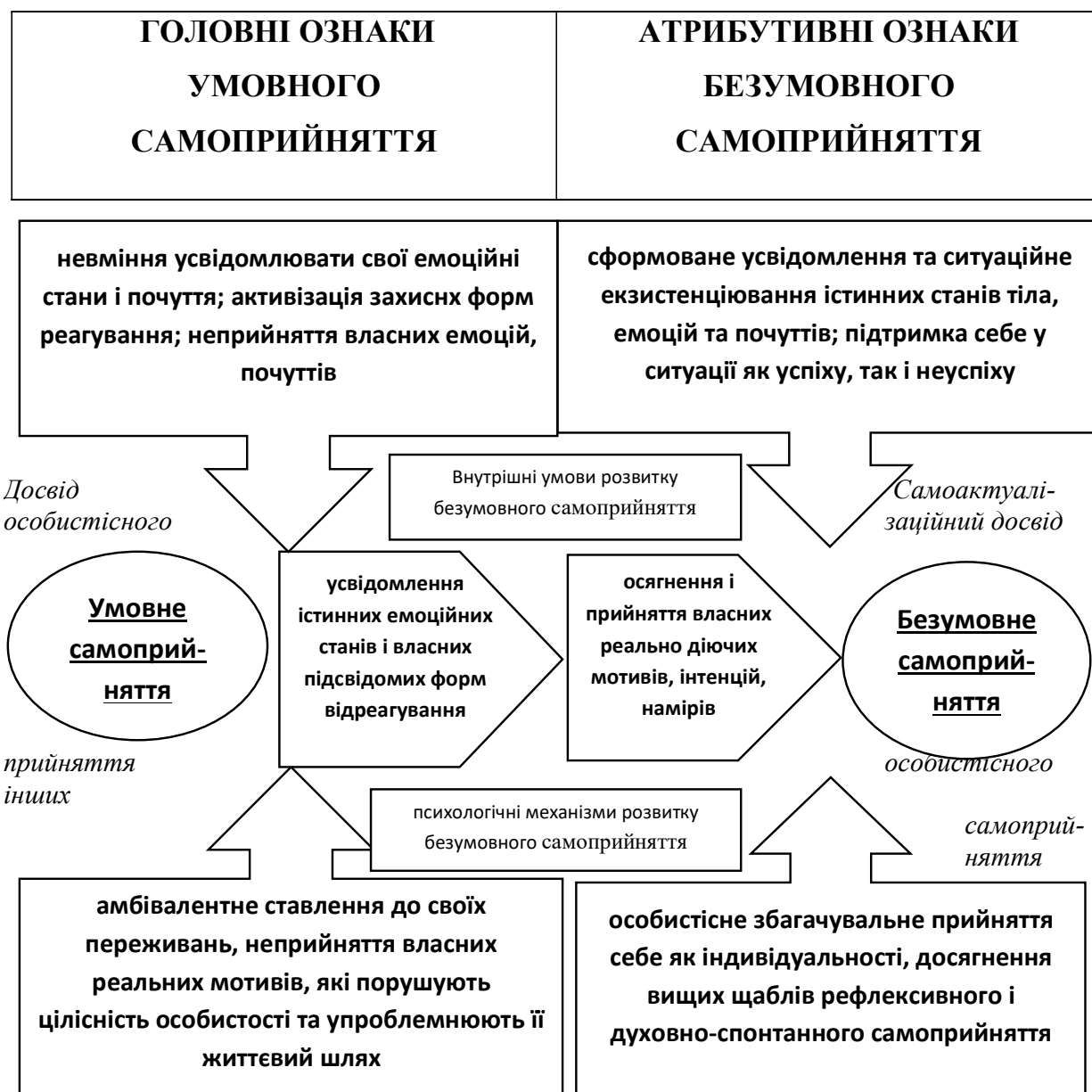


Рис.
Модель розвитку безумовного самоприйняття особистості майбутніх психологів
(авторка О.Я. Шаюк, створено 25.02.2023 р., друкується вперше)

психолога у цьому аспекті практикування полягає в тому, щоб діяти як ефективний консультант, який створює теплу та емоційно сприйнятливую атмосферу, в якій клієнт може організувати свій внутрішній світ і досягти екзистенційної цілісності власної особистості.

У процесі тренінгової роботи зі студентами-психологами ми дотримувалися канонічних умов самопізнання, щирості та відкритості і водночас свідомо спрямували свою увагу до

власних відчуттів, емоцій, переживань, екзистенціалів «тут» (ці обставини) і «тепер» (цей момент). Для досягнення мети було використано такі методи, як усвідомлення, співпереживання ситуації, техніки психодрами, самоспостереження, а також інтерактивні методи, такі як проблемна бесіда та рефлексивне обговорення. Вибір останніх зумовлений тим емпіричним фактом, що саме вони є ключовими для стимулювання процесу Я-розвитку

безумовного самоприйняття майбутніх психологів.

За методологічний орієнтир психотренінгового практикування нами обрана модель особистісного прийняття людини людиною А.В. Фурмана, що створена у 2020 році на засадах логіко-структурної схеми розгортання вчинку В.А. Роменця та принципів і закономірностей авторського циклічно-вчинкового підходу, коли персонально здійснюване прийняття обґрунтоване як довершена спіраль учинення [9; 13; 14; 20]. Інакше кажучи, цикл розвитку функціонування самоприйняття майбутнього психолога стратегічно аналогічний спіралі внутрішнього прийняття іншого: крім ситуаційного, мотиваційного, діяльного і післядіяльного періодів та їхніх основних механізмів уможливлення (перцептивного усуб'єктнення, пізнавального уприсутнення, мислєдіяльного проникнення, рефлексивного поглинання), він містить дві стадії – розпізнавальну і збагачувальну та охоплює вісім більш деталізованих етапів і сумісних з їхньою екзистенційною буттєвістю домінантних складових (упізнавання, характеризування, зацікавлення, інтенціювання, підлаштування, домислювання, рефлексування, поцінування) й актуалізованих субпроцесів самоздійснення (поіменування, категоризації, означення, когнітивації, осмислення, зреалізування, осенсуювання, прожиття).

Мета психологічного тренінгу – ситуаційна актуалізація особистісно-екзистенційних ресурсів (джерел, умов, детермінант, чинників, механізмів) постійного усвідомлення майбутніми психологами самих себе, саморозкриття ними своїх гуманістичних спроможностей і в такий спосіб досягнення максимально повного Я-самосприйняття. Крім того, основний акцент у тренінгу зосереджувався на самодослідженні учасників групи, на відшуканні ними автентичності, на щирості та відкритості у вираженні почуттів та переживань, завдяки чому поступово складалася атмосфера прийняття та самоприйняття у спілкуванні, яка суб'єктивно сприймалася учасниками як тепла, самопідтримувальна та особистісно благодатна. Все це допомагало учасникам групової роботи заглиблюватися у власний ментально-самісний досвід, досліджувати як позитивні, так і негативні його сторони, усвідомлювати та приймати їх.

Зупинимося на сутнісному описі методів, які наповнили відповідним змістом здійснювану психотренінгову роботу в їхній цілепрямій модифікації.

Метод усвідомлення став регулярно цілеспрямованим та вольовим актом приведення переживання до самосвідомості учасників; його використання уможливило активізацію процесів безумовного самоприйняття кожного завдяки смислому наповненню істинних емоційних станів, усвідомлення підсвідомих форм реагування і нових горизонтів власної Я-концепції.

Метод співпереживання Т-ситуації був спроектований на використання можливості як аналізувати, так і відчувати все, що відбувається з учасниками групи; допомагав точніше пояснити і прогнозувати вчинкові дії кожного у тій чи іншій конкретній життєвій ситуації, щонайперше в умовах страху, страждання чи відчаю навколишніх. До прикладу, широко застосовувалися перші реакції на прочитане (розвивають здатність особи ставити себе на місце іншої людини у будь-якому віці та у будь-якій ситуації, а потім аналізувати власну реакцію – емоції, думки, можливу поведінку і вчинки за конкретних умов), суто емоційні відреагування (актуалізують роздуми студентів, коли вони уявно ставлять себе на місце того чи іншого персонажу в складній життєвій ситуації), раціональне розуміння і саморозуміння в обставинах співучасті та співпереживання (тут дієвим є перегляд відеокадрів, а не читання тексту, що дозволяє перезапустити психологічний механізм розвитку самоприйняття особистості).

Метод психосинтезу, виокремлення суб-осіб, що уможливлює позначення внутрішніх конфліктів та домінуючих у них сторін самостійності учасників, щонайперше – боротьбу різних мотиваційних тенденцій на шляху становлення самості психолога.

Метод психодрами як техніку роботи у Т-групі, коли учасники можуть відчувати та виразити свої емоції, які раніше були пригнічені, а також віднайти більш ефективні способи поведінки і розв'язання власних внутрішніх конфліктів (сприяє розвитку безумовного самоприйняття в усій палітрі стимулів, інтенцій, мотивів, бажань).

ВИСНОВКИ

1. Професійний розвиток є процесом становлення психолога як особистості власної компетентної діяльності, котра здатна до саморозвитку, самоприйняття і самореалізації. Під саморозвитком розуміється активне якісне перетворення конкретною особистістю власного

психодуховного світу, його розширення і збагачення.

2. Становлення професіоналізму майбутнього психолога визначається особливостями його фахової діяльності, вмінням самоорганізувати свій життєвий шлях і здатністю коректно надавати психологічну допомогу клієнтам. Щоб бути спроможним розв'язувати широке коло психосоціальних проблем, що породжуються як своїм душевним життям, так і душевним життям інших, психолог, з одного боку, має розуміти і приймати себе глибоко та адекватно, з іншого – мати сформоване мислення і вміло володіти його дієвими формами, методами, засобами та інструментами, ще з іншого – компетентно практикувати в конкретних обставинах ділової взаємодії з клієнтом чи клієнтами. Крім того, це вимагає від особистості психолога сензитивності, проникнення у психодуховний світ клієнта, емпатійних розуміння і прийняття клієнта, а головне – щиро і правдиво прийняти самого себе і бути відкритим власному психоментальному досвіду.

3. Професійний розвиток психолога невіддільний від його особистісного становлення, у підґрунті того та іншого перебуває процес саморозвитку, котрий спричинює здатність особистості перетворювати власну життєдіяльність в упредметнення практичної роботи і приводить до вищої форми самозреалізування – творчого самовдосконалення. Особистісний розвиток психолога, що виражає його гуманістичну спрямованість, – це безперервне екзистенціювання справжнього автентичного Я, котре забезпечує цілісність особи і можливість самоактуалізації.

4. Розвиткове спричинення безумовного особистісного самоприйняття ґрунтується на повсякденній практиці актуального перебігу психосоціальних процесів, механізмів і станів безсумнівного прийняття людиною інших навколишніх – спочатку рідних, близьких, родичів, а пізніше друзів, колег, добрих знайомих. Самоочевидне істинне самоприйняття – важливий чинник становлення позитивної Я-концепції психолога та розвитку гуманістичних рис якостей як особистості та індивідуальності. Причому такої досконалості самоприйняття треба цілеспрямовано й систематично формувати на тривалому етапі їхньої організованої професійної підготовки в університеті.

5. Внутрішнє прийняття себе та особисте прийняття інших взаємопричинно пов'язані між собою. Люди очевидно поважають і люб-

лять себе, зазвичай, позитивно приймають навколишніх. Тому феномени прийняття і самоприйняття – це своєрідний подвійний чинник сталого психокультурного розвитку особистості, її самоактуалізації та самоекзистенції і, врешті-решт, збереження психодуховного здоров'я на тривалому життєвому шляху. Це теоретично та емпірично підтверджують характерні ознаки-рис повно самісно прийнятих особистостей, котрі в цілому позитивно корелюють із, так званими, самоактуалізованими (душевно здоровими) особами. Ось чому ефективний психолог як особистість починається із явного безумовного самоприйняття, тобто однієї із надважливих передумов його професійної компетентності і вчинкової досконалості.

6. Запропонована цим дослідженням модель розвитку безумовного самоприйняття особистості майбутніх психологів: а) висвітлює головні ознаки-властивості як умовного, набутого, штучного самоприйняття, так і безумовного, істинного, самоочевидного; б) обґрунтовує перше як такий самісно особистісний процес, що узалежнений від досвіду особистого прийняття інших, тоді як друге – що зумовлене самоактуалізаційним досвідом та потенціалом індивідуального самоприйняття; в) розглядає послідовно якісний розвитковий перехід від умовного прийняття себе до безумовного у сфері розширення горизонту самосвідомості майбутнього психолога; г) передбачає можливість засобами психологічного тренінгу та додатковими методами актуалізувати у кожного здобувача вищої освіти як благодатні внутрішні умови безсумнівного самоприйняття, так і відповідні цим умовам психологічні механізми системного покомпонентного згармонювання його Я-концепції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Балл Г.О. Концепція самоактуалізації особистості в гуманістичній психології. *Психологія і суспільство*. 2017. №2. С. 16-32. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2017.02.016>
2. Глива Є. Вступ до психотерапії: навч. посіб. Острог-Київ: Вид-во «Острозька академія», вид-во «Кондор», 2004. 530 с.
3. Гуманістична психологія: Антологія: навч. пос. у 3-х т. / упорядн. і наук. ред. Роман Трач (США) і Георгій Балл (Україна). Київ: Унів. вид-во Пульсари, 2001. Том 1: Гуманістичні підходи у західній психології ХХ ст. 252 с.
4. Гуманістична психологія: Антологія: навч. пос. у 3-х т. / упорядн. і наук. ред. Роман Трач (США) і Георгій Балл (Україна). Київ: Унів. вид-во Пульсари, 2001. Том 2: Психологія і духовність: (світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології).

2005. 279 с.

5. Журавльова Л.П. Психологія емпатії: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.

6. Кокур О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. Київ: ДП «Інформ.-аналіт. Агентство», 2012. 200 с.

7. Компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх психологів: монографія / авт. кол.; під наук. ред. Лозової О.М. Вінниця: Віндрук, 2014. 184 с.

8. Кузнецова О.А. Самовідношення, самосприйняття, самопізнання як передумови морального самовизначення. *Педагогічні науки*. 2006. Т. 50. Випуск 37. С. 43-47.

9. Методологія і психологія гуманітарного пізнання: колективна монографія. До 25-річчя наукової школи професора А.В. Фурмана. Тернопіль: ТНЕУ, 2019. 998 с.

10. М'ясоїд П.А. Психологічне пізнання: історія, логіка, психологія. Київ: Либідь, 2016. 560 с.

11. Основи психології: підручник / за заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. 6-е вид. стереотип. Київ: Либідь, 2006. 632 с.

12. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості. Київ: Ніка-Центр, 2006. 280 с.

13. Психологія вчинку: шляхами творчості В.А. Роменця: зб. ст. / упорядн. П.А. М'ясоїд; відп. ред. А.В. Фурман. Київ: Либідь, 2012. 296 с.

14. Роменець В.А. Предмет і принципи історико-психологічного дослідження. *Психологія і суспільство*. 2013. №2. С. 6-27.

15. Рубінштейн С.Л. Принцип творчої самодіяльності. *Психологія і суспільство*. 2021. №2. С. 97-101. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2021.02.097>

16. Сартр Ж. Екзистенціалізм – це гуманізм. *Психологія і суспільство*. 2022. №2. С. 49-65. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2022.02.049>

17. Фурман А.В. Генеза толерантності та перспективи українотворення (комплексний проєкт). *Психологія і суспільство*. 2013. №1. С. 6-20.

18. Фурман А.В. Сучасні тенденції розвитку сфери психології в оптиці вітакультурної методології. *Психологія і суспільство*. 2021. №2. С. 6-15. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2021.02.006>

19. Фурман А.В. Теоретична модель емпатійної взаємодії психолога з клієнтом: циклічно-вчинковий підхід. *Психологія і особистість*. 2022. №2(22). С. 9-40.

20. Фурман А.В. Теоретична модель особистісного прийняття людини людиною. *Психологія і суспільство*. 2020. №1. С. 56-77. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2020.01.056>

21. Фурман (Гуменюк) О.Є. Методологія пізнання освітнього вчинку в контексті інноваційно-психологічного клімату. *Психологія і суспільство*. 2012. № 1. С. 47-81.

22. Шаюк О.Я. Самотолерантність як предмет теоретико-методологічного аналізу. *Вітакультурний млин*. 2010. Модуль 12. С. 24-28.

23. Шаюк О.Я. Професійна толерантність студентів-гуманітаріїв: сутність, структура, особливості формування. *Психологія і суспільство*. 2020. № 1. С. 78-90. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2020.01.078>

24. Надвична Т.Л., Шаюк О.Я. Особливості розвитку професійно-особистісного потенціалу студентів-психологів під час навчання у ЗВО. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. 2022. Том 33 (72). № 6. С. 58-62.

25. Barry Harry. Self-Acceptance. How to Banish the Self-esteem Myth, Accept Yourself Unconditionally and Revolutionise Your Mental Health. Orion Publishing Group, 2020. 288 p.

REFERENCES

1. Ball, H.O. (2017). Kontsepsiia samoaktualizatsii osobystosti v humanistychnii psykholohii [The concept of self-actualization of the individual in humanistic psychology] . *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 16-32 [in Ukrainian].

2. Hlyva, Ye. (2004). Vstup do psykhoterapii [Introduction to psychotherapy]: navch. posib. Ostroh-Kyiv: Vyd-vo «Ostrozka akademii», vyd-vo «Kondor» [in Ukrainian].

3. Humanistychna psykholohiia: Antolohiia [Humanistic psychology: Anthology]: navch. pos. u 3-kh t. / uporiadn. i nauk. red. Roman Trach (SShA) i Heorhii Ball (Ukraina) (2001). Kyiv: Univ. vyd-vo Pulsary, Tom 1: Humanistychni pidkhody u zakhidnii psykholohii XX st. [Humanistic approaches in Western psychology of the 20th century] [in Ukrainian].

4. Humanistychna psykholohiia: Antolohiia [Humanistic psychology: Anthology]: navch. pos. u 3-kh t. / uporiadn. I nauk. red. Roman Trach (SShA) i Heorhii Ball (Ukraina) (2005). Kyiv: Univ. vyd-vo Pulsary, (2001). Tom 2: Psykholohiia i dukhovnist: (svitohliadni aspekty humanistychno zorientovanykh napriamiv u suchasnii zakhidnii psykholohii) [Psychology and spirituality: (worldview aspects of humanistically oriented directions in modern Western psychology)] [in Ukrainian].

5. Zhuravlova, L.P. (2007). Psykholohiia empatii: monohrafiia [Psychology of empathy: a monograph]. Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU im. I. Franka [in Ukrainian].

6. Kokun, O.M. (2012). Psykholohiia profesiinoho stanovlennia suchasnoho fakhivtsia: monohrafiia [Psychology of professional development of a modern specialist: monograph.]. Kyiv: DP «Inform.-analit. Ahentstvo» [in Ukrainian].

7. Kompetentnisnyi pidkhid u profesiinii pidhotovtsi maibutnikh psykholohiv: monohrafiia [Competency approach in professional training of future psychologists: monograph] / avt. kol.; pid nauk. red. Lozovoi O.M. (2014). Vinnytsia: Vindruk [in Ukrainian].

8. Kuznetsova, O.A. (2006). Samovidnoshennia, samospriyniattia, samopiznannia yak peredumovy moralnoho samovyznachennia [Self-attitude, self-perception, self-knowledge as prerequisites for moral self-determination]. *Pedahohichni nauky*. T. 50. Vypusk 37. 43-47 [in Ukrainian].

9. Metodolohiia i psykholohiia humanitarnoho piznannia: kolektivna monohrafiia. Do 25-richchia naukovoi shkoly profesora A.V. Furmana [Methodology and psychology of humanitarian knowledge: a collective monograph. To the 25th anniversary of the scientific school of professor A.V. Furman] (2019). Ternopil: TNEU [in Ukrainian].

10. Miasoid, P.A. (2016). Psykholohichne piznannia: istoriia, lohika, psykholohiia [Psychological cognition: history, logic, psychology]. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

11. Osnovy psykholohii: pidruchnyk [Basics of psychology] / za zah. red. O.V. Kyrychuka, V.A. Romentsia. 6-e vyd. Stereotyp (2006). Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

12. Panok, V.H., Rud, H.V. (2006). Psykholohiia zhyttievoho shliakhu osobystosti [Psychology of a person's life path]. Kyiv: Nika-Tsentr [in Ukrainian].

13. Psykholohiia vchynku: shliakhamy tvorchosti V.A. Romentsia [Psychology of action: ways of creativity V.A. Romanets]: zb. st. / uporiadn. P.A. Miasoid; vidp. red. A.V. Furman (2012). Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

14. Romenets, V.A. (2013). Predmet i pryntsyipy istoryko-psykholohichnoho doslidzhennia [Subject and principles of historical and psychological research]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 6-27 [in Ukrainian].

15. Rubinshtein, S.L. (2021). Pryntsyyp tvorchoi samodiialnosti [The principle of creative self-activity]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 97-101 [in Ukrainian].

16. Sartr, Zh. (2022). Ekzyzstentsializm – tse humanism [Existentialism is humanism]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 49-65 [in Ukrainian].

17. Furman, A.V. (2013). Geneza tolerantnosti ta perspektyvy ukrainotvorennia (kompleksnyi proiekt) [The genesis of tolerance and the prospects of Ukrainian creation (complex project)]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 1, 6-20 [in Ukrainian].

18. Furman, A.V. (2021). Suchasni tendentsii rozvytku sfery psykholohii v opytyi vitakulturnoi metodolohii [Modern trends in the development of the field of psychology in the light of vita-cultural methodology]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 6-15 [in Ukrainian].

19. Furman, A.V. (2022). Teoretychna model empatiinoi vzaiemodii psykholoha z kliientom: tsyklichno-vchynkovyi pidkhid [A theoretical model of empathic interaction between a psychologist and a client: a cyclical-behavioral approach]. *Psykholohiia i osobystist*, 2.(22), 9-40 [in Ukrainian].

20. Furman, A.V. (2020). Teoretychna model osobystisnoho pryiniattia liudyny liudynoiu [A theoretical model of personal acceptance of a person by a person]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 1, 56-77 [in Ukrainian].

21. Furman (Humeniuk), O.Ie. (2012). Metodolohiia piznannia osvithnoho vchynku v konteksti innovatsiino-psykholohichnoho klimatu [Methodology of knowledge of an educational act in the context of innovative and psychological climate]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 1, 47-81 [in Ukrainian].

22. Shaiuk, O.Ia. (2010). Samotolerantnist yak predmet teoretyko-metodolohichnoho analizu [Self-tolerance as a subject of theoretical and methodological analysis]. *Vitakulturnyi mlyn*. Modul 12, 24-28 [in Ukrainian].

23. Shaiuk, O.Ia. (2020). Profesiina tolerantnist studentiv-humanitariiv: sutnist, struktura, osoblyvosti formuvannia [Professional tolerance of humanities students: essence, structure, peculiarities of formation]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 1, 78-90 [in Ukrainian].

24. Nadvynychna, T.L., Shaiuk, O.Ia. (2022). Osoblyvosti rozvytku profesiino-osobystisnoho potentsialu studentiv-psykholohiv pid chas navchannia u zvo [Peculiarities of the development of the professional and personal potential of psychology students during their studies at the university]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho*. Tom 33 (72), 6, 58-62 [in Ukrainian].

25. Barry, Harry. (2020). Self-Acceptance. How to Banish the Self-esteem Myth, Accept Yourself Unconditionally and Revolutionise Your Mental Health. Orion Publishing Group [in English].

АНОТАЦІЯ

ШАЮК Ольга Ярославівна, ПІДГУРСЬКА Марія Василівна, ШАЮК Ярослав Олегович.

Безумовне особистісне самоприйняття як гуманістична риса психолога.

У статті становлення майбутнього психолога у просторі ЗВО розглядається як багатовекторний процес, який не тільки формує його як суб'єкта професійної діяльності, а й психодуховно збагачує його внутрішній світ. Професійна та особистісна лінії розвитку психолога взаємопов'язані на цьому відрізку життєвого шляху, де їх об'єднує вчинковий перебіг саморозвитку. А вихід на самоактуалізаційні горизонти самоплекання Я – це завжди найкращі передумови особистісного самоздійснення. Проте це вимагає від психолога наявності певних гуманістичних рис-якостей його особистості як стрижневих, передусім безоцінкового позитивного прийняття себе та іншого, емпатійного розуміння і конгруентного самовираження самісної впевненості. Першоосновою у підготовці ефективного психолога тут є розвиток його безумовного істинного самоприйняття. Останнє відображає внутрішнє визнання і повагу до себе як до особистості, здатної на самостійні вибори і на усвідомлення своїх почуттів, думок, інтенцій, мотивів. Це охоплює прийняття себе в цілому і благісно-вимогливе ставлення до себе. Умовне самоприйняття, натомість, передбачає недовірливе та критичне ставлення до себе, що спроможне порушити цілісність особистості, знегативити власну Я-концепцію. Доведено, що структура умовного самоприйняття майбутніх психологів охоплює три взаємопов'язаних засадничі компоненти: невміння свідомо сприймати та розуміти власні емоційно-почуттєві стани, нездатність долати захисні механізми, що перешкоджають прийняттю власних переживань та емоцій, і неприйняття реальних внутрішніх бажань і мотивів, що може призвести до особистісної деструктивності. Функціональна структура безумовного самоприйняття містить щонайменше чотири взаємозалежних компоненти: усвідомлення власних емоцій, станів тіла та почуттів, позитивне ставлення до себе як до особистості, що забезпечує цілісність та саморозвиток, емпатійність до навколишніх та їхня психологічна підтримка, екзистенційна відкритість світу і тенденція до самоактуалізації. Аргументовано, що для майбутніх психологів безумовне самоприйняття є підґрунтям для формування професійної самосвідомості та спроможності до надання кваліфікованої допомоги клієнтам психоекзистенційними ресурсами власної особистості. До того ж самоприйняття впливає на розвиток таких гуманістичних рис-якостей, як безумовне прийняття інших, емпатійність у стосунках, здатність бути внутрішньо відкритим для спілкування, наявністю навичок встановлення та підтримування контактів з навколишніми, а також спроможність толерувати, діалогувати, знаходити компроміс. Перелічені характеристики є базовими кваліфікаційними рисами-якостями психолога, які дієво визначають його професійну успішність у взаємодії з клієнтами. Воднораз запропонована у статті модель розвитку безумовного самоприйняття майбутніх психологів віддзеркалює сталу поступальну зміну спрямованості компонентів структури самоприйняття (від умовних до без-

умовних), а також виявляє психологічні умови та механізми розвитку продуктивного безсумнівного самоприйняття особистості. Для актуалізації та реалізації останніх важливу роль спроможний зіграти психологічний тренінг як інтегральний засіб розвитку повноцінного психоекзистенційного самоприйняття. У підсумку підтверджено гіпотезу про те, що безумовне самоприйняття позитивно спричиняє розвиток таких гуманістичних рис-якостей особистості майбутніх психологів, як безумовне прийняття інших, емпатійність, толерантність, конгруентність, відкритість.

Ключові слова: *особистість, професійний розвиток, гуманістична риса-якість, самоприйняття, умовне самоприйняття, безумовне самоприйняття, емпатійність, самотолерантність, толерантність, відкритість, когзруентність.*

ANNOTATION

Olha SHAYUK, Mariia PIDHURSKA, Yaroslav SHAYUK.

Unconditional personal self-acceptance as a humanistic trait of a psychologist.

Becoming a future psychologist in a university environment is a complex and multifaceted process. This process includes the formation of professional skills, as well as the psychological enrichment of the inner world of the future psychologist. Personal and professional development of a psychologist are interconnected and combined in the process of self-development. The discovery of self-actualization horizons requires a psychologist to have a number of humanistic qualities, such as a positive attitude toward oneself and others, empathy, congruent self-expression, and confidence. Unconditional true self-acceptance is the basis of the training of an effective psychologist.

Undoubted self-acceptance reflects internal recognition and respect for oneself as an individual capable of independent choices and awareness of one's feelings, thoughts, intentions, and motives. This includes accepting yourself as a whole and benevolent-demanding attitude towards yourself. Conditional self-acceptance, on the other hand, implies a mistrustful and critical attitude towards oneself, which can violate the integrity of the individual, negate one's own self-concept. The structure of conditional self-acceptance of future psychologists consists of three interrelated components: the inability to consciously perceive and understand one's own emotional and sensory states, the inability to overcome protective mechanisms that prevent the acceptance of one's own experiences and emotions,

and the rejection of real inner desires and motives, which can lead to personal destructiveness. The functional structure of unconditional self-acceptance contains at least four interdependent components: awareness of one's own emotions, body states and feelings, a positive attitude towards oneself as an individual that ensures integrity and self-development, empathy for others and their psychological support, existential openness to the world and a tendency to self-actualization.

For future psychologists, unconditional self-acceptance is the basis for the formation of professional self-awareness and the ability to provide qualified assistance to clients with the psycho-existential resources of one's own personality. It is argued that self-acceptance affects the development of such humanistic qualities as unconditional acceptance of others, empathy in relationships, the ability to be internally open to communication, the ability to establish and maintain contacts with others, as well as the ability to tolerate, dialogue, and find a compromise. The listed characteristics are the basic qualification traits-qualities of a psychologist, which effectively determine his professional success in interaction with clients.

The model of the development of unconditional self-acceptance of future psychologists proposed in the article reflects a constant progressive change in the orientation of the components of the structure of self-acceptance (from conditional to unconditional), and also reveals the psychological conditions and mechanisms for the development of productive unconditional self-acceptance of an individual. To actualize and implement the latter, psychological training is presented as an integral means of developing unconditional psycho-existential self-acceptance of the personality of future psychologists. As a result, the hypothesis was confirmed that unconditional self-acceptance positively causes the development of such humanistic personality traits of future psychologists as unconditional acceptance of others, empathy, tolerance, congruence, openness.

Key words: *personality, professional development, humanistic trait-quality, self-acceptance, conditional self-acceptance, unconditional self-acceptance, empathy, self-tolerance, tolerance, rejection, coherence.*

Рецензенти:

**д. психол. н., проф. Оксана ФУРМАН,
д. психол. н., проф. Наталія ШЕВЧЕНКО.**

Надійшла до редакції 10.03.2023.

Підписана до друку 11.04.2023.

Бібліографічний опис для цитування:

**Шаюк О.Я., Підгурська М.В., Шаюк Я.О. Безумовне особистісне самоприйняття як гуманістична риса психолога. *Психологія і суспільство*. 2023. №2. С. 221-232.
DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2023.02.221>**