

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет права, публічного управління та
національної безпеки

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

На правах рукопису

СЕМЧУК ГАННА РУСЛАНІВНА

УДК 159.922.8

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ СУЧАСНОГО СТУДЕНТА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ
ОСВІТИ**

053 «Психологія»

ОПП «Практична психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістра
кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання
ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ Г.Р.Семчук

Керівник роботи

Литвинчук Алла Іванівна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології

Житомир – 2024

Висновок кафедри психології

за результатами попереднього захисту: _____

Протокол засідання кафедри психології

№__ від «__» _____ 2023 року.

Завідувач кафедри _____

(науковий ступінь, вчене звання)_____
(підпис)_____
(науковий ступінь, вчене звання)**Результати захисту магістерської роботи**

Здобувач вищої освіти Семчук Ганна Русланівна захистила

кваліфікаційну роботу з оцінкою:

сума балів за 100-бальною шкалою _____

за шкалою ECTS _____

за національною шкалою _____

Секретар ЕК

Войцехівська Юлія Юріївна

АНОТАЦІЯ

Семчук Г.Р. Психологічний портрет сучасного студента закладу вищої освіти. – Кваліфікаційна робота на правах рукопису. Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра за спеціальністю 053 - психологія. – Поліський національний університет, Житомир, 2024.

Магістерська робота "Психологічний портрет сучасного студента закладу вищої освіти" присвячена комплексному вивченню психологічних особливостей студентів сучасних вищих навчальних закладів. У теоретичному розділі розглядаються ключові аспекти студентського життя, включаючи академічний стрес, адаптацію до навчального середовища, аспекти особистісного розвитку та соціальні взаємодії.

Емпіричний розділ роботи ґрунтується на результатах анкетування та інтерв'ювання студентів, щоб з'ясувати їхні власні переживання та враження від студентського життя. Дослідження висвітлює психологічні та емоційні аспекти, а також рівень задоволення навчанням та соціальними взаєминами. Враховуючи широкий спектр даних, розділ аналізує взаємозв'язки між різними факторами та створює загальний психологічний портрет сучасного студента.

Рекомендації практичному психологу надають конкретні стратегії та інструменти для підтримки студентів у вирішенні проблем, пов'язаних із стресом, адаптацією та особистісним розвитком. Окрема увага приділяється розвитку навичок саморегуляції та психологічної стійкості, сприяючи зміцненню психічного здоров'я студентів. Узагальнюючи, магістерська робота розглядає не лише психологічні аспекти студентського життя, але й пропонує практичні рекомендації для психологічної підтримки. Робота відзначається важливістю розуміння та врахування унікальних потреб та викликів, які студенти стикаються в сучасному вищому освітньому середовищі.

Ключові слова: анкетування, юнацький вік, вікові кризи, особистісне зростання, психологічний супровід, соціальна взаємодія.

ABSTRACT

Semchuk H.R. Psychological portrait of a modern student of a higher education institution. - Qualification work on the rights of a manuscript. Qualification work for the master's degree in specialty 053 - psychology. - Polissia National University, Zhytomyr, 2024.

The master's thesis "Psychological Portrait of a Modern Student of a Higher Education Institution" is devoted to a comprehensive study of the psychological characteristics of students of modern higher education institutions. The theoretical chapter discusses key aspects of student life, including academic stress, adaptation to the learning environment, aspects of personal development, and social interactions.

The empirical section of the paper is based on the results of questionnaires and interviews with students to find out their own experiences and impressions of student life. The study highlights psychological and emotional aspects, as well as the level of satisfaction with learning and social relationships. Taking into account a wide range of data, the section analyzes the relationships between different factors and creates a general psychological portrait of a modern student.

Recommendations for the practicing psychologist provide specific strategies and tools to support students in solving problems related to stress, adaptation, and personal development. Particular attention is paid to the development of self-regulation skills and psychological resilience, contributing to the strengthening of students' mental health. Summarizing, the master's thesis considers not only the psychological aspects of student life, but also offers practical recommendations for psychological support. The paper emphasizes the importance of understanding and addressing the unique needs and challenges that students face in today's higher education environment.

Keywords: survey, adolescence, age crises, personal growth, psychological support, social interaction.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПОБУДОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОРТРЕТУ СУЧАСНОГО СТУДЕНТА	10
1.1 Поняття «психологічний портрет». Особливості створення психологічного портрету особистості.....	10
1.2. Властивості особистості як невід’ємна риса успішного здобувача вищої освіти.....	17
1.3. Сучасні психоемоційні виклики здобувачів вищої освіти.....	21
Висновки	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОРТРЕТУ УСПІШНОГО ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ	25
2.1. Методи та методики дослідження психологічного портрету здобувача вищої освіти.....	25
2.2. Аналіз результатів дослідження психологічного портрету сучасного студента.....	28
Висновки	34
РОЗДІЛ 3. СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	35
3.1. Стратегії психологічної підтримки здобувача вищої освіти	35
3.2. Роль психолога в освітньому процесі закладів вищої освіти.....	38
3.3. Програма підтримки емоційного благополуччя студентів.....	39
Висновки	41
ВИСНОВКИ	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	44

ВСТУП

Актуальність теми. В умовах сьогодення стан ментального здоров'я, успіху особистості у суспільстві, поведінка людини та вміння контактувати в соціумі все більше визначається психологічними чинниками. Сучасному суспільству потрібні висококваліфіковані спеціалісти, успішні та компетентні особистості, які спроможні формувати психологічне здоров'я соціуму за допомогою знань, засвоєних та використаних на практиці у вищому навчальному закладі.

Проблема психології особистості була предметом дослідження багатьох науковців таких як: А. Маслоу, Е. Берн, В. Франкл та ін.

Було сформульовано низку концепцій особистості, представлених видатними психологами різних шкіл думок. Серед них варто зазначити фрейдизм та неофрейдизм - теорію особистості З. Фрейда, аналітичну психологію К. Юнга, індивідуальну психологію А. Адлера, соціокультурну психологію Карен Хорні, гуманістичний психоаналіз Е. Фромма, епігенетичну теорію розвитку особистості Е. Еріксона. Також важливе місце відводиться диспозиційному напрямку у психології особистості – диспозиційній теорії Гордона Оллпорта, теорії типів особистості Ганса Айзенка, структурній теорії рис особистості Раймонда Кеттела, а також когнітивному підходу до особистості, включаючи розвиток мислення в онтогенезі за теорією Жана Піаже, теорію особистісних конструктів Джорджа Келлі, теорію поля Курта Левіна та інші. Кожна з цих концепцій вносить важливий вклад у розуміння складних аспектів та розвиток особистості в психологічній науці.

Метою дослідження є розробка та обґрунтування теоретичних, методичних та прикладних аспектів формування психологічного портрету успішного здобувача вищої освіти.

Реалізація мети передбачає розв'язання таких *завдань*:

- визначити значення психологічно-організаційної культури особистості в формуванні успішного здобувача вищої освіти;
- дослідити вплив «успішного студента» на формування організаційної

культури у вищому навчальному закладі;

– оцінити особисті здібності, якості та мотиваційну складову в формуванні успішного здобувача освітніх ступенів у вищому навчальному закладі;

– застосувати правила та прийоми складання психологічного портрету особи, згідно алгоритму;

– використовувати способи представлення психологічної інформації при складанні психологічного портрету;

– з'ясувати особливості характеру, особистих якостей та поведінки успішного здобувача вищої освіти.

Об'єктом дослідження є процес формування, розробка психологічного портрету успішного здобувача вищої освіти.

Предмет дослідження: психологічний портрет сучасного студента закладу вищої освіти.

Теоретико-методологічна база дослідження ґрунтується на комбінації кількох ключових підходів, спрямованих на глибоке розуміння та аналіз психологічних аспектів студентського життя. Використання теоретичних концепцій відомих психологів, таких як З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, Карен Хорні, Е. Фромм, Е. Еріксон та інших, надає теоретичну базу для розуміння основних психічних процесів та особистісного розвитку студентів. Застосування анкетування та інтерв'ювання дозволяє збирати конкретні дані про думки, відчуття та досвід студентів. Ці емпіричні дані створюють можливість аналізу реальних ситуацій та взаємозв'язків у студентському середовищі. Врахування диспозиційної теорії особистості Гордона Оллпорта та теорії типів особистості Ганса Айзенка допомагає в ідентифікації індивідуальних рис та особливостей студентів. Застосування когнітивного підходу, включаючи теорію розвитку мислення за Жаном Піаже, теорію особистісних конструктів Джорджа Келлі та теорію поля Курта Левіна, дозволяє глибше розуміти процеси мислення та конструкції особистості у студентів.

Методи та організація дослідження. Для дослідження використано

сукупність загально-наукових та спеціальних методів, а саме: вивчення, аналізу і синтезу, емпіричний та описово-індуктивний методи, та ін. Проведення стандартизованого опитування серед студентів для збору кількісних даних. Анкета включатиме питання, спрямовані на вивчення різноманітних аспектів студентського життя, таких як рівень стресу, ступінь задоволення навчанням, взаємини з оточуючими та використання технологій. Проведення інтерв'ю з вибірковими групами студентів для отримання якісних даних та глибшого розуміння їхніх особистих досвідів та переживань. Це дозволить виявити внутрішні мотивації, уявлення про успіх та особисті цінності. Організація фокус-груп для обговорення ключових аспектів студентського життя. Це дозволить виявити спільні тенденції, а також врахувати різноманітність поглядів та досвідів студентів.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягають у глибокому аналізі та розкритті комплексного взаємодії психічних, соціальних та особистісних аспектів студентського життя, що сприяє розширенню розуміння феномену вищої освіти та психологічних особливостей сучасного студента. Одним з ключових аспектів є використання інтегрованого методологічного підходу, який поєднує якісні та кількісні методи дослідження. Це дозволяє отримати повніший та об'єктивний психологічний портрет студента, враховуючи його індивідуальні особливості та загальні тенденції.

Практичне значення дослідження отримані результати можуть стати основою для подальших наукових досліджень у сфері психології освіти та розвитку ефективних психологічних інтервенцій для покращення психічного стану сучасних студентів вищих навчальних закладів.

Апробація та публікації результатів дослідження: Основні положення та результати дослідження були представлені на науково-практичній конференції «Студентські читання – 2023», Поліський національний університет на теми:

- «Аналіз психологічного стресу та механізмів адаптації сучасних студентів до вищого освітнього середовища.»

- «Дослідження взаємодії студентів з технологіями та соціальними мережами та їх вплив на психосоціальний стан.»
- «Дослідження впливу вищої освіти на особистісний розвиток студентів та їхню здатність до самовизначення.»

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (24 найменування, з яких 5 іноземною мовою) та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 46 сторінок, основний зміст роботи викладено на 42 сторінках. Робота містить 1 таблицю.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПОБУДОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОРТРЕТУ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Поняття «психологічний портрет». Особливості створення психологічного портрету особистості.

Внутрішній світ людини надзвичайно різноманітний та цікавий. Кожна людина, що проживає на планеті Земля – багатогранна індивідуальність, яка відрізняється рисами характеру, типом нервової системи, потребами, інтересами, вмінням розставляти життєві пріоритети, добиватись конкретних цілей, будувати суспільні та соціальні відносини з оточуючими людьми. Формування особи починається з перших місяців та років життя [24].

Психологія відповідає на питання чому людина поводиться так чи інакше в даній ситуації. Ця наука допомагає зрозуміти не тільки поведінку інших людей, але і пояснити свою. Ці знання дозволяють правильно поводитися в нелегких ситуація, виходити з них, а іноді і обійти. Так, знаючи свої слабкі і сильні сторони, можна уникати небажаних конфліктів. Психологічні знання допомагають правильно поводитися в соціумі. Для того щоб краще розібратися в особистості і з'ясувати риси властиві людському характеру кваліфіковані спеціалісти складають психологічний портрет людини, як особистості [18, 22].

Психологічний портрет особистості – це комплексна психологічна характеристика людини, що містить опис його внутрішнього та зовнішнього складу особистості, враховуючи вроджені особливості нервової системи та набуті якості впродовж життя [2].

Психіка людини достатньо складний механізм, вона складається з багатьох компонентів, які тісно переплітаються між собою, а в результаті формується унікальний і неповторний малюнок, ніби відбиток пальця. Психологічний портрет використовують у своїй роботі психологи, психіатри, педагоги, криміналісти, HR-спеціалісти. У кожного з них свій підхід до діагностики

основних параметрів та свій інструментарій, щодо використання знань на практиці. Всі спеціалісти також мають різні цілі. Психологи складають портрет, щоб виявити сильні та слабкі сторони клієнта, його внутрішні суперечності, травми та розробити стратегію вирішення проблем. Педагогам він потрібний, щоб підібрати оптимальну модель навчання. Криміналістам – щоб краще зрозуміти особистість злочинця. HR-фахівцям – щоб визначити, чи відповідає претендент на запропоновану посаду при влаштуванні на роботу. Формування позитивних особистісних рис базується на розвитку інтелекту та підвищення рівня культури [1].

Навіщо потрібний психологічний портрет звичайній середньостатистичній людині, чия діяльність не пов'язана з жодною з професійних сфер, чи потрібно складати психологічний портрет? Здавалося б, ніхто не може знати людину краще за неї саму. Наше особисте сприйняття самих себе дуже спотворене. На нього впливають: психологічний захист, помилкові переконання, дитячі травми та інше психологічне «сміття» [23].

Якісні діагностичні методики здатні обійти всі ці фактори та видати максимально об'єктивний та чистий результат. Застосовувати його можна буде у таких цілях як [20]:

- самопізнання; (психологічний портрет дозволить поглянути він із боку і побачити те, що було приховано від саморефлексії, це дасть багато нових можливостей щодо роботи над собою).
- профорієнтація; (не всі люди легко можуть визначитися з вибором сфери діяльності, психологічний портрет допоможе визначити, у яких видах діяльності ви зможете розкритися найкраще).
- сумісність із людьми; (при виборі партнера для спільного життя або для бізнесу потрібно ознайомитися з його психологічним портретом, адже це допоможе побудувати гармонійні відносини, правильно розподілити ролі, обійти «підводне каміння» у взаємодії).

- ефективно ділове спілкування; (знаючи особливості ваших клієнтів чи партнерів, ви зможете розробити стратегію взаємовигідного співробітництва).

Під психологічним портретом розуміється цілісний систематизований документ, що містить вибірковий, але достатній комплекс відомостей та інформації про психологію обличчя людини. Складати психологічний портрет – значить визначити психологічну своєрідність конкретного обличчя, звернувши увагу на ті характеристики, що можуть бути безпосередньо використані для рішення певних завдань. Головною рушійною силою розвитку індивідуальності є її програмуючі властивості - спрямованість, інтелект і самосвідомість. Індивідуальність володіє власним внутрішнім психічним світом, самосвідомістю і саморегулюванням поведінки, як організатор поведінки свого «Я» [3].

Структура психологічного портрету за Козляковським П.А. [8]:

1. Зовнішні ознаки психологічних властивостей людини (особливості носіння одягу, взуття, манера говорити, жестикуляція, міміка, особливі прикмети і т.д.) [8].
2. Психологічні особливості способу життя людини (характеристика занять, відношення до них, способів задоволення потреб) [8].
3. Особливості проведення дозвілля [8].
4. Коло спілкування (з ким і як часто спілкується) [8].
5. Статус у рольовому поведженні людини в системі спілкування [8].
6. Характер прийнятих рішень [8].
7. Конкретні вчинки [8].

Для складання психологічного портрету треба виділити наступні індивідуально-психологічні якості (особливості) особистості [8]:

- а) міміка, жести, темпо-інтонаційні особливості мови (свідчать про темперамент людини);
- б) зміст висловлень (говорить про мотиви, ціннісні орієнтири);
- в) лексика і характер висловлень (свідчать про професійну приналежність);

г) говір (говорить про національність, місця постійного чи тривалого проживання);

д) жестикуляція, манера носіння одягу (допомагають судити про вік, досвід і статус). [8]

Об'єктивність психологічного портрету може бути забезпечена тільки в тому випадку, коли виявляється й оцінюється весь комплекс зовнішніх ознак станів і властивостей людини. Тому той, хто вивчає аудіовізуальну психодіагностику, повинен активно «зондувати» об'єкт із метою виклику схованих психологічних реакцій [8].

Вирішальне значення при цьому має вміння швидко оцінювати людину за наступними критеріями [22]:

- 1) рівень самооцінки;
- 2) склад розуму;
- 3) потенціал впливу на інших людей (сильний чи слабкий);
- 4) вольові якості;
- 5) емоційний стан;
- 6) темперамент;
- 7) психічний стан;
- 8) характер;
- 9) саморегуляція;
- 10) комунікативність;
- 11) мотивація.

Розглянемо деякі з цих критеріїв більш детально.

Темперамент - властивість особистості є найбільш важливою для складання психологічного портрета (найпомітнішим проявом), тому що загалом відображає роботу психіки - загальмовану або більш рухливу. Одні люди повільні, спокійні, незворушні – їх емоційні стани змінюються вкрай рідко, інші навпаки швидкі, схильні до бурхливих емоційних реакцій. Як правило, достатньо спостерігати відносно невелику кількість часу за людиною, щоб практично безпомилково визначити, який у нього тип темпераменту [8].

Сталою вважається наступна класифікація темпераментів [22]:

- флегматик (незворушний, повільний, зовні скупий на прояв будь яких емоцій, має стійкий настрій);

- холерик (швидкий і водночас неврівноважений, стрімко змінюється настрої та виникають емоційні спалахи);

- меланхолік (схильний у постійному переживанні та переживуванні подій свого життя та гостро реагує на зовнішні чинники, емоційно вразливий, навіть підвищено вразливий);

- сангвінік (гарячий, живий, рухливий, лабільний, із швидкою реакцією на всі навколишні події, якщо вмотивований, то досить продуктивний, проте не може пересилити себе, якщо робота йому здається нецікавою та нудною).

Характер – сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості.

Вирізняють чотири групи характеристик характеру:

1. Ставлення до праці: акуратність, працьовитість, сумлінність, схильність до творчості, ініціативність, або навпаки, лінь, недобросовісність, пасивність.

2. Ставлення до інших людей: чуйність та чуйність, товариськість, повага до інших людей і протилежні черствість, замкнутість, грубість.

3. Ставлення до речей: ощадливе чи халатне ставлення, охайність чи неохайність.

4. Ставлення до себе: самокритичність, скромність, почуття власної гідності, егоїзм, зарозумілість, марнославство.

Також виділяють такі типи акцентуцій за К. Леонгардом: гіпертимний, лабільний, екзальтований, емотивний, тривожний, педантичний, збудливий, демонстративний, ригідний, дистимічний [12].

Мотивація – психофізіологічний процес, який керує поведінкою людини, що задає її активність, спрямованість, стійкість та організацію. У кожної людини повинен бути мотив до чогось – узагальнений образ матеріальних чи ідеальних предметів, що становлять йому цінність. При складанні психологічного портрету важливо знати як мотивована людина, зовнішніми чи внутрішніми чинниками [7].

Здібності – характеристики особистості, за умов успішного здійснення певної діяльності, які не зводяться до навичок, умінь і знань, а, швидше, до глибини, швидкості та міцності оволодіння прийомів та способів діяльності. Також є поняття схильності та обдарованості. Схильність як мотиваційний компонент діяльності, а обдарованість це якісне поєднання здібностей, дане від народження або розвинене в дитинстві [22].

Емоційність – здатність особистості відображати зміст переживань, настрою, характеру, реакція у відповідь на навколишній світ. Емоційність тісно пов'язана з темпераментом. Наприклад, холерики блискавично змінюють емоції, тоді як флегматики дуже повільно, а меланхоліки схильні до апатії та депресивного стану [8].

Інтелектуальність - система психічних процесів, які забезпечують реалізацію здатності людини оцінювати ситуацію, приймати рішення і відповідно регулювати свою поведінку. Однак це складний процес. Найчастіше вам може здатися, що людина нестерпно неінтелектуальна, проте пізніше здивує, коли виявить свій інтелект в іншій сфері життя. Все тому, що його видів дуже багато: просторовий, тілесно-кінетичний, просторовий, логіко-математичний, музичний, натуралістичний, внутрішньоособистісний [8]. Якщо людина не здатна вести грамотний діалог, це не обов'язково свідчить про її обмеженість.

Вміння спілкуватися – при різних взаємодіях людина може проявляти себе по-різному з тієї причини, що в неї змінюються внутрішні установки, переконання, і навіть емоційний стан, коли, наприклад, під час діалогу до кімнати входить третя людина. Тому вміння спілкуватися варто розглядати з різних боків з огляду на внутрішні установки людини [8].

Вольові якості - здатність людини приймати рішення на основі розумового процесу та спрямовувати свої думки та дії відповідно до прийнятого рішення [8].

Складаючи психологічний портрет, ви повинні зрозуміти, чи вміє людина приймати складні рішення, чи не відступає від свого слова і наскільки успішно може дисциплінувати себе і бути терпеливою [8].

Рівень самоконтролю – здатність контролювати свої емоції, думки та поведінку. Дуже тісно пов'язаний із вольовими якостями та з поняттям психічної саморегуляції. Якщо говорити просто, то спеціалісту потрібно зрозуміти, чи вміє людина жертвувати миттєвими насолодами для досягнення більшого успіху в житті [8].

Самооцінка – уявлення людини про важливість своєї особистості, діяльність серед інших людей та оцінювання себе, власних якостей та почуттів, достоїнств та недоліків. Самооцінка може бути заниженою, завищеною та адекватною, що і необхідно з'ясувати. Після того, як ви детально описали людину (або саму себе) по всіх пунктах, починайте складання психологічного портрета. Зробити це можна за допомогою різних опитувальників, наприклад: рівень суб'єктивного контролю Дж. Роттера, індивідуально-типологічний опитувальник Л.М. Собчик, опитувальник Р. Кеттел, характерологічний опитувальник Леонгард та інші [21].

Варто підкреслити, що при психологічній ідентифікації людини ми часто зустрічаємося з маскувальним поведінням, навмисно демонструючими почуттями і переживаннями або навпаки їх відсутністю. Виявляючи різну експресію, імітуючи стан пригніченості, стриманості, оптимізму, безтурботності, людина нерідко прагне замаскувати свій дійсний психічний стан у даний момент і своє відношення до сформованої ситуації і її окремих елементів. Тому спеціаліст повинен вміти міркувати за інше обличчя, сполучаючи це з аналізом власних міркувань. Він ніби «занурюється» у свого партнера, встає на його позицію, приміряє на себе його «маску», вивчає «Я-концепцію» іншої людини, щоб зрозуміти, як даний суб'єкт бачить себе, уявляє свої достоїнства і недоліки, своє відношення до ситуації [21]. При бесіді важливо поставити перед собою ряд запитань («Про що говорить стриманість, спокій чи нестриманість, чи тривожність цієї людини?»; «Яку роль вона намагається грати?»; «Чому саме цю роль?»). Психологічна ідентифікація стану людини, що спостерігається, її схвильованості, страху, тривоги, злості, спокою здійснюється

спостереженням за виразом обличчя, очей, жестів і позою, темпо-інтонаційними особливостями голосу, паузами мови [14].

1.2 Властивості особистості як невід’ємна риса успішного здобувача вищої освіти

Поняття «інтелект» як об’єкт наукового дослідження було введено в психологію англійським антропологом Френсісом Гальтоном (1822 – 1911) у кінці XIX століття. Під впливом еволюційної теорії Чарльза Дарвіна (1809 – 1882), він вважав вирішальною причиною виникнення будь-яких індивідуальних відмінностей, як тілесних, так і психічних, фактор спадковості [24].

Сучасний випускник вищого навчального закладу повинен не лише володіти теоретичними знаннями та практичними навичками, а й мати відповідний рівень загальнокультурних і фахових компетентностей. Висококваліфікований майбутній успішний фахівець – це перш за все інтелектуально розвинена особистість, здатна до творчої професійної діяльності. Завдання сучасної вищої школи полягає не в тому, що дати студентам певний набір знань, а в тому, щоб навчити їх самостійно орієнтуватись у різноманітних джерелах інформації та постійно поповнювати знання та уміння. Навчання у вищих навчальних закладах має забезпечувати сприятливі умови для реалізації індивідуальної траєкторії життєдіяльності, зокрема інтелектуального розвитку майбутніх фахівців. У психології немає цілісного тлумачення поняття «інтелект». Воно визначається як «стала структура розумових здібностей індивіда»; його ототожнюють з пізнанням взагалі, з системою розумових операцій, з пізнавальними здібностями людини, зі стилем і стратегією рішення проблем, когнітивним стилем як пізнавальним досвідом і ставлення до світу [15].

Найчастіше в психолого-педагогічній літературі зустрічаються такі означення:

1. Інтелект як здатність до навчання (А. Біне, Ч. Спірмен, В. Хенмон, Т. Вудроу, В. Діаборн).

2. Інтелект як здатність оперувати абстрактними символами і відношеннями

(Л. Термен, Ф. Беллерд, Р. Торндайк).

3. Інтелект як здатність адаптуватись до навколишнього середовища (В. Штерн,

Р. Фрімен, Р. Пінтер, Л. Терстоун, Дж. Петерсон).

Проаналізувавши певну кількість психолого-педагогічної літератури можемо зробити висновок, що більшість вчених розуміють інтелект як здатність індивіда пристосовуватись до умов навколишнього середовища (у широкому розумінні). Також, поняття інтелекту включає не лише процес мислення, але і індивідуальний світ людини. Важливою ознакою інтелекту є здатність людини сприймати і опрацьовувати інформацію. Саме здатність до опрацювання інформації визначає рівень нашого інтелекту [15].

Проблема визначення рівня інтелекту є актуальною в контексті професійного відбору кадрів. З цією метою широко використовуються тести інтелекту, а особливо тести структури інтелекту. Розподіляється інтелект серед населення не рівномірно, а згідно закону нормального розподілу (розподіл Гауса). Лише незначна частина людей має дуже низький інтелект, так само і дуже високий. Майже 70% людей мають коефіцієнт інтелектуальності у межах 85-115 пунктів, тобто загалом домінує середній рівень інтелекту.

На сьогоднішній день розроблено досить багато тестів для оцінки інтелекту, найбільше використання з яких мають школи Векслера та тест Стенфорд-Бінне. Щоб здійснювати оцінку інтелекту, здебільшого використовують два субтести – вербальний та невербальний. В одному пропонують задачі, що потребують дій за допомогою слів. В іншому субтесті потрібно виконувати завдання, практично не пов'язані із семантичними діями. Загальна оцінка визначається сумою оцінок вербального та невербального субтестів і називається "коефіцієнтом інтелекту", скорочено IQ [17].

Таким чином, коефіцієнт інтелекту – це кількісний показник рівня інтелектуального розвитку, який визначається за допомогою тестів інтелекту.

Тести інтелекту створюються у цілком конкретних соціальних умовах, тому у них відображаються соціальні норми та цінності, а також стандарти поведінки та мислення, притаманні певній культурі, а це, у свою чергу, обмежує сферу їх застосування.

Існує так звана теорія «порогу інтелекту» для професійної діяльності, яку запропонував Д.Н. Перкінс. Для кожної професії існує певний рівень розвитку інтелекту. Люди, які мають IQ нижче певного визначеного рівня не здатні опанувати дану професію. Якщо ж IQ перевищує цей рівень, то між рівнем досягнень в професійній діяльності та рівнем інтелекту не можна прослідкувати ніякого значущого кореляційного зв'язку. Успішність професійної діяльності визначатиметься не когнітивними здібностями, а наполегливістю, особистісними якостями індивіда, системою цінностей тощо. Численні наукові дослідження підтверджують, що студентський вік є надзвичайно [14].

Найяскравішим доказом особистісної зумовленості мислення та інтелекту є поняття інтелектуальної активності особистості. Йдеться про активність особистості в пошуку, постановці й розв'язуванні інтелектуальних задач. Як зазначає Д. Б. Богоявленська, розглядаючи проблему інтелектуальної активності можна дивуватися чомусь незвичайному, неочікуваному, і тоді сама ситуація стимулює наш інтелект.

Інтелектуальна активність є особистісною власністю, власністю цілісної особистості, яка не зводиться ні до загальних розумових здібностей, ні до мотиваційних факторів розумової діяльності.

Метод «Кривого поля» Д. В. Богоявленська визначила три рівні інтелектуальної активності – стимульно-продуктивний, евристичний, креативний. Стимульно-продуктивний, або пасивний, рівень має місце тоді, коли людина досить старанно працюючи, залишається в межах заданого або знайденого способу дії. Йдеться не про відсутність розумової діяльності взагалі, а про брак внутрішнього джерела її стимуляції – пізнавального інтересу. Другий рівень – евристичний. Тут люди вже виявляють певною мірою інтелектуальну активність, не стимульовану зовнішніми факторами, шукають нові засоби. Однак

еврист схильний виявити тільки емпіричні закономірності, які дають змогу вирішувати поставлені ззовні задачі, на відміну від креативів (третій рівень), для яких емпірична закономірність стає не формальним засобом, а самостійною проблемою. Якісна особливість креативів – самостійна, не стимульована ззовні постановка проблеми.

Отже, стимульно-продуктивний рівень відповідає прийняттю і продуктивному вирішенню задач, однак у межах уже поставлених проблем. Евристичний рівень відповідає відкриттю нових закономірностей емпіричним шляхом. Креативний рівень відповідає теоретичним відкриттям, коли вчений будує теорію, яка пояснює факти, ставить нову наукову проблему.

Сензитивним для реалізації інтелектуальних можливостей і подальшого інтелектуального розвитку. Наприклад, на цей вік припадає найбільш високий рівень інтелектуальних функцій, а саме, – 19 років для пам'яті та 20 років для мислення. Кожен період життя характеризується не тільки значними коливаннями всіх функцій, але й великою їхньою різноспрямованістю [19].

Під час організації навчання у вищих навчальних закладах, планування навчання, складанні навчальних програм та підготовці підручників для студентів, необхідно також враховувати структуру індивідуального інтелекту, оскільки рівні інтелекту і його структура є основним, що визначає успішність засвоєння навчального матеріалу. Оскільки у людей різний тип інтелекту, то необхідно планувати їх навчання, спираючись на сильні сторони їхнього розуму і розвивати при цьому слабкі, наскільки це можливо. Очевидно, що існує позитивний зв'язок між здатністю учитись та інтелектом. Здатність до навчання визначає успішність оволодіння новими знаннями, а інтелект – успішність застосування цих знань для розв'язування задач. Високий інтелектуальний рівень особистості характеризується не лише більш високими рівнями уваги та успішністю (продуктивністю) розумової роботи, але і меншими, ніж в інших випадках, енергетичними затратами організму на процес розумової діяльності [14].

1.3. Сучасні психоемоційні виклики здобувачів вищої освіти.

Вища освіта представляє собою вищий рівень професійної формації, що визначається орієнтацією на підготовку фахівців у різноманітних наукових галузях, базуючись на наявній середній (повній) загальній або середній професійній освіті.

В законодавстві, зокрема в Законах України "Про освіту" та "Про вищу освіту", чітко розглядаються терміни "якість освіти (вищої освіти)" та "якість освітньої діяльності". Згідно із Законом України "Про вищу освіту" (2014), якість вищої освіти визначається як "відповідність результатів навчання вимогам, встановленим законодавством, відповідним стандартом вищої освіти та/або договором про надання освітніх послуг". Оскільки результатом навчання є формування інтегральних якостей особистості, логічно визначати якість вищої освіти як показника особистісного розвитку та підготовки випускника, що свідчить про реалізацію освітніх цілей та досягнення запланованих результатів освітньо-професійної підготовки [7].

Забезпечення якості вищої освіти передбачає створення належних умов для особистісного та професійного розвитку здобувача (студента, слухача), успішної реалізації ним освітньо-виховних цілей та досягнення запланованих результатів. Місія сучасної вищої школи полягає в створенні сприятливого освітнього середовища, спрямованого на самостійну навчально-пізнавальну, науково-дослідницьку та професійно-практичну діяльність студента. Організація конкурентоспроможного середовища, визначення власних освітньо-професійних пріоритетів, побудова індивідуальної траєкторії навчання та виховання, розробка дієвого алгоритму реалізації поставлених цілей – це важливі аспекти стратегії "забезпечення якості вищої освіти" [9].

Отже, ця стратегія передбачає взаємопов'язану і взаємоузгоджену діяльність всіх суб'єктів освітнього процесу, що глибоко тренує та розвиває розумові здібності студента, сприяє його самостійності та плануванню в різних аспектах, розширює кругозір та допомагає в ранньому розпізнаванні нових

можливостей. Забезпечення вищою освітою може служити вирішальним фактором для досягнення успіху в кар'єрі та особистому розвитку, що стає визначальним у досягненні спільної мети. Навіть існують практичні приклади, де відомі особистості, такі як Білл Гейтс, Стів Джобс або Бакмінстер Фуллер, досягли значущого успіху, не маючи вищої освіти.

Щоб досягти успіху, важливо дотримуватися принципів саморозвитку, використовуючи всебічний підхід до навчання у різних напрямках, а також вдосконалювати навички у точних і гуманітарних науках. Визначено, що самоосвіта є вирішальним правилом, оскільки сучасний світ постійно розвивається, і нові технології впроваджуються щоднини [8].

Успішність часто визначається сміливістю, готовністю до ризику, впевненістю у собі, терплячістю та сильним характером. Існує вірність, що успіх і вдача грають важливу роль, дозволяючи особі знаходитися у потрібному місці в потрібний момент.

Важливий аспект успіху – це соціальні зв'язки та дружба, які сприяють розвитку мережі знайомств. Вища освіта визнається сучасним суспільством як необхідність та престиж, проте авторитетно вказується, що це не завжди є ознакою освіченості, розумових здібностей чи успіху в особистому житті.

Американська журналістка Сідні Дж. Харрісом стверджує: "Загальна мета освіти полягає в тому, щоб перетворити дзеркала в вікна". Вища освіта – це не самоціль, а засіб, який розкриває десятки і сотні вікон можливостей у досліджуваній сфері. Ці можливості впливають на життя кожної особи, але їх визначення і використання залежать від самої людини [10].

Успіх у навчанні залежить від мотивації, установки, пізнавальних потреб, інтересів, а також цілеспрямованості та вольових якостей студента. Рівень інтелектуального розвитку, багаж знань і вмінь також впливають на успішність студента. Таким чином, досягнення успіху в навчанні та житті обумовлені великою кількістю психологічних чинників, що вимагає врахування і збалансованості.

5 ключових правил, які сприятимуть формуванню успішного студентського шляху:

Розвивайте свої цінності

Сучасний студент, як психосоціальний суб'єкт, повинен активно культивувати свої цінності. Повага до інших, чесна праця, доброта та співчуття – це не тільки елементи навчального плану, але й основи психосоціального взаємодії в суспільстві. Культивування цінностей сприяє формуванню особистісних орієнтацій та визначає успіх студента у визрілому віці.

Розвивайте навички

Очевидно, що студентська адаптація в сучасному світі передбачає активний розвиток широкого спектру психологічних навичок. Комунікаційні вміння, технологічна грамотність, гнучкість та саморозвиток – це лише кілька ключових аспектів, які сприяють успішній адаптації. Використовуючи різноманітні джерела навчання, студент підтримує свій психологічний арсенал для подальшого розвитку.

Створюйте стратегію

Студент, як психологічний суб'єкт, повинен визначити чітку стратегію освітнього та особистісного розвитку. Це дозволяє стежити за власним прогресом, забезпечуючи мотивацію та самооцінку. Наявність стратегії визначає саморегуляцію, дисципліну та додаткову мотивацію, що сприяє ефективному руху від поставлених цілей до їх конкретизації.

Наполегливість та зусилля – важливі якості

Психологічні особливості студентського середовища вимагають наявності наполегливості та самоконтролю для подолання викликів. Здатність долати труднощі та не зупинятися під час навчання є ключовою для успішного студентства.

Практика – ключ до вдосконалення

Психологічно важливою частиною студентського досвіду є здатність використовувати отримані знання на практиці. Подолання розриву між теорією

та практикою сприяє формуванню прикладних навичок та розумінню важливості власної освіти в особистісному розвитку.

Висновок:

У висновку до теоретичного розділу "Теоретичні засади побудови психологічного портрету сучасного студента" можна визначити, що аналіз та вивчення психологічних аспектів студентського життя має велике значення для розуміння та підтримки їх успішної адаптації до вищого освітнього середовища. Засвоєння теоретичних принципів побудови психологічного портрету студента відкриває широкі можливості для розвитку педагогічних та психологічних стратегій, спрямованих на підвищення ефективності освітнього процесу.

Сучасний студент є складним психосоціальним суб'єктом, і розуміння його особливостей та потреб є важливим етапом у вдосконаленні освітніх практик та формуванні підходів до підтримки студентського розвитку. Теоретичні відомості, що висвітлюють психологічні аспекти студентства, слугують основою для подальших досліджень та розробки програм, спрямованих на забезпечення психологічного благополуччя та успіху студентської громади.

Побудова психологічного портрету студента відкриває можливість для індивідуального підходу до кожного студента, враховуючи його особистість, психічні особливості та потреби. Розуміння основних психологічних засад сприяє створенню ефективних програм психосоціальної підтримки, спрямованих на розвиток студентів у всіх аспектах їхнього життя – від навчання та до особистісного зростання.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОРТРЕТУ УСПІШНОГО ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

2.1. Методи та методики дослідження психологічного портрету здобувача вищої освіти.

В контексті дослідження на тему "Психологічний портрет сучасного студента закладу вищої освіти" методи анкетування та інтерв'ю є надзвичайно доцільними, оскільки вони надають можливість отримати різнобічний та глибокий погляд на психологічний стан та особистісний розвиток студентів.

Анкетування, через використання стандартизованих питань, дозволяє отримати кількісні дані, які можуть бути легко оброблені та порівняні. Це особливо важливо для визначення загальних тенденцій, таких як рівень стресу, задоволення навчанням чи соціальні взаємини, і створення об'єктивного образу сучасного студента.

З іншого боку, інтерв'ю надає можливість отримати якісні дані, вивчаючи глибше емоційний стан, особисті враження та конкретні досвіди студентів. Воно дозволяє дослідникові задавати деталізовані питання та виявляти індивідуальні особливості, які не завжди можна визначити за допомогою стандартизованих анкет.

Програма дослідження, яка була нами розроблена, проводилась за такими етапами:

1. підбір та проведення окремих психодіагностичних методик;
2. аналіз та інтерпретація психологічних методик;
3. визначення особистісних якостей, що необхідні для успішних здобувачів вищої освіти.

Для визначення психологічних портретів студентів було проведено наступні психодіагностичні методики:

- Методика діагностики самооцінки тривожності Ч. Д. Спілбергера і Ю. Л. Ханіна;

- Методика багатофакторного дослідження особистості Р. Кеттелла;
- Власні розроблені анкетування та інтерв'ю.

Вибір даних зазначених методик заснований на тому, що психологічні підструктури особистості такі як темперамент, емоційні стани людини, інтереси, здібності, уміння та навички, моральні риси характеру виявляють себе в умовах життя особистості, в їх зовнішніх та внутрішніх проявах. Структура особистості поступово складається в процесі її фізичного, духовного, психоемоційного, соціального розвитку.

Анкета «Психологічний портрет сучасного студента вищої освіти»

Примітка: Переконайтеся, що ви гарантуєте анонімність та конфіденційність учасникам дослідження.

1. Який ваш статус у вищому навчальному закладі (бакалавр, магістр, аспірант, інше)?
2. Задайте оцінку вашому рівню стресу на основі 10-бальної шкали.
3. Якою ви оцінюєте свій рівень задоволення навчанням (1 - дуже низький, 10 - дуже високий)?
4. Як часто ви використовуєте соціальні мережі протягом тижня?
5. Як ви оцінюєте вплив соціальних мереж на ваші стосунки та взаємодії з оточуючими?
6. Які основні фактори стресу для вас у навчальному процесі?
7. Як часто ви відчуваєте втомленість від навчання?
8. Чи займаєтеся ви спортом або іншою фізичною активністю?
9. Як ви оцінюєте рівень свого соціального життя на кампусі (1 - дуже погано, 10 - дуже добре)?
10. Як ви впораєтеся із негативними емоціями та стресом?
11. Як часто ви відчуваєте внутрішню мотивацію для навчання та досягнення успіху?
12. Які аспекти навчального процесу найбільше вас стимулюють?
13. Як часто ви взаємодієте із своїми викладачами поза класом?
14. Чи відчуваєте ви підтримку з боку своїх одногрупників?

15. Як ви оцінюєте свою здатність до саморегуляції та управління часом?
16. Які аспекти навчання викликають у вас найбільше відчуття виклику та інтересу?
17. Як ви розумієте свої особисті цілі та завдання у вищому навчальному закладі?
18. Якою ви оцінюєте рівень своєї самооцінки (1 - дуже низький, 10 - дуже високий)?
19. Чи берете ви участь у волонтерських або громадських ініціативах на факультеті?
20. Які аспекти студентського життя ви вважаєте найбільш важливими для свого особистісного розвитку?

Дякуємо за вашу участь у дослідженні!

Інтерв'ю на тему «Психологічний портрет сучасного студента закладу вищої освіти»

Структура та організація дня:

Як виглядає ваш типовий день у вищому навчальному закладі? Які аспекти вашого розкладу є для вас найбільш важливими або викликають найбільше стресу?

Мотивація та самоідентифікація:

Що мотивує вас навчатися? Як ви визначаєте свої основні цілі та завдання у вищому навчальному закладі?

Стрес та способи копіngu:

Які ситуації чи фактори викликають у вас стрес у студентському середовищі? Як ви зазвичай впораєтеся із стресом та труднощами?

Взаємодія та спільнота:

Як ви взаємодієте із своїми одногрупниками? Чи важлива для вас соціальна підтримка в студентському середовищі?

Особисті цінності та розвиток:

Які особисті цінності для вас найбільш важливі у часи навчання? Як ви бачите свій особистісний розвиток під час навчання?

Використання технологій:

Як ви використовуєте технології в навчальному процесі та в особистому житті?
Як це впливає на ваше емоційне становище?

Відносини із викладачами:

Як ви оцінюєте ваші стосунки із викладачами? Чи взаємодієте ви поза академгрупою?

Погляд на майбутнє:

Як ви бачите своє майбутнє після завершення вищої освіти? Які цілі ви ставите для себе?

Відчуття власної вагомості:

Як ви відчуваєте важливість своєї ролі як студента у вищому навчальному закладі?

Аспекти самооцінки:

Як ви оцінюєте свій рівень самооцінки та впевненості у власних силах?

2.2. Аналіз результатів дослідження психологічного портрету сучасного студента.

Успішний здобувач вищої освіти має бути сформованою особистістю. Слід враховувати, що психологічний портрет успішного студента не обов'язково може вказувати на одну конкретну особу, основним змістовим завданням є створення загального «ідеального» образу, уявлення про даний тип особистості.

Для виявлення психологічних портретів студентів та окремо створеного досконалого образу студента-здобувача вищої освіти, серед опитуваних, було використане емпіричне дослідження, яке проводилось на базі ЗВО «Поліський національний університет». Вибірку склали студенти-бакалаври та студенти-магістри факультету права, публічного управління та національної безпеки.

Дослідження здійснювались в індивідуальній та груповій формах, на основі загального опитування, психологічних методів та методик : респонденти отримували психодіагностичний матеріал з відповідними інструкціями та мали

можливість виконувати завдання в онлайн та офлайн формах, в зручній для них час.

Для складання психологічного портрета успішного здобувача вищої освіти ми використовували такі характеристики як: екстраверсію чи інтроверсію, емоційну врівноваженість, адекватність самооцінки, а також структура та організація дня, мотивація та самоідентифікація, стрес та способи копіюгу, взаємодія та спільнота, особисті цінності та розвиток, використання технологій, відносини із викладачами, погляд на майбутнє, відчуття власної вагомості, аспекти самооцінки та інші.

За методикою самооцінки тривожності виявлено, що у 50% студентів помірний рівень тривожності, 26% виявили високий рівень, тоді як 24% демонструють низький рівень тривожності. Ці результати вказують на різноманітність психічного стану серед студентської групи, що може впливати на їхню здатність до саморегуляції та адаптації до стресових ситуацій.

Результати аналізу психологічних характеристик сучасного студента, визначених за даними методик Кеттелла, надають можливість отримати глибше розуміння особистісних рис та особливостей його психологічного стану.

Проведений аналіз за шкалою Кеттелла дає детальну картину особистісних рис студентів. За Фактором А, який визначає "замкнутість – товарицькість", більшість студентів виявляють товарицькість, що свідчить про їхню схильність до відкритості та сприйнятливості до соціальних взаємин.

Фактор В, "інтелект", показує високі показники, що вказує на розвиненість інтелектуальних здібностей студентів. Це може свідчити про їхню здатність до аналітичного та критичного мислення, а також швидке використання інтелектуальних ресурсів.

Фактор С, "емоційна нестійкість – емоційна стійкість", показує переважання емоційної нестійкості. Це може вказувати на тенденцію до частого змінювання емоційного стану, що може впливати на реакцію на стресові ситуації.

Фактор Е, "підпорядкованість – домінантність", вказує на те, що домінантність переважає серед студентів. Це може свідчити про їхню впевненість в собі та здатність взяти на себе лідерську роль у групі.

Фактор F, "стриманість – експресивність", свідчить про те, що стриманість переважає серед студентів. Це може вказувати на їхню здатність до самоконтролю та урівноваженості в емоційних вираженнях.

Фактор G, "чутливість – висока нормативність поведінки", показує помірні результати, що вказує на збалансованість між чутливістю та відповідністю нормам та правилам.

Фактори Н та М, "боязкість – сміливість" та "практичність – розвинена уява" вказують на високий рівень сміливості та розвинену уяву серед студентів.

Загальною констатацією є те, що студенти проявляють різноманіття у своїх психологічних характеристиках. Помірна тривожність та високий інтелект можуть сприяти успішному виконанню завдань, тоді як емоційна нестійкість може впливати на ефективність у стресових ситуаціях. Цей аналіз надає базовий погляд на особистісні особливості сучасного студента, але важливо враховувати індивідуальні розходження та контекст академічного оточення для більш глибокого розуміння їхнього психологічного профілю.

Аналіз інтерв'ю зі студентами вищого навчального закладу виявив цікаві психологічні аспекти, які вказують на важливі риси та особливості сучасного студентського життя.

Структура та організація дня: студенти зазначили, що їхній типовий день в університеті є високоорганізованим, але при цьому не позбавленим стресу. Багатозадачність та нестабільність розкладу викликають у більшості з них певний ступінь напруження. Особливо важливими аспектами розкладу є лекції, заняття в групі та індивідуальні консультації.

Мотивація та самоідентифікація: студенти виявили високий ступінь мотивації, який визначається бажанням отримати якісну освіту та здійснити кар'єрний ріст. Основні цілі та завдання для них асоціюються з отриманням нових знань та навичок, а також з побудовою успішної кар'єри в майбутньому.

Стрес та способи копіngu: студенти визнали, що стрес часто виникає внаслідок великої навантаженості та термінових завдань. Однак більшість із них використовує активні стратегії копіngu, такі як планування, розподіл завдань та підтримка від одногрупників, щоб впоратися з труднощами.

Взаємодія та спільнота: важливою складовою для студентів є соціальна взаємодія. Один одному вони становлять джерело підтримки та мотивації. Соціальна підтримка в групі сприяє подоланню труднощів та забезпечує позитивний психологічний клімат.

Особисті цінності та розвиток: студенти визначають свої основні цінності в часи навчання як знання, самовдосконалення та соціальна взаємодія. Вони розглядають процес навчання як унікальний час для особистісного розвитку та підготовки до майбутнього кар'єрного шляху.

Використання технологій: технології відіграють важливу роль в навчальному процесі. Студенти активно використовують різні технології для отримання інформації, комунікації та вирішення завдань. Важливо відзначити, що ефективне використання технологій може впливати на їхнє емоційне становище.

Відносини із викладачами: взаємодія студентів із викладачами оцінюється позитивно. Вони наголошують на важливості відкритості в комунікації, підтримки вирішення труднощів та можливості отримання консультацій поза академічними заняттями.

Погляд на майбутнє: студенти мають конкретні плани на майбутнє та визначають для себе реалістичні кар'єрні перспективи. Їхні майбутні цілі асоціюються з досягненням вищого рівня компетентності та особистісного росту.

Відчуття власної вагомості та самооцінка: студенти відчувають важливість своєї ролі як членів університетської спільноти, що відображається у їхньому відданому ставленні до навчання та активному участі у житті університету. Самооцінка їхньої компетентності є на високому рівні.

Сучасний студент у вищому навчальному закладі представляє собою особистість, насичену різнобічними рисами та особливостями, які визначають його психологічний портрет. Отриманий аналіз інтерв'ю та вивчення ключових аспектів студентського життя дозволяють узагальнити цей портрет як складну мозаїку сучасних навчальних реалій.

Таблиця 1

Узагальнений психологічний портрет сучасного студента

Позитивні характеристики	Зони розвитку
Сучасний студент зазвичай володіє високою мотивацією до отримання якісної освіти. Бажання навчатися та досягати успіху визначає його активність у навчальному процесі.	Висока навантаженість та термінові завдання можуть викликати стрес та перевантаження, що негативно впливає на фізичне та психічне здоров'я.
Студенти добре володіють сучасними технологіями та використовують їх для отримання інформації, спілкування та здійснення навчальних завдань.	Іноді студенти можуть стати залежними від технологій, втрачаючи баланс між віртуальним та реальним життям.
Взаємодія з одногрупниками та участь у студентському житті сприяють розвитку соціальних навичок та формуванню позитивного психосоціального середовища.	Деякі студенти можуть зіткнутися із труднощами у взаємодії та спілкуванні, особливо якщо їхній соціальний круг дуже різноманітний.
Здатність ефективно впоратися із стресом та використання адаптивних стратегій копінгу є важливою психологічною якістю.	Багатозадачність та велика кількість завдань можуть викликати труднощі у правильному управлінні часом.
Багато студентів визначають чіткі цілі та завдання, що сприяє їхній метаорієнтованості та наполегливості у досягненні успіху.	Очікування високих результатів та бажання відповідати суспільним стандартам можуть створювати психологічний тиск.
Загальною характеристикою є те, що сучасний студент має багатогранний психологічний портрет, і важливо враховувати індивідуальні особливості та контекст його життя для надання ефективної психологічної підтримки.	

Студент вищого навчального закладу володіє високим рівнем мотивації, що виявляється в бажанні отримати якісну освіту та досягти успіху в майбутньому. Його основні цілі та завдання асоціюються з отриманням нових знань та навичок, а також з побудовою успішної кар'єри. Усвідомлення

важливості навчання визначає його ставлення до розкладу та участі в навчальному процесі.

Студентське життя супроводжується великою навантаженістю та стресами, особливо в контексті термінових завдань та багатозадачності. Проте, він виявляє високий рівень стресостійкості та вміння використовувати активні стратегії копіngu, такі як планування, розподіл завдань та підтримка від одногрупників.

Соціальна взаємодія виявляється важливим аспектом для студента. Він взаємодіє з одногрупниками та вважає соціальну підтримку важливою для подолання труднощів та забезпечення позитивного психологічного клімату.

Особисті цінності студента вищого навчального закладу визначаються як знання, самовдосконалення та соціальна взаємодія. Він розглядає період навчання як унікальний час для особистісного розвитку та підготовки до майбутнього кар'єрного шляху.

Використання технологій є обов'язковою частиною студентського життя, впливаючи на емоційний стан та сприяючи ефективному навчанню. Студент використовує різні технології для отримання інформації, комунікації та розваг.

Стосунки із викладачами оцінюються позитивно, і вони визначаються відкритістю в комунікації та можливістю отримання підтримки поза академічними заняттями.

Студент бачить своє майбутнє як перспективне та пов'язане з досягненням вищого рівня компетентності та особистісного росту. Його мета – не лише отримання високоякісної освіти, але й побудова успішної кар'єри.

Відчуття власної вагомості як студента у вищому навчальному закладі є визначальним фактором, що впливає на активність у навчанні та загальний стан психіки.

Висновок:

Узагальнюючи, студент вищого навчального закладу представляє собою цілісну особистість, яка поєднує в собі академічні цілі, соціальну взаємодію та

бажання досягти особистого та професійного успіху. Узагальнюючи, психологічний портрет сучасного студента визначається активністю, високою мотивацією, розумінням важливості соціальної взаємодії та прагненням до особистісного розвитку. Детальний аналіз цих аспектів надає можливість краще розуміти їхню психологічну динаміку та потреби в університетському середовищі.

РОЗДІЛ 3.

СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

3.1. Стратегії психологічної підтримки здобувача вищої освіти.

Стратегії психологічної підтримки здобувача вищої освіти визначаються рядом факторів, які включають психічний стрес, адаптаційні виклики та особистісний розвиток. Для підтримки студентів у цих аспектах важливо застосовувати комплексний підхід, який враховує психологічні особливості кожного здобувача освіти.

По-перше, важливо створити сприятливий психосоціальний клімат в університетському середовищі. Забезпечення підтримки від одногрупників, викладачів та психологічних служб може визначити емоційний стан студентів. Тут важливо враховувати індивідуальність кожного студента, оскільки різні особистості вимагають різних стратегій підтримки [1].

Другий аспект полягає в розвитку ресурсів саморегуляції та стресостійкості. Надання студентам психоосвіти та тренінгів з ефективних стратегій управління стресом може сприяти їхньому психічному благополуччю. Навчання навичкам позитивного мислення, автогенної тренування та медитації може допомогти студентам ефективно впоратися із труднощами навчання та життя [4].

Третій аспект включає роботу із самоідентифікацією та самовизначенням студентів. Психологічна підтримка повинна сприяти розвитку самосвідомості, допомагаючи студентам зрозуміти свої потреби, цілі та цінності. Це дозволяє їм ефективно пристосовуватися до викликів навчання та розкривати свій особистісний потенціал.

Важливим компонентом стратегій психологічної підтримки є створення можливостей для позитивної саморефлексії та розвитку особистісних ресурсів. Заохочення саморозвитку, вивчення власних сильних сторін та викликів, робота

з формуванням особистісних цілей - це всі елементи, які можуть сприяти психічному здоров'ю студентів [8].

Для оптимізації психологічної підтримки важливо враховувати соціально-культурний контекст. Розуміння впливу культурних чинників на психічне здоров'я студентів дозволяє психологам надавати ефективну та культурно-чутливу допомогу.

Необхідно також стимулювати взаємодію між студентами та викладачами за межами академічних рамок. Сприяння взаємодії, створення позитивної клімату довіри та відкритості допомагає студентам відчувати підтримку та розуміння [4].

Застосування інноваційних методів, таких як віртуальні психологічні консультації та мобільні додатки для психічного здоров'я, може розширити доступ до психологічної підтримки та зробити її більш доступною та ефективною.

У підсумку, стратегії психологічної підтримки здобувачів вищої освіти повинні бути націлені на індивідуальні потреби та особливості студентів, забезпечуючи комплексний підхід до їхнього психічного благополуччя та розвитку. Врахування цих аспектів дозволить ефективно впливати на психологічний портрет сучасного студента вищої освіти.

Продовжуючи стратегії психологічної підтримки здобувачів вищої освіти, слід акцентувати увагу на розбудові різноманітних програм психосоціальної підтримки. Розвиток групових сесій, тренінгів з розвитку міжособистісних вмінь та програм соціально-психологічної адаптації може сприяти формуванню позитивного студентського середовища.

Важливо визначити роль викладачів та адміністративного персоналу у створенні психологічно підтримливого клімату. Підтримка від навчального персоналу може виявитися ключовою для студентів, що відчують адаптаційні труднощі або психологічний стрес [9].

Ще однією важливою стратегією є розвиток проактивних підходів до виявлення студентів, які можуть потребувати додаткової психологічної

підтримки. Система регулярного відстеження психологічного стану студентів, виявлення ризикових факторів та оперативна реакція на них може значно поліпшити їхнє емоційне благополуччя [18].

Створення психологічних служб у вищих навчальних закладах, що пропонують конфіденційні консультації та індивідуальну підтримку, є ще однією ключовою стратегією. Забезпечення доступу до кваліфікованих психологів може допомагати студентам ефективно впоратися з емоційними, соціальними та академічними труднощами.

Особливу увагу слід приділити розробці та впровадженню психоосвітніх програм для студентів. Надання інформації про психічне здоров'я, стрес та методи його подолання, а також розвитку ресурсів самореалізації може сприяти формуванню стійкості та адаптаційної здатності студентів.

Стратегії психологічної підтримки також повинні враховувати роль технологій у житті сучасного студента. Використання мобільних додатків для медитації, онлайн-консультацій та психологічних тренінгів може стати зручним і ефективним засобом підтримки, особливо для тих, хто не може фізично звертатися до психологічних служб.

Необхідно розглядати психологічну підтримку як важливу складову загальної студентської підтримки. Взаємодія між педагогічним, психологічним та медичним персоналом може сприяти інтегрованому підходу до забезпечення здоров'я та благополуччя студентів.

У заключенні, стратегії психологічної підтримки здобувачів вищої освіти повинні бути орієнтовані на комплексний розвиток психічного благополуччя студентів. Посилення сприятливого середовища, розбудова індивідуальних та групових психологічних послуг та інноваційне використання технологій можуть сприяти формуванню психологічного портрету сучасного студента, який характеризується високим рівнем психічного здоров'я та готовністю до успішного навчання[17].

3.2. Роль психолога в освітньому процесі закладів вищої освіти

Роль психолога в освітньому процесі вищих навчальних закладів є ключовою та невід'ємною частиною забезпечення студентського психічного благополуччя, адаптації та особистісного розвитку. З розвитком сучасної освіти, де студентське середовище стає більш складним і різноманітним, роль психолога стає ще більш актуальною та значущою.

По-перше, психолог вищого навчального закладу відіграє важливу роль у вивченні та розумінні психологічних особливостей студентів, формуванні їхнього психологічного портрету. Це охоплює аналіз особистісних рис, психічного стану, стресових та адаптаційних викликів, а також особливостей міжособистісних відносин у студентському середовищі [11].

Другий аспект роботи психолога включає психологічну підтримку студентів. Психолог має відігравати роль фахівця, який сприяє розвитку психологічної стійкості та адаптаційних навичок. Створення умов для вільного вираження емоцій, вирішення конфліктів та надання консультацій у разі стресових ситуацій допомагають студентам ефективно справлятися з труднощами.

Третій аспект роботи психолога полягає в активному участі в навчальному процесі. Він може проводити тренінги, семінари та лекції для студентів і викладачів з розвитку міжособистісних вмінь, стресменеджменту, психології успіху тощо. Така діяльність сприяє формуванню позитивного студентського клімату та зміцнює психологічну стійкість учасників освітнього процесу [2].

Ще однією важливою функцією психолога в освітньому процесі є розвиток індивідуальних консультацій. Вони дозволяють визначити особистісні потреби студента, надати професійну психологічну допомогу та визначити напрямки особистісного розвитку.

Психолог також взаємодіє з іншими службами вищого навчального закладу. Спільна робота з викладачами, адміністрацією та медичним персоналом дозволяє створити інтегровані програми підтримки та адаптації студентів. Наприклад, спільне проведення заходів для студентів з низьким рівнем

самооцінки або організація тренінгів для викладачів щодо взаємодії з емоційно вразливими студентами.

Психолог також має важливу роль у розвитку та реалізації профілактичних програм з психічного здоров'я. Виявлення факторів ризику, які можуть впливати на психічне здоров'я студентів, і розробка заходів щодо їхнього запобігання, стає ефективним засобом підтримки та збереження ментального здоров'я.

Важливо також враховувати розвиток онлайн-психологічних послуг та електронних ресурсів для самопомоги. Застосування віртуальних консультацій, чат-підтримки та спеціалізованих додатків може розширити доступ студентів до психологічної підтримки, зробивши її більш гнучкою та доступною [5].

У підсумку, роль психолога в освітньому процесі закладів вищої освіти має широкий спектр функцій, спрямованих на підтримку, розвиток та збереження психічного здоров'я студентів. Його робота сприяє не лише успішному навчанню, а й становленню особистості, готової до викликів сучасного вищого освітнього середовища.

3.3. Програма підтримки емоційного благополуччя студентів

Програма підтримки емоційного благополуччя студентів вищих навчальних закладів відіграє важливу роль у створенні сприятливого психосоціального середовища, сприяючи їхньому адаптаційному процесу та особистісному розвитку. З огляду на психологічний портрет сучасного студента, така програма має включати широкий спектр інтервенцій та ресурсів для впливу на емоційний стан та ментальне здоров'я студентської громади.

По-перше, важливо впроваджувати тренінги з емоційного інтелекту, що дозволяють студентам усвідомлювати та регулювати свої емоції. Такі тренінги допомагають розвивати навички самоспостереження, емпатії та ефективного міжособистісного спілкування, сприяючи взаємодії в студентському середовищі.

Другий аспект програми повинен включати консультації психолога та психотерапевта для тих, хто потребує індивідуальної підтримки. Професійні консультації дозволяють ефективно вирішувати психологічні труднощі та стресові ситуації, що можуть виникати внаслідок академічних, особистісних чи соціальних факторів.

Третій компонент програми передбачає розвиток психологічної освіти серед студентської громади. Лекції та семінари з психології емоцій, стресу та саморегуляції можуть зробити студентів більш освіченими у сфері свого емоційного благополуччя, допомагаючи їм легше розпізнавати та розуміти власні потреби та емоції.

Четвертий елемент програми - розвиток групових психологічних сесій та підтримуючих спільнот. Групова психотерапія може надати можливість для взаємодії студентів, де вони можуть ділитися своїми досвідами та взаємно підтримувати один одного, створюючи сприятливу атмосферу взаємодії та взаєморозуміння.

П'ятий елемент програми - це розвиток психологічних служб, які враховують культурні та індивідуальні особливості студентів. Культурно-чутливі підходи та розуміння впливу культурних чинників на емоційне благополуччя допомагають створювати підтримливе середовище для різних етнічних та культурних груп.

Шостий компонент передбачає впровадження технологій у підтримку емоційного благополуччя. Сучасні мобільні додатки для медитації, релаксації та емоційного тренування можуть стати доступними ресурсами для студентів, допомагаючи їм знайти адаптивні способи впорядкування своїх емоцій.

Сьомий елемент передбачає системний моніторинг емоційного стану студентів та аналіз отриманих даних. Це дозволяє адаптувати програму підтримки відповідно до змін потреб та емоційного стану студентів в реальному часі.

У підсумку, програма підтримки емоційного благополуччя студентів вищих навчальних закладів має спрямовуватися на комплексний розвиток

їхнього психічного здоров'я. Забезпечення доступу до різноманітних інтервенцій та ресурсів, адаптованих до індивідуальних та культурних особливостей, сприяє створенню позитивного психосоціального середовища та підтримує формування психологічного портрету сучасного студента.

Висновок:

Можна констатувати, що розглянуті стратегії виявляються необхідними та ефективними для підтримки студентів у їхньому особистісному розвитку та формуванні стійкої, адаптивної особистості в умовах вищої освіти.

Перш за все, стратегії, пов'язані з розвитком емоційного інтелекту та міжособистісних вмінь, дозволяють студентам краще розуміти себе та ефективно взаємодіяти з оточуючими. Це формує не лише їхні інтелектуальні, але й соціальні компетенції, що є ключовим аспектом комплексного особистісного розвитку.

Ключовою частиною стратегій є також індивідуальні консультації та психотерапевтична підтримка, які спрямовані на особистісний розвиток та вирішення внутрішніх конфліктів. Це важливий компонент, що дозволяє студентам зростати не лише у відносинах з іншими, але й у відносинах із собою.

Загалом, стратегії розвитку особистісних ресурсів вищої освіти становлять системний підхід до формування повноцінної, гнучкої особистості, здатної ефективно функціонувати в сучасному суспільстві. Враховуючи різноманітні аспекти психічного здоров'я та особистісного розвитку, вказані стратегії сприяють створенню умов для повноцінної самореалізації та досягнення успіху у навчанні та житті.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило зробити наступні висновки:

1. Встановлено, що психологічний портрет особистості – це комплексна психологічна характеристика людини, що містить опис його внутрішнього та зовнішнього складу особистості, враховуючи вроджені особливості нервової системи та набуті якості впродовж життя.

2. Складати психологічний портрет – значить визначити психологічну своєрідність конкретного обличчя, звернувши увагу на ті характеристики, що можуть бути безпосередньо використані для рішення певних завдань. Головною рушійною силою розвитку індивідуальності є її програмуючі властивості - спрямованість, інтелект і самосвідомість. Індивідуальність володіє власним внутрішнім психічним світом, самосвідомістю і саморегулюванням поведінки, як організатор поведінки свого «Я».

3. Сучасний випускник вищого навчального закладу повинен не лише володіти теоретичними знаннями та практичними навичками, а й мати відповідний рівень загальнокультурних і фахових компетентностей. Висококваліфікований майбутній успішний фахівець – це перш за все інтелектуально розвинена особистість, здатна до творчої професійної діяльності.

4. При складанні психологічного портрету успішного студента, як особистості ми використали спеціальні методи, які дають змогу всебічно, конкретніше та краще вивчити його життєві цінності, особисті якості, життєву позицію та ін. Методи наукового пізнання : спостереження, бесіда, опитування, тестування, аналіз наслідків діяльності, та інші методи вивчення особистості, такі як метод незалежних характеристик, біографічний метод, метод вивчення документів.

5. В ході аналізу виявлено, що успішний здобувач вищої освіти повинен володіти не тільки професійними знаннями, уміннями та навичками, він повинен сформувати механізми планування своєї діяльності, програмування своїх дій на шляху досягнення мети, вміти об'єктивно оцінити досягнуті результати та можливість зкорегувати вміння самостійно виробляти засоби для

досягнення професійних завдань.

6. В майбутніх дослідженнях потрібно буде визначити психологічний портрет успішного психолога для уточнення еталону, з яким можна буде порівнювати портрети студентів-майбутніх психологів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьєва, Л. В. Сучасний психологічний портрет студента та шляхи вирішення проблеми професійної підготовки студента-філолога. In " *Langues, sciences, pratiques*" *Actes du 2ième Colloque International francophone en Ukraine 3-4 octobre 2018* (No. 2, pp. 10-11). Придніпровська Державна Академія Будівництва та Архітектури: Accent PP Dnipro. 2018.
2. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості // Психологічні студії Львівського ун-ту. - С. 20 - 23.
3. Волинчук, О. В. Психологічний портрет студента за параметрами суверенності психологічного простору, емоційного інтелекту та комунікативної соціальної компетентності. *Матеріали науково-практичного симпозиуму «Орликіана-2021: проблеми та перспективи сучасної освіти»*. Миколаїв, 165-167. 2021.
4. Ворох, А., & Коваль, Є. Портрет сучасного студента: дійсне та бажане. *Вища школа.—Слов'янськ*, 208-215. 2012.
5. Гірняк, А., & Васильків, О. Психологічні бар'єри у взаємодії викладача й студентів та шляхи їх ефективного подолання. *Психологічні перспективи*, (33). 2019.
6. Грень, Л. М. Вплив мотивації досягнення на потенціал студентів. *П86 Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальній*, 126. 2009.
7. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій. – Луцьк: ВДУ, 1977. 180 с.
8. Козляковський П.А. Загальна психологія: Навч. посібник: В 2 т. 2-ге вид., доп. і переробл. Т. II. Миколаїв: Вид-во МДГУ ім. П. Могили, 2004. 240 с.
Копець Л. В. Психологія особистості. Навч. посіб. для студ. вузів. К.: Вид. дім. "Кієво-Могилянська академія", 2008. 458 с.
9. Кутішенко, В. П. Психологічний портрет сучасного інтелігента. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: Психологічні науки.*/[редкол.: ГК Радчук відп. Ред.. та ін.], (7), 89-96. 2015.

10. Куц, О., & Драчук, А. Соціально-психологічний портрет студентів за роки становлення України як самостійної держави. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації//Зб. наук. пр.–Вип, 5, 14-18. 2004.*
11. Марків, В. М. Соціально-психологічний портрет студента в контексті емоційної культури особистості. 2011.
12. Нікіфорова, Л. Б. Соціально-Психологічний Портрет Студента В Контексті Емоційної Культури Особистості. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки», (45), 321-324. 2007.*
13. Рожанська, Н. В. Теоретико-методологічні основи соціологічного дослідження соціального портрета сучасного студента. *Сучасні суспільні проблеми у вимірі соціології управління, (15, Вип. 281), 330-336. 2014.*
14. Скориніна-Погребна, О. В. Соціально-психологічний портрет студентської молоді м. Харкова. *Сучасне суспільство, (2), 149-156. 2013.*
15. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
16. Татарчук, І. Р. Теоретико-емпіричне обґрунтування соціально-психологічного портрета студента. 2012.
17. Товкач, І. Є. 2018. Психологічний портрет студента-першокурсника. *Молодий вчений, (8.1), 94-98.*
18. Хохліна, О. П., & Шут, Г. С. Психологічні особливості студентів із різним стилем лідерства. *Юридична психологія та педагогіка, (1), 62-78. 2014.*
19. Abrandt Dahlgren, M., & Dahlgren, L. O. Portraits of PBL: Students' experiences of the characteristics of problem-based learning in physiotherapy, computer engineering and psychology. *Instructional Science, 30(2), 111-127. 2002.*
20. Dahlgren, M. A. Portraits of PBL: Course objectives and students' study strategies in computer engineering, psychology and physiotherapy. *Instructional Science, 28, 309-329. 2000.*
21. Man, W., Zhu, Y., Zhu, T., & Zhu, J. Psychological Portrait of College Students from the Perspective of Big Data. In *The International Conference on Natural Computation, Fuzzy Systems and Knowledge Discovery* (pp. 956-967). Cham: Springer

International Publishing. 2022, July.

22. Myers, D. G. *Exploring psychology*. Macmillan. 2004.

23. Toom, A. *Issues of Today's Online Education: Psychological Portrait of the Problem Student*. 2014.