

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

КОНДРАТИШИНА СОФІЯ ВІТАЛІЇВНА

Допускається до захисту:

В.о. завідувача кафедри загальної та
соціальної психології

к. психол. н., доцент

Н.Д.Корольова

« _____ » _____ 2026р.

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ SOFT-SKILLS НАВИЧОК
У МАЙБУТНІХ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ**

Спеціальність 053 Психологія

Кваліфікаційна (бакалаврська) робота

Науковий керівник:

Лапшова Н. С.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри кризової та

клінічної психології.

Оцінка: _____ / _____ / _____

(бали за шкалою ECTS/за національною шкалою)

Голова ЕК: _____

Вінниця – 2026

АНОТАЦІЯ

Кондратишина С.В. Психологічні особливості формування soft-skills навичок у майбутніх клінічних психологів. Спеціальність 053 «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця, 2025.

У роботі досліджено психологічні аспекти розвитку «м'яких навичок» у майбутніх клінічних психологів. Теоретично обґрунтовано роль емпатії, емоційного інтелекту та рефлексії у структурі професійної компетентності фахівця. Емпірично виявлено взаємозв'язок між рівнем рефлексивності та розвитком комунікативних здібностей студентів. Розроблено програму психологічного тренінгу та практичні рекомендації щодо вдосконалення професійної підготовки фахівців.

Ключові слова: soft skills, клінічні психологи, емоційний інтелект, емпатія, рефлексія, професійна підготовка.

58 с., 2 табл., 3 рис., 43 джерел, 3 дод.

ABSTRACT

Kondratyshyna S. V. Psychological features of soft skills development in future clinical psychologists. Specialty 053 "Psychology", Vasyl' Stus Donetsk National University, Vinnytsia, 2026.

The thesis investigates the psychological aspects of soft skills development in future clinical psychologists. The roles of empathy, emotional intelligence, and reflection in the structure of professional competence are theoretically justified. The relationship between the level of reflexivity and the development of students' communicative abilities was empirically identified. A psychological training program and practical recommendations for improving professional training were developed.

Keywords: soft skills, clinical psychologists, emotional intelligence, empathy, reflection, professional training.

58 p., 2 tables, 3 figures, 43 sources, 3 appendices.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ SOFT SKILLS У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ	7
1.1. Концептуалізація поняття "soft skills" у сучасній психологічній науці	7
1.2. Специфіка професійної діяльності клінічного психолога та вимоги до його особистісних якостей	10
1.3. Психологічні механізми та детермінанти формування soft skills у студентів-психологів	12
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	16
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ	18
2.1. Організація, процедура та вибірка дослідження	18
2.2. Психодіагностичний інструментарій вивчення структурних компонентів soft skills	19
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	23
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	30
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РОЗВИТКУ SOFT SKILLS У МАЙБУТНІХ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ	32
3.1 Обґрунтування програми психологічного тренінгу з формування soft skills	32
3.2. Методичні рекомендації для студентів та викладачів щодо вдосконалення професійної підготовки	36
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3	41
ВИСНОВКИ	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	46
ДОДАТКИ	51
ДОДАТОК А	51
ДОДАТОК Б	53
ДОДАТОК В	56

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах розвитку психологічної науки та практики спостерігається суттєва зміна парадигми підготовки фахівців допомагальних професій. Особливої гостроти це питання набуває в царині клінічної психології, де професійна ефективність визначається не лише рівнем володіння діагностичним та терапевтичним інструментарієм («hard skills»), а й ступенем розвиненості гнучких навичок («soft skills»). Гнучкі навички клінічного психолога - це складний комплекс когнітивних, комунікативних та емоційних компетенцій, які забезпечують здатність фахівця створювати безпечне терапевтичне середовище, виявляти емпатію та підтримувати професійну стійкість у складних клінічних ситуаціях.

Актуальність дослідження зумовлена наявністю об'єктивного протиріччя між високими вимогами суспільства до рівня комунікативної та емоційної компетентності клінічних психологів і недостатньою розробленістю психологічних механізмів їх цілеспрямованого формування в межах академічного навчання. У контексті сучасної клінічної практики, особливо в умовах роботи з кризовими станами та психотравмою, «soft skills» виступають не лише засобом налагодження контакту з пацієнтом, а й базовим чинником профілактики професійного вигорання самого фахівця. Вміння рефлексувати власний стан, володіти навичками саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктів стає запорукою збереження ментального здоров'я психолога.

Крім того, формування soft skills у майбутніх клінічних психологів має важливе значення для інтеграції фахівця у мультидисциплінарні команди в медичних закладах. Таким чином, дослідження психологічних особливостей формування цих навичок є критично важливим для підвищення якості вищої психологічної освіти та забезпечення ринку праці фахівцями, здатними до адаптивної та високоетичної професійної діяльності.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості формування «soft skills» у майбутніх клінічних психологів, а також розробити практичні рекомендації щодо їхнього вдосконалення.

Об'єкт дослідження - процес професійної підготовки майбутніх клінічних психологів у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження - психологічні особливості, чинники та структурні компоненти формування «soft skills» у майбутніх клінічних психологів.

Гіпотеза дослідження: ґрунтується на припущенні, що рефлексивність, емоційний інтелект та емпатійні здібності виступають взаємопов'язаними структурними компонентами soft skills майбутніх клінічних психологів. Зокрема, передбачається, що високий рівень індивідуальної рефлексивності є базовою психологічною детермінантою, яка сприяє глибшому усвідомленню власних емоційних станів та розвитку емпатійного потенціалу студентів, що в результаті забезпечує ефективність формування цілісного комплексу гнучких навичок, необхідних для успішної професійної діяльності в клінічній сфері.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття «soft skills» та визначити їхнє місце у структурі професійної діяльності клінічного психолога.
2. Виокремити психологічні механізми та умови, що впливають на формування гнучких навичок у студентів.
3. Провести емпіричне дослідження рівнів розвитку ключових «soft skills» (емпатії, емоційного інтелекту та рефлексії) у майбутніх фахівців.
4. Виявити психологічні взаємозв'язки між особистісними характеристиками студентів та успішністю засвоєння ними професійно важливих навичок.
5. Розробити програму психологічної підтримки та методичні рекомендації щодо стимулювання розвитку «soft skills» у межах освітнього процесу.

Методи дослідження: складають теоретичні (аналіз, узагальнення літературних джерел); емпіричні: опитування; психодіагностичні методики (Методика діагностики емоційного інтелекту Н. Холл, Методика діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойко, Опитувальник визначення індивідуальної міри рефлексивності А. В. Карпов; статистичний аналіз даних (кореляційний аналіз Пірсона для встановлення зв'язків між показниками, описова статистика).

Експериментальна база дослідження

У дослідженні брали участь 62 респондентів віком 17-25 років, серед яких студенти спеціальностей «Психологія», «Клінічна психологія» та «Медична психологія».

Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості впровадження розроблених рекомендацій та тренінгових вправ у навчальні плани підготовки психологів для підвищення їхньої професійної конкурентоспроможності та психологічної готовності до роботи з пацієнтами.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дипломного дослідження були апробовані шляхом публікації наукової статті у фаховому журналі «Актуальні проблеми сучасної психології у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, нові концепції та перспективи. II Міжнародна науково-практична конференція, 23–24 квітня 2026 р.» / за ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса, 2026. 282 с

Структура роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел 43 та 3 додатків. Основний зміст викладено на 45 сторінках, містить 3 рисунки, 2 таблиці. Загальний обсяг роботи - 58 сторінок.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ SOFT SKILLS У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

1.1. Концептуалізація поняття "soft skills" у сучасній психологічній науці.

У сучасній психологічній науці та практиці поняття «soft skills» (м'які навички) розглядається як багатовимірний конструкт, що охоплює широке коло соціальних, комунікативних та особистісних якостей фахівця. На відміну від «hard skills» - конкретних технічних знань та вмінь, необхідних для виконання спеціалізованих професійних завдань, - «soft skills» визначають здатність особистості до адаптації, ефективної міжособистісної взаємодії та емоційної саморегуляції в різних соціальних контекстах. Як зазначають дослідники[38], зокрема Б. Шульц (B. Schulz), гнучкі навички є фундаментом успішної професійної реалізації, оскільки вони дозволяють фахівцеві не лише демонструвати фахову компетентність, а й ефективно інтегруватися в робоче середовище.

Теоретичний аналіз проблеми свідчить, що «soft skills» не є статичною сукупністю рис, а являють собою динамічну систему психологічних властивостей. У наукових працях Дж. Гекмана та Т. Каутца (J. Heckman & T. Kautz)[17] ці навички характеризуються як особистісні якості, що мають високу прогностичну валідність щодо успішності в різних сферах життя, включаючи професійну діяльність та освіту. Дослідники підкреслюють, що такі компетенції включають сумлінність, наполегливість, відкритість до нового досвіду та здатність до конструктивної співпраці. В українському науковому просторі проблему розвитку компетенцій фахівця аналізує О. Грішнова, акцентуючи увагу на необхідності дотримання балансу між професійними знаннями та соціально-психологічними якостями особистості[2].

Важливим аспектом концептуалізації «soft skills» є їхня роль у структурі професійної соціалізації, що розглядається у працях І. Іванової[5]. Зокрема, підкреслюється, що в умовах сучасного інформаційного суспільства формування гнучких навичок стає невід'ємною частиною становлення особистості фахівця, забезпечуючи його здатність до адекватного сприйняття соціальної реальності та

гнучкого реагування на професійні виклики. Таким чином, «soft skills» виступають інтегруючим чинником професійної компетентності, що визначає продуктивність діяльності в системі міжособистісних відносин.

Класифікація «soft skills» у науковій літературі характеризується значною варіативністю підходів, що обумовлено складністю та багатовимірністю цього психологічного конструкта. Відсутність єдиної уніфікованої типології пояснюється тим, що гнучкі навички охоплюють широкий спектр індивідуально-психологічних характеристик, які проявляються у різних сферах діяльності та соціальної взаємодії. У більшості сучасних досліджень[27;40;14] простежується тенденція до систематизації «soft skills» за функціональним принципом, що дозволяє структурувати їх відповідно до домінуючих механізмів реалізації. Зокрема, виділяють комунікативні навички, які включають здатність до активного слухання, аргументованого висловлення власної позиції, ведення діалогу та ефективної роботи в команді; когнітивні навички, пов'язані з критичним мисленням, аналітичною обробкою інформації та вирішенням проблемних ситуацій; емоційні навички, що охоплюють емпатію, емоційну чутливість та здатність до саморегуляції; а також організаційні навички, до яких належать планування діяльності, тайм-менеджмент, прийняття рішень і лідерські якості. Такий підхід забезпечує цілісне бачення структури гнучких навичок і дозволяє більш точно окреслити їх функціональне навантаження.

У контексті професійної підготовки майбутніх психологів особливої ваги набуває класифікація, що базується на розмежуванні інтраперсональних та інтерперсональних навичок. Інтраперсональні навички передбачають здатність до усвідомлення власних психічних станів, управління емоціями, рефлексії та підтримання психологічної стійкості в умовах професійного навантаження. Водночас інтерперсональні навички реалізуються у процесі міжособистісної взаємодії та включають встановлення довірливого контакту, ефективну комунікацію, розуміння емоційного стану іншої людини та здатність до конструктивної взаємодії. Баланс між цими двома групами навичок є критично важливим для формування професійної придатності фахівця клінічного профілю, оскільки забезпечує не лише

якість психологічної допомоги, але й збереження власного психоемоційного ресурсу спеціаліста.

Роль гнучких навичок у структурі професійної компетентності фахівця доцільно розглядати крізь призму взаємодії та взаємодоповнюваності «hard» і «soft skills». Професійні знання та спеціалізовані вміння («hard skills») формують теоретичну, методологічну та інструментальну основу діяльності, забезпечуючи володіння відповідними техніками, методами та процедурами. Водночас «soft skills» виступають інтегративним компонентом, що забезпечує ефективну реалізацію цих знань у реальних професійних ситуаціях, з урахуванням контексту, індивідуальних особливостей клієнта та специфіки взаємодії. У структурі професійної компетентності гнучкі навички виконують адаптивну та регулятивну функції, сприяючи гнучкості поведінки фахівця, його здатності до швидкої перебудови стратегій діяльності та ефективного реагування на змінні умови професійного середовища.

Крім того, «soft skills» відіграють ключову роль у забезпеченні безперервного професійного розвитку, оскільки виступають основою здатності до навчання протягом життя (lifelong learning). Розвинені когнітивні та рефлексивні механізми дозволяють фахівцю критично оцінювати власний досвід, інтегрувати нові знання та вдосконалювати професійні практики. У наукових дослідженнях підкреслюється, що такий підхід до розуміння структури компетентності не лише відображає сучасний стан розробки проблеми, але й дозволяє поєднати теоретичні положення з емпіричними даними, забезпечуючи їхню практичну релевантність та прикладну цінність.

У професійному профілі клінічного психолога «soft skills» займають центральне місце, перетворюючись із допоміжних якостей на основний інструмент праці. Професійна компетентність у цій сфері неможлива без високого рівня розвитку емоційного інтелекту та комунікативної гнучкості, які дозволяють фахівцеві вибудовувати терапевтичний альянс та уникати професійної деформації. Таким чином, концептуалізація гнучких навичок передбачає їх розгляд як невід'ємної складової професійної ідентичності, що визначає не лише якість

надання психологічної допомоги, а й успішність соціалізації фахівця в професійному співтоваристві.

1.2. Специфіка професійної діяльності клінічного психолога та вимоги до його особистісних якостей

Специфіка професійної діяльності клінічного психолога зумовлена її міждисциплінарним характером, оскільки вона реалізується на перетині психологічної науки та медичної практики. Така інтегративна позиція передбачає роботу з контингентом осіб, які мають психічні розлади, соматичні захворювання або перебувають у стані гострої психологічної кризи, що істотно ускладнює зміст і умови професійної діяльності. На відміну від загальної психологічної практики, клінічний підхід вимагає від фахівця сформованості розвинених аналітичних і діагностичних умінь, зокрема здатності до диференціальної діагностики, інтерпретації симптоматики та розмежування психічних і психосоматичних проявів. Важливим компонентом професійної компетентності також є розуміння епідеміологічних закономірностей поширення розладів, знання їх етіології та патогенезу, що забезпечує науково обґрунтований підхід до оцінки стану пацієнта.

Крім того, діяльність клінічного психолога передбачає ефективну взаємодію в межах мультидисциплінарної команди, до складу якої входять лікарі різних спеціалізацій, соціальні працівники та інші фахівці системи охорони здоров'я. Така співпраця вимагає не лише професійної обізнаності, але й розвинених комунікативних та організаційних навичок, здатності до координації спільних дій і дотримання етичних стандартів міжпрофесійної взаємодії. Професійна діяльність у цій сфері характеризується високим рівнем відповідальності за психічне здоров'я пацієнта, що актуалізує підвищені вимоги до особистісної зрілості фахівця, його стресостійкості, здатності до саморегуляції та підтримання професійної ефективності в умовах емоційного навантаження.

Психологічний портрет клінічного психолога доцільно розглядати як інтегративну систему професійно значущих якостей, у структурі якої «soft skills» виконують системоутворюючу функцію. Вони забезпечують не лише ефективність

виконання професійних завдань, але й якість міжособистісної взаємодії з пацієнтами, що є ключовим чинником результативності психотерапевтичного процесу. Центральне місце у цій системі посідає емпатія, яка в умовах клінічної практики набуває статусу не лише індивідуально-психологічної характеристики, але й професійного інструмента. Її функціонування передбачає здатність до точного розуміння емоційного стану пацієнта, ідентифікації його переживань та інтерпретації як вербальних, так і невербальних проявів психічного напруження.

Водночас важливою умовою професійної ефективності є збереження оптимального рівня емоційної дистанції, що дозволяє уникнути надмірного емоційного залучення та професійного вигорання. Таким чином, емпатія в клінічній практиці поєднує у собі чутливість до переживань іншого та здатність до саморегуляції, виступаючи основою формування терапевтичного альянсу між психологом і пацієнтом. Високий рівень розвитку цієї якості сприяє встановленню довірливих відносин, підвищує комплаєнс пацієнта та ефективність психокорекційного впливу, що є визначальним для успішної реабілітації та лікування осіб із порушеннями психічного спектра [16].

Комунікативна компетентність у клінічній практиці має комплексний характер і суттєво виходить за межі повсякденного міжособистісного спілкування, інтегруючи спеціалізовані навички професійної взаємодії. Вона охоплює здатність до проведення структурованого діагностичного інтерв'ю, яке передбачає не лише збір релевантної інформації, але й її точну інтерпретацію з урахуванням психічного стану пацієнта. Водночас комунікативна компетентність включає вміння надавати психологічну підтримку, використовувати техніки активного слухання та здійснювати регуляцію емоційного фону взаємодії. Окремого значення набуває здатність до конструктивного розв'язання конфліктних ситуацій, які можуть виникати як у процесі терапевтичної взаємодії, так і в межах міжпрофесійної комунікації.

Ефективність комунікації визначається здатністю фахівця забезпечувати чіткість, етичність та емпатичність висловлювань, що безпосередньо впливає на якість збору анамнестичних даних і точність клінічних висновків. У системі

взаємодії «психолог–пацієнт–родичі» особливу роль відіграє комунікативна гнучкість, яка проявляється у вмінні адаптувати складну медико-психологічну інформацію до когнітивних можливостей та емоційного стану отримувача допомоги. Така адаптація передбачає спрощення термінології без втрати змістовної точності, дотримання принципів доступності та недирективності, а також урахування індивідуальних особливостей сприйняття інформації.

Важливим компонентом професійної придатності клінічного психолога є стресостійкість, яка тісно пов'язана з розвиненістю навичок саморегуляції та емоційного контролю. Професійна діяльність у клінічному середовищі передбачає постійну взаємодію з важкими клінічними випадками, включаючи термінальні стани, хронічні захворювання та ситуації інтенсивного психоемоційного напруження. Це створює значне навантаження на психіку фахівця та підвищує ймовірність розвитку вторинної травматизації, емоційного виснаження і синдрому професійного вигорання. У таких умовах стресостійкість виступає як ресурсна характеристика, що забезпечує збереження когнітивної продуктивності, здатність до прийняття зважених рішень і підтримання стабільного емоційного стану.

Розвинені механізми саморегуляції дозволяють фахівцю ефективно управляти власними емоційними реакціями, мінімізувати вплив стресогенних факторів і підтримувати оптимальний рівень професійної функціональності. У підсумку, гармонійне поєднання емпатії, високого рівня комунікативної компетентності та стресостійкості формує базис професійної ідентичності клінічного психолога. Така інтеграція «soft skills» забезпечує не лише ефективність психодіагностичної та психокорекційної роботи, але й сприяє збереженню ментального здоров'я самого фахівця, що є необхідною умовою довготривалої та результативної професійної діяльності.

1.3. Психологічні механізми та детермінанти формування soft skills у студентів-психологів

Процес формування «soft skills» у період навчання у закладах вищої освіти є складним, багаторівневим психологічним явищем, що розгортається в умовах

постійної взаємодії суб'єктивних (внутрішніх) та об'єктивних (зовнішніх) чинників. У сучасному науковому дискурсі детермінація розвитку гнучких навичок інтерпретується крізь призму професійного становлення особистості в межах професіогенезу, де етап вищої освіти набуває особливого значення. Саме в цей період відбувається не лише засвоєння теоретичних знань і формування спеціалізованих умінь, але й трансформація базових індивідуально-психологічних характеристик у професійно релевантні компетенції. Таким чином, освітнє середовище виступає як активний агент розвитку, що забезпечує умови для інтеграції когнітивних, емоційних та поведінкових компонентів особистості.

Методологічний аналіз чинників формування «soft skills» має ґрунтуватися на принципах наукової обґрунтованості, системності та детермінізму, що передбачає розгляд досліджуваного явища як цілісної системи взаємопов'язаних елементів. У контексті підготовки майбутніх клінічних психологів особливого значення набуває встановлення інтегративних зв'язків між когнітивною, афективною та поведінковою сферами функціонування особистості. Когнітивний компонент охоплює процеси усвідомлення, аналізу та інтерпретації професійно значущої інформації; афективний - систему емоційних переживань, що супроводжують навчальну та практичну діяльність; поведінковий - конкретні форми реалізації набутих знань і навичок у професійних ситуаціях. Їх узгоджене функціонування формує цілісну готовність фахівця до здійснення ефективної, етично виваженої взаємодії в системі «психолог—пацієнт».

Внутрішні детермінанти розвитку гнучких навичок представлені комплексом індивідуально-психологічних характеристик студента, які визначають інтенсивність і спрямованість його професійного зростання. Ключове місце серед них посідає сформованість професійної спрямованості та наявність стійкої внутрішньої мотивації до саморозвитку і самоактуалізації. Високий рівень мотиваційної залученості трансформує студента з пасивного реципієнта освітніх впливів у активного суб'єкта власного професійного становлення, що сприяє розвитку рефлексивності як здатності до критичного осмислення власного досвіду, поведінки

та результатів діяльності. Регулярна рефлексивна практика, у свою чергу, виступає механізмом усвідомленого формування та корекції гнучких навичок.

Суттєвим внутрішнім ресурсом є також рівень розвитку емоційного інтелекту, який у наукових підходах розглядається як базис для формування складних регулятивних і комунікативних компетенцій. Здатність до ідентифікації, розуміння та регуляції власних і чужих емоцій забезпечує ефективність міжособистісної взаємодії та сприяє формуванню таких якостей, як стресостійкість, когнітивна гнучкість і конструктивність у розв'язанні конфліктів. Додатково важливими детермінантами виступають відкритість до нового досвіду, готовність до змін та розвинене відчуття самоефективності, які забезпечують активне включення студента у навчально-професійну діяльність. За наявності зазначених характеристик відбувається не поверхневе засвоєння моделей професійної поведінки, а їх глибока інтеріоризація та інтеграція у структуру професійної ідентичності майбутнього фахівця.

До зовнішніх детермінант належать архітектоніка освітнього середовища та специфіка дидактичної організації навчального процесу. Ключовим фактором тут є впровадження активних та інтерактивних методів навчання, що моделюють ситуації соціальної взаємодії: тренінги професійного зростання, рольові ігри клінічного спрямування, групові дискусії та супервізійні семінари. Саме в умовах контрольованого групового досвіду відбувається апробація нових поведінкових моделей та отримання оперативного зворотного зв'язку, що є критично важливим для корекції комунікативних девіацій та вдосконалення емпатійного відгуку. Також вагоме значення має постать викладача як репрезентанта професійної спільноти та етичного еталона для ідентифікації, що забезпечує трансляцію стандартів професійної взаємодії через механізм наслідування.

Психологічні механізми формування «soft skills» забезпечують інтеріоризацію зовнішніх вимог та перетворення їх на стійкі внутрішні регулятиви особистості. Центральним механізмом у цьому контексті є інтеріоризація - перетворення соціально заданих форм комунікації у внутрішні алгоритми поведінки фахівця. Процес опанування гнучких навичок також спирається на механізм професійної

ідентифікації, через який студент засвоює рольові очікування та моделі емпатичного реагування, спостерігаючи за діяльністю референтних фахівців. Важливу роль відіграє і механізм децентрації - здатність особистості відійти від власної егоцентричної позиції та прийняти точку зору іншого суб'єкта (пацієнта чи колеги), що є критично важливим для успішної клінічної практики.

Окреме, стратегічно значуще місце у структурі механізмів формування «soft skills» посідає професійна рефлексія, яка в сучасних теоретичних моделях інтерпретується як системоутворюючий інтегратор усіх компонентів гнучких навичок [15; 22]. Її функціональна роль полягає у забезпеченні усвідомленого зв'язку між когнітивними, емоційними та поведінковими аспектами професійної діяльності. Завдяки рефлексії майбутній клінічний психолог набуває здатності до метапізнання, що передбачає усвідомлення власних психічних процесів, оцінку адекватності застосованих психодіагностичних і психокорекційних інтервенцій, а також аналіз впливу індивідуально-особистісних характеристик фахівця на перебіг терапевтичної взаємодії. Такий підхід сприяє підвищенню рівня професійної самосвідомості та забезпечує цілеспрямоване вдосконалення практичної діяльності.

У наукових дослідженнях виокремлюються три часові форми рефлексії, кожна з яких виконує специфічну функцію у процесі формування професійних компетенцій. Ретроспективна рефлексія орієнтована на аналіз попереднього досвіду, включаючи оцінку ефективності прийнятих рішень, виявлення помилок та їх причинно-наслідкових зв'язків. Ситуативна (актуальна) рефлексія реалізується безпосередньо у процесі професійної взаємодії та забезпечує оперативний самоконтроль, корекцію поведінки і гнучке реагування на зміну умов діяльності. Перспективна рефлексія, у свою чергу, пов'язана з прогнозуванням майбутніх професійних дій, плануванням індивідуальної траєкторії розвитку та постановкою цілей самовдосконалення. Сукупність зазначених форм створює цілісну систему рефлексивного супроводу професійного становлення.

Розвинена здатність до рефлексивного аналізу виступає ключовим механізмом трансформації стихійного соціального досвіду у структуровані, усвідомлені та відтворювані професійні навички. Вона забезпечує не лише накопичення досвіду,

але й його критичне осмислення, узагальнення та інтеграцію у систему індивідуальних професійних стратегій. У цьому контексті рефлексія виконує функцію регулятора професійної діяльності, сприяючи підвищенню її ефективності, адаптивності та етичної виваженості.

Таким чином, поєднання сприятливого, психологічно безпечного освітнього середовища з високим рівнем внутрішньої мотивації та розвиненими рефлексивними механізмами створює оптимальні умови для формування зрілої професійної ідентичності. Така інтеграція чинників забезпечує становлення компетентного клінічного психолога, здатного до ефективної, відповідальної та науково обґрунтованої професійної діяльності.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Перш за все, у процесі теоретичного дослідження було здійснено систематизацію наукових підходів до трактування гнучких навичок як багатовимірного психологічного конструкту. Встановлено, що «soft skills» інтегрують у собі комплекс соціальних, комунікативних та когнітивних характеристик, які забезпечують ефективну адаптацію фахівця до змінних умов професійної діяльності. Їх функціональна специфіка полягає у здатності опосередковувати міжособистісну взаємодію, регулювати поведінкові стратегії та забезпечувати продуктивне використання професійних знань у практичному контексті. На відміну від «hard skills», які формують інструментально-технічну основу діяльності, гнучкі навички визначають якість соціальної взаємодії та рівень саморегуляції особистості, що є визначальним для професій у системі «людина—людина».

У межах дослідження окрему увагу приділено аналізу специфіки професійної діяльності клінічного психолога, яка реалізується в умовах медико-психологічного середовища та передбачає роботу з особами, що перебувають у станах психічної дезадаптації або кризових переживань. Обґрунтовано, що для фахівців цього профілю «soft skills» виконують не допоміжну, а інструментальну функцію, виступаючи безпосереднім засобом побудови терапевтичного альянсу та

забезпечення ефективності психокорекційного впливу. Особливу значущість у структурі гнучких навичок набуває соціальний інтелект, який забезпечує адекватне розуміння соціальних ситуацій, прогнозування поведінки інших осіб та вибір оптимальних стратегій взаємодії. Його розвиток є необхідною умовою ефективної роботи в мультидисциплінарній команді, де клінічний психолог взаємодіє з медичними працівниками та соціальними службами, координуючи спільні зусилля у процесі надання допомоги.

Результати теоретичного аналізу дозволили встановити, що високий рівень розвитку гнучких навичок виступає важливим чинником профілактики професійних ризиків, зокрема емоційного вигорання та вторинної травматизації. Розвинені навички саморегуляції, емпатії та комунікації забезпечують підтримання психологічної стійкості фахівця в умовах тривалого контакту з пацієнтами, які перебувають у мезових або кризових станах. Водночас вони сприяють дотриманню етичних принципів професійної діяльності, зокрема конфіденційності, недирективності та поваги до особистості клієнта. Таким чином, інтеграція «soft skills» у структуру професійної ідентичності клінічного психолога є необхідною передумовою його ефективної та безпечної практичної діяльності.

На завершальному етапі теоретичного дослідження було виокремлено основні психологічні механізми та детермінанти, що зумовлюють розвиток гнучких навичок у період академічного навчання. Доведено, що формування «soft skills» є результатом синергічної взаємодії внутрішніх мотиваційних ресурсів особистості та зовнішніх впливів освітнього середовища, яке створює умови для їх цілеспрямованого розвитку. Провідним психологічним механізмом визначено рефлексію, яка забезпечує перехід від пасивного засвоєння знань до їх активної інтеріоризації та практичного застосування. Завдяки рефлексивним процесам майбутній фахівець набуває здатності до усвідомлення власних поведінкових стратегій, їх критичної оцінки та подальшої корекції, що сприяє формуванню стійких і відтворюваних професійних компетенцій.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

2.1. Організація, процедура та вибірка дослідження.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей формування soft skills було проведено на базі міжкафедральної навчальної лабораторії при нашому інституті Донецького національного університету імені Василя Стуса протягом курсу 2025/2026 навчального року. Організація дослідження здійснювалася у межах проходження переддипломної практики.

Процедура дослідження охоплювала три послідовні етапи:

1. Підготовчий етап: здійснення теоретичного аналізу наукових джерел, визначення об'єкта, предмета та гіпотези дослідження, а також підбір психодіагностичного інструментарію, що відповідає меті роботи .
2. Емпіричний етап: проведення анонімного тестування серед студентів спеціальності «Психологія» та «Клінічна психологія». Дослідження проводилося в дистанційній формі за допомогою Google Forms, що забезпечило зручність збору даних та конфіденційність відповідей респондентів.
3. Аналітичний етап: обробка отриманих первинних даних за допомогою методів описової статистики та кореляційного аналізу для перевірки висунутих гіпотез.

Вибірку дослідження склали студенти денної форми навчання, які здобувають освіту за спеціалізацією «Психологія» та «Клінічна психологія». Загальна кількість респондентів становить 62 особи (студенти від 2-го до 4-го курсів; магістри 1-го та 2-го курсів) віком від 18-25 років, що дозволяє порівняти особливості формування гнучких навичок на різних етапах професійного становлення.

Для емпіричного вимірювання структурних компонентів soft skills було сформовано діагностичний комплекс, до якого увійшли такі методики:

1. Методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холл) - для оцінки здатності до розпізнавання та управління емоціями як ключового компонента гнучких навичок.

2. Методика діагностики рівня емпатійних здібностей (В. В. Бойко) - для поглибленого аналізу каналів емпатії, що є центральним інструментом у клінічній взаємодії.
3. Опитувальник визначення індивідуальної міри рефлексивності (А. В. Карпов) - для оцінки метакогнітивного механізму, що забезпечує усвідомлення та розвиток soft skills.

Математико-статистична обробка даних здійснювалася у три етапи. На першому етапі застосовано методи описової статистики для визначення середніх значень та показників розкиду за кожною шкалою. На другому етапі використано t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок з метою порівняння рівнів сформованості навичок у студентів молодших та старших курсів. На заключному етапі проведено кореляційний аналіз за К. Пірсоном для встановлення взаємозв'язків між рефлексивністю, емпатією та емоційним інтелектом, що дозволило підтвердити або спростувати висунуту гіпотезу дослідження.

2.2. Психодіагностичний інструментарій вивчення структурних компонентів soft skills

Для реалізації завдань емпіричного дослідження та перевірки висунутої гіпотези було підбрано комплекс психодіагностичних методик, які характеризуються високим рівнем валідності, надійності та відповідності специфіці професійної діяльності клінічного психолога. Вибір інструментарію зумовлений необхідністю багатовимірною оцінювання ключових компонентів soft skills: емоційного, комунікативного та метакогнітивного.

Першим складником діагностичного комплексу, спрямованим на вивчення афективного компонента гнучких навичок, стала *Методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холл)* (ДОДАТОК А) [11;34]. Даний інструментарій призначений для виявлення здатності особистості до розуміння відносин, що виражаються в емоціях, та управління емоційною сферою на основі прийняття рішень. У контексті клінічної психології емоційний інтелект розглядається як фундаментальна база для

формування професійної емпатії та здатності до саморегуляції в умовах стресогенного середовища.

Опитувальник містить 30 тверджень, які респонденту необхідно оцінити за шкалою від -3 до +3 балів залежно від ступеня згоди з ними. Методика дозволяє отримати кількісні показники за п'ятьма шкалами, що відображають різні аспекти емоційної компетентності:

1. Емоційна обізнаність - усвідомлення та розуміння власних емоційних станів.
2. Управління своїми емоціями - емоційна відхідливість, гнучкість, здатність до саморегуляції.
3. Самомотивація - вміння керувати своєю поведінкою за допомогою управління емоціями.
4. Емпатія - здатність до розуміння емоцій інших людей, співпереживання, що виступає центральним елементом у побудові терапевтичного контакту.
5. Розпізнавання емоцій інших людей - вміння впливати на емоційний стан оточуючих.

Обчислення результатів за кожною шкалою дає змогу визначити рівень розвитку окремих складників (низький, середній або високий), а загальний бал за методикою вказує на інтегративний рівень емоційного інтелекту студента. Для майбутнього клінічного психолога високі показники за даною методикою свідчать про готовність до адекватної інтерпретації емоційного фону пацієнта та здатність зберігати професійну стабільність у критичних ситуаціях.

Використання цієї методики дозволяє об'єктивно оцінити афективний фундамент soft skills та проаналізувати його взаємозв'язок із когнітивними та комунікативними параметрами професійного становлення фахівця.

Наступним інструментом, спрямованим на вивчення комунікативно-перцептивного компонента soft skills, стала *Методика діагностики рівня емпатійних здібностей* (В. В. Бойко) (ДОДАТОК Б) [11]. Дана методика дозволяє здійснити глибокий та диференційований аналіз емпатії як ключового професійного інструменту клінічного психолога, що забезпечує здатність до розуміння внутрішніх станів іншої особи через емоційне співпереживання та когнітивну інтерпретацію.

Опитувальник складається з 36 тверджень, на які респондент має дати відповідь «так» або «ні». Особливістю методики є можливість оцінки не лише загального рівня емпатії, а й виокремлення провідних каналів, через які здійснюється емпатійна взаємодія. Структура методики охоплює шість діагностичних шкал:

1. Раціональний канал емпатії - характеризує спрямованість уваги, сприйняття та мислення на розуміння сутності іншої людини (її станів, почуттів, поведінки).
2. Емоційний канал емпатії - фіксує здатність респондента входити в емоційний резонанс з оточуючими, співпереживати та співчувати на афективному рівні.
3. Інтуїтивний канал емпатії - відображає здатність до розуміння іншої особи в умовах дефіциту об'єктивної інформації, спираючись на досвід, що зберігається у підсвідомості.
4. Установки, що сприяють емпатії - оцінює наявність особистісних настанов, які полегшують або ускладнюють дію емпатійних каналів (уникнення оцінних суджень, відкритість до досвіду іншого).
5. Проникаюча здатність в емпатії - характеризує комунікативну властивість особистості, що дозволяє створювати атмосферу відвертості, довіри та психологічного комфорту.
6. Ідентифікація в емпатії - визначає вміння ставити себе на місце партнера по взаємодії, що є базовою навичкою для побудови ефективного діагностичного контакту.

Результати за кожною шкалою варіюються від 0 до 6 балів, а сумарний показник дозволяє класифікувати рівень емпатійних здібностей як дуже низький, занижений, середній або дуже високий. Використання методики В. В. Бойка у дослідженні майбутніх клінічних психологів дозволяє виявити, наскільки студенти готові до «проживання» досвіду пацієнта без втрати професійних кордонів, що є фундаментальною складовою їхньої професійної компетентності.

Завершальним інструментом діагностичного комплексу, що дозволяє оцінити метакогнітивний фундамент формування гнучких навичок, став *Опитувальник визначення індивідуальної міри рефлексивності (А. В. Карпов)* (ДОДАТОК В). Дана

методика спрямована на виявлення рівня розвитку рефлексивності як психічної властивості особистості, що забезпечує здатність до самоаналізу, усвідомлення власних психічних процесів та станів. У межах дослідження soft skills майбутніх клінічних психологів рефлексія розглядається як центральний психологічний механізм, що опосередковує розвиток емпатії та емоційної регуляції через критичне осмислення професійного досвіду та власних поведінкових стратегій.

Методика складається з 27 тверджень, за якими респондент висловлює ступінь своєї згоди за семибальною шкалою (від 1 - «зовсім не згоден» до 7 - «повністю згоден»). Специфіка обробки результатів передбачає переведення «сирих» балів у стени (стандартні одиниці від 1 до 10), що дозволяє диференціювати респондентів за трьома рівнями розвитку рефлексивності. Така стандартизація забезпечує високу точність порівняльного аналізу між студентами різних курсів та дозволяє встановити індивідуальну міру сформованості цієї властивості.

Відповідно до ключа методики, інтерпретація результатів здійснюється за такими рівнями:

1. Низький рівень (1–3 стени) - характеризується недостатньою схильністю особистості до аналізу власних дій та вчинків інших людей. Студенти з таким рівнем рефлексивності можуть мати труднощі у прогнозуванні результатів своєї діяльності та усвідомленні глибинних причин виникнення тих чи інших емоційних реакцій у клінічній взаємодії, що може ускладнювати процес формування soft skills.
2. Середній рівень (4–7 стени) - свідчить про достатню сформованість рефлексивних процесів, що є нормою для більшості студентів-психологів. Такий показник дозволяє майбутньому фахівцеві успішно здійснювати поточний самоконтроль, коригувати комунікативну стратегію залежно від емоційного стану пацієнта та об'єктивно оцінювати власні професійні помилки.
3. Високий рівень (8–10 стени) - вказує на розвинену здатність до глибокого самоаналізу, ретроспективного оцінювання минулих подій та перспективного планування. Для клінічного психолога високий рівень рефлексивності є

передумовою успішного проходження супервізії та запобігає перенесенню особистих проблем на терапевтичний процес. Проте надмірно висока рефлексивність (децильні значення 9–10) може призводити до зайвої самокритичності та схильності до тривалих сумнівів, що також потребує врахування в межах професійної підготовки.

Для майбутнього клінічного психолога рефлексивність виступає ядром професійної самосвідомості. Вона дозволяє інтегрувати теоретичні знання з практичним досвідом, перетворюючи кожен клінічний випадок на джерело професійного зростання. Поєднання результатів за цією методикою з даними щодо емоційного інтелекту (Н. Холл) та емпатії (В. В. Бойко) забезпечує цілісне бачення психологічних особливостей формування soft skills, що відповідає завданням емпіричного етапу бакалаврської роботи.

Таким чином, сформований діагностичний комплекс дозволяє охопити всі ключові аспекти гнучких навичок - від емоційного реагування та безпосередньої комунікації до глибинного усвідомлення професійної діяльності. Це створює надійну базу для подальшого статистичного аналізу взаємозв'язків між досліджуваними параметрами та перевірки загальної гіпотези дослідження.

2.3. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження.

Метою аналітичного етапу було виявлення та інтерпретація рівнів розвитку структурних компонентів soft skills у майбутніх клінічних психологів, а також встановлення статистично значущих зв'язків між ними. Обробка результатів здійснювалася за трьома ключовими векторами: емоційним інтелектом, емпатійними здібностями та індивідуальною рефлексивністю.

1. Аналіз результатів за методикою «Діагностика рівня емоційного інтелекту» (Н. Холл).

Вивчення афективного компонента soft skills розпочалося з аналізу показників емоційного інтелекту (EI). Обчислення результатів проводилося за окремими

шкалами та інтегральним показником відповідно до встановлених алгоритмів, які наведено далі:

(2.1)

Шкала 1

$$S_1 = x_1 + x_2 + x_4 + x_{17} + x_{19} + x_{25}$$

Шкала 2

$$S_2 = x_3 + x_7 + x_8 + x_{10} + x_{18} + x_{30}$$

Шкала 3

$$S_3 = x_5 + x_6 + x_{13} + x_{14} + x_{16} + x_{22}$$

Шкала 4

$$S_4 = x_9 + x_{11} + x_{20} + x_{21} + x_{23} + x_{28}$$

Шкала 5

$$S_5 = x_{12} + x_{15} + x_{24} + x_{26} + x_{27} + x_{29}$$

Інтегральний рівень емоційного інтелекту (EI) визначався як сума значень за всіма п'ятьма шкалами:

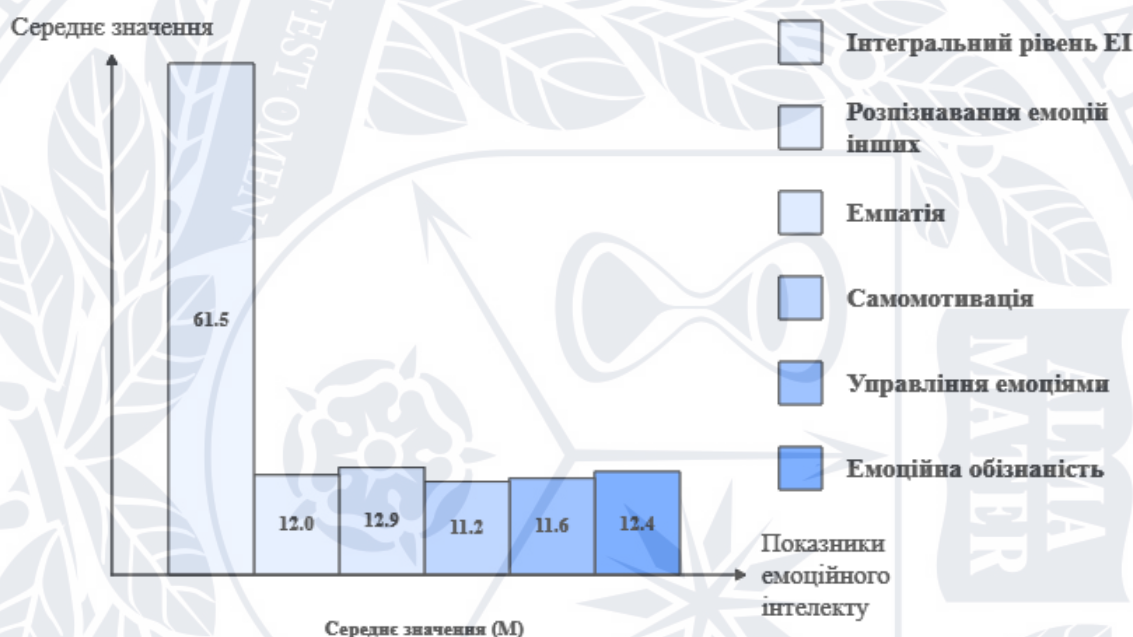
(2.2)

$$EI = S_1 + S_2 + S_3 + S_4 + S_5$$

Аналіз результатів за методикою Н. Холла дозволив встановити, що інтегральний рівень емоційного інтелекту у переважної більшості респондентів - 38 осіб (61%) - перебуває в межах середнього рівня розвитку, що відповідає нормативному діапазону для даної вікової групи та етапу професіогенезу. Отриманий середній бал по вибірці ($M \approx 61,5$) свідчить про наявність у майбутніх клінічних психологів сформованої когнітивно-афективної бази для розпізнавання та

ідентифікації емоційних станів, що є необхідною передумовою для побудови первинного терапевтичного контакту. Проте такий показник вказує на помірну вираженість емоційної компетентності: студенти загалом орієнтуються у власних почуттях та емоціях оточуючих, але ще не володіють стійкими навичками довільної саморегуляції в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, властивого клінічній практиці.

Рис 2.1 - Узагальнені результати за шкалами емоційного інтелекту (n = 62)



Якісна інтерпретація отриманих даних свідчить, що більшість респондентів - 38 осіб (61%) - володіють середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту. Високий рівень зафіксовано у 14 осіб (23%), тоді як низький рівень виявлено у 10 студентів (16%). Аналіз середніх значень показав, що найбільш вираженою є здатність до емпатії ($M \approx 12,9$), що вказує на професійну спрямованість студентів на розуміння емоційних станів інших осіб. Дещо нижчі показники за шкалами «Самомотивація» та «Управління емоціями» свідчать про те, що регулятивний компонент EI у майбутніх клінічних психологів перебуває на стадії активного формування.

2. Аналіз результатів за методикою «Діагностика рівня емпатійних здібностей» (В. В. Бойко)

Наступним кроком стало детальне вивчення емпатії як ключового інструменту професійної діяльності. Розрахунок загального бала (E) здійснювався шляхом підсумовування показників за шістьма емпатійними каналами:

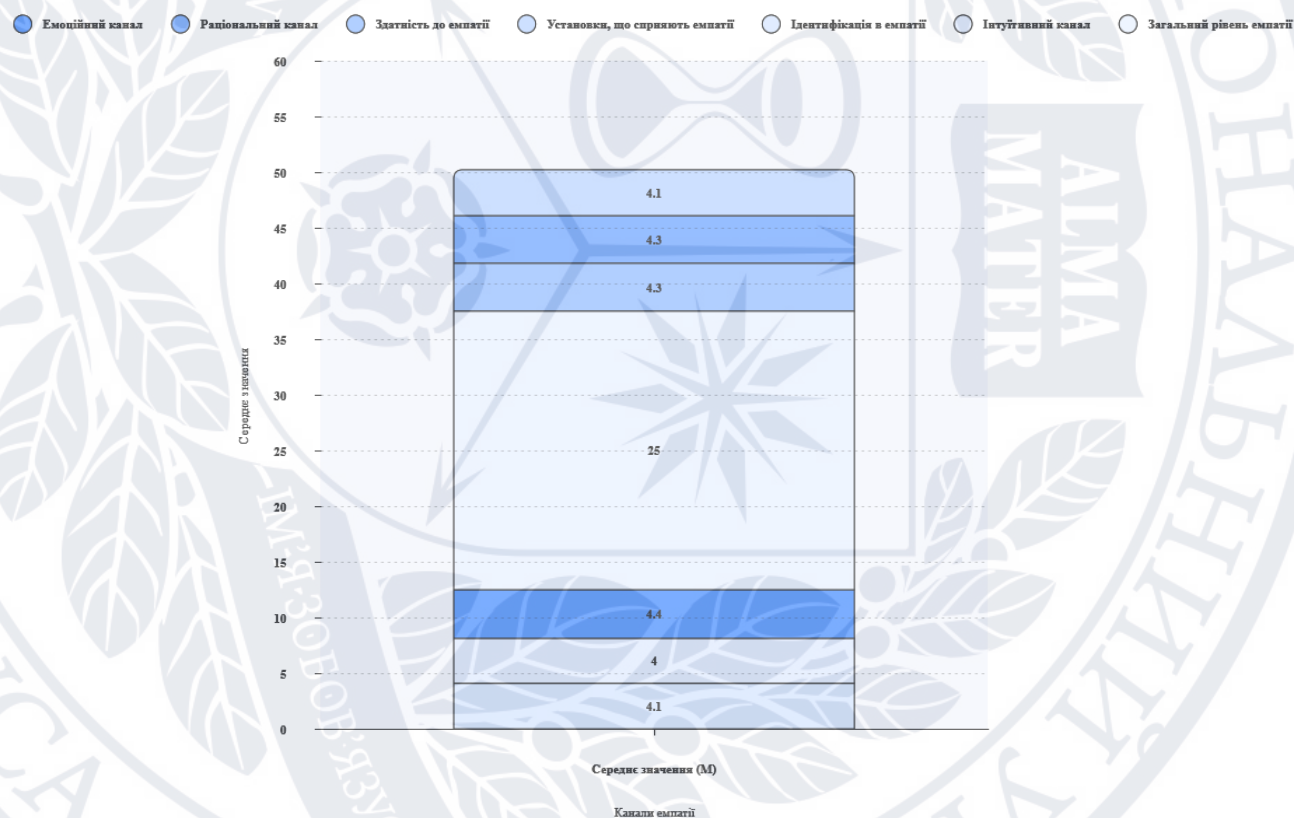
(2.1)

(2.3)

$$E = R + Em + I + U + Z + Id,$$

де R - раціональний канал, Em - емоційний, I - інтуїтивний, U - установки, Z - здатність до емпатії, Id - ідентифікація.

Рис 2.2 - Узагальнені показники емпатійних здібностей за В. Бойком ($n = 62$)



Кількісний аналіз емпіричних даних дозволив встановити специфіку розподілу рівнів сформованості емпатійних здібностей у досліджуваній вибірці. Отримані результати свідчать про домінування середнього рівня емпатії, який було діагностовано у 36 респондентів (58% від загальної кількості). Даний показник можна інтерпретувати як ознаку адаптивності та здатності студентів до ситуативного співпереживання, що не переходить у стан емоційного виснаження. Такі особи

зазвичай виявляють чутливість до переживань оточуючих, проте зберігають необхідну психологічну дистанцію для об'єктивної оцінки ситуації.

Група респондентів із високим рівнем емпатії склала 23% (14 осіб). Такий розподіл вказує на наявність у значної частини вибірки вираженої здатності до альтруїстичної поведінки та глибокого розуміння внутрішнього світу іншого. Водночас у 19% опитаних (12 осіб) зафіксовано занижений або дуже низький рівень емпатії. Це може бути обумовлено як індивідуально-типологічними особливостями психіки, так і дією механізмів психологічного захисту, що проявляються у формі емоційного відсторонення з метою збереження внутрішньої стабільності.

Високі показники за емоційним та раціональним каналами свідчать про сформованість цілісної системи міжособистісної взаємодії у студентів. Ефективне поєднання афективного відгуку з логічним аналізом стану іншої людини підтверджує когнітивно-емоційну інтеграцію досліджуваних. Це дозволяє не лише ідентифікувати емоції партнера по спілкуванню, а й усвідомлено інтерпретувати причини їх виникнення.

3. Аналіз результатів за методикою «Діагностика рівня рефлексивності» (А. В. Карпов)

Дослідження метакогнітивного складника soft skills базувалося на визначенні індивідуальної міри рефлексивності як одного з ключових показників когнітивної саморегуляції. Первинний бал (R) розраховувався як сумарний показник відповідей респондентів на пункти стандартизованого опитувальника:

Первинний бал:

$$R = \sum_{i=1}^n x_i \quad (2.4)$$

де:

- R - первинний бал
- x_i - відповіді на пункти опитувальника

Середнє значення:

(2.5)

$$\bar{R} = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N R_i$$

Таблиця 2.1 - Розподіл респондентів за рівнями рефлексивності (n = 62)

Рівень рефлексивності	Кількість осіб	Відсоток
Високий (8–10 стенів)	12	19 %
Середній (4–7 стенів)	28	45 %
Низький (0–3 стени)	22	36 %
Разом	62	100 %

Середнє значення за вибіркою становить ≈ 119 балів, що відповідає середньому стену $\approx 5,3$. Отримані дані показані в таблиці 2.4, вказують на те, що хоча більшість студентів володіють достатньою здатністю до самоаналізу (45%), значна частка респондентів (36%) демонструє низьку схильність до рефлексії власних дій. Це свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку рефлексивних навичок як фундаменту для корекції комунікативної поведінки.

Таблиця 2.2 Узагальнені статистичні показники

Показник	Значення
Мінімальний первинний бал	80
Максимальний первинний бал	165
Середнє значення	≈ 119
Середній стен	$\approx 5,3$
Мода (найчастіше значення стенів)	5
Медіана	5

Для підтвердження гіпотези про системний зв'язок між компонентами soft skills було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона(r):

(2.6)

$$r = \frac{\sum (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum (x_i - \bar{x})^2 \sum (y_i - \bar{y})^2}}$$

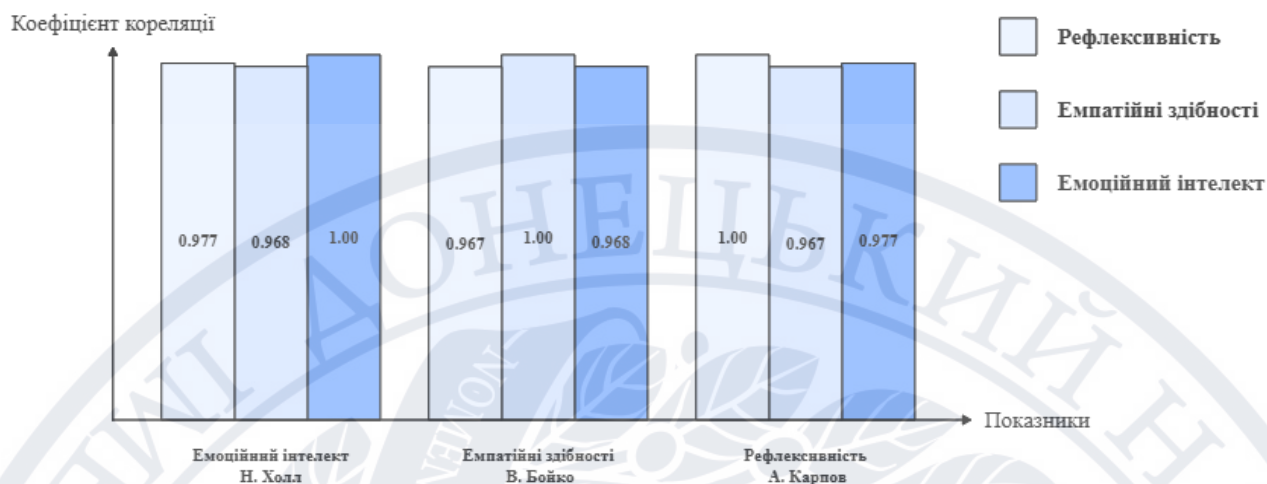
За результатами проведеного статистичного аналізу було встановлено наявність надзвичайно сильних прямих кореляційних зв'язків між усіма

досліджуваними параметрами психологічного профілю студентів. Найвищий показник щільності зв'язку зафіксовано між емоційним інтелектом та рефлексивністю ($r = 0,977; r \leq 0,01$). Такий рівень кореляції статистично підтверджує гіпотезу про те, що рефлексивні процеси виступають інтегральною основою емоційної сфери. Це доводить, що здатність до глибокого усвідомлення та оперативного аналізу власних психічних станів є фундаментальним механізмом, який детермінує розвиток емоційної саморегуляції особистості. Фактично, висока рефлексивність забезпечує когнітивний базис для розпізнавання та диференціації емоційних сигналів, що є критично важливим для успішної адаптації студентів.

Паралельно з цим виявлено аналогічно високу кореляцію між рівнем емпатії та рефлексивністю ($r = 0,967; r \leq 0,01$). Отримані дані дозволяють констатувати, що ефективне розуміння внутрішнього світу іншої людини та релевантний афективний відгук є неможливими без розвиненої здатності до самоусвідомлення та соціальної децентрації. Рефлексивна позиція дозволяє суб'єкту виходити за межі власного «Я», створюючи умови для об'єктивної перцепції станів партнера по комунікації. Таким чином, рефлексивність у даній вибірці виступає сполучним компонентом, який синхронізує внутрішньоособистісну емоційну компетентність (емоційний інтелект) та міжособистісну чутливість (емпатію).

Встановлені статистичні закономірності вказують на високий ступінь консистентності емоційно-когнітивних структур у досліджуваних студентів. Настільки високі коефіцієнти кореляції свідчать про те, що ці психологічні конструкти не функціонують ізольовано, а утворюють єдиний цілісний комплекс. Це дає підстави стверджувати, що будь-які корекційні або розвивальні заходи, спрямовані на підвищення рефлексивних здібностей, матимуть прямий позитивний вплив на рівень емпатійності та загальну емоційну культуру особистості, що є вагомим аспектом у професійній підготовці майбутніх психологів.

Рис 2.3 - Матриця кореляцій показників soft-skills (n = 62)



Таким чином, математико-статистична обробка даних підтвердила синергічну природу soft-skills: розвиток одного компонента безпосередньо сприяє зростанню показників за іншими шкалами. Це дозволяє обґрунтовано визначити розвиток рефлексивних навичок як один із пріоритетних і стратегічно важливих напрямів професійної підготовки майбутніх клінічних психологів.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

У результаті реалізації емпіричного етапу дослідження було проведено комплексне вивчення психологічних особливостей формування soft skills у майбутніх клінічних психологів. Організація дослідження на базі факультету психології Донецького національного університету імені Василя Стуса із залученням 62 респондентів забезпечила репрезентативність даних. Дистанційний формат збору інформації та дотримання етичних стандартів конфіденційності дозволили сформувати об'єктивну базу для подальшого статистичного аналізу. Використаний діагностичний комплекс, що охопив емоційну, комунікативну та рефлексивну сфери, виявився валідним інструментом для перевірки висунутої гіпотези.

Аналіз результатів за методикою Н. Холла засвідчив, що більшість студентів (61%) мають середній інтегральний рівень емоційного інтелекту, що вказує на сформованість базових механізмів емоційної обізнаності. Найвищі показники зафіксовано за шкалою «Емпатія» ($M \approx 12,9$), що підтверджує професійну орієнтацію вибірки на розуміння станів іншої особи. Водночас дещо нижчі значення

за шкалами «Самотивація» ($M \approx 11,2$) та «Управління емоціями» ($M \approx 11,6$) вказують на потребу у цілеспрямованому розвитку навичок довільної регуляції афективних станів.

Дослідження емпатійних здібностей за методикою В. В. Бойка підтвердило переважання середнього рівня розвитку цієї якості у 58% респондентів. Виявлено, що основними каналами емпатії виступають емоційний ($M \approx 4,4$) та раціональний ($M \approx 4,3$), що свідчить про готовність студентів до поєднання афективного відгуку з логічним аналізом ситуації пацієнта. Проте наявність групи респондентів із заниженим рівнем емпатії (19%) та помірні показники за інтуїтивним каналом вказують на необхідність впровадження методів навчання для посилення комунікативно-перцептивної гнучкості майбутніх фахівців.

Особливе значення мають результати діагностики рефлексивності за А. В. Карповим, де середній рівень зафіксовано у 45% опитаних при середньому значенні $\approx 5,3$. Важливою знахідкою є наявність значної частки студентів (36%) із низьким рівнем рефлексивності, що свідчить про недостатню сформованість механізмів самоспостереження та критичного аналізу власної діяльності. Оскільки рефлексія виступає ядром професійної самосвідомості, такі показники актуалізують питання розробки корекційних заходів, спрямованих на розвиток метакогнітивних навичок.

Математико-статистична обробка даних за методом К. Пірсона дозволила констатувати наявність сильних позитивних кореляційних зв'язків між усіма досліджуваними компонентами ($r = 0,967 - 0,977$ при $p < 0,01$). Найвищий коефіцієнт кореляції виявлено між емоційним інтелектом та рефлексивністю ($r = 0,977$), що статистично підтверджує роль рефлексії як базової детермінанти розвитку емоційної саморегуляції. Отримані результати доводять синергічну природу soft skills і дозволяють визначити розвиток рефлексивних навичок як пріоритетну «точку росту» для формування цілісного професійного профілю майбутнього клінічного психолога.

Підсумовуючи, слід зазначити, що встановлені емпіричні факти дають змогу визначити конкретні вектори практичного втручання в освітній процес.

Нерівномірність розвитку окремих складників soft skills при їхній високій внутрішній взаємозалежності вказує на те, що стихійне формування гнучких навичок є недостатнім для забезпечення високої якості професійної допомоги в майбутньому. Це обумовлює необхідність переходу до формувального етапу дослідження, мета якого полягає у розробці та впровадженні науково обґрунтованої програми психологічного тренінгу. Таким чином, отримані результати виступають надійним діагностичним підґрунтям для проектування системи психологічного супроводу, що дозволить мінімізувати виявлені недоліки та максимізувати професійний потенціал майбутніх клінічних психологів.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РОЗВИТКУ SOFT SKILLS У МАЙБУТНІХ КЛІНІЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

3.1 Обґрунтування програми психологічного тренінгу з формування soft skills.

Методологічне обґрунтування програми психологічного супроводу базується на сучасному розумінні «soft skills» як невід’ємної складової професійної компетентності клінічного психолога, що забезпечує ефективність його діяльності в складних, непередбачуваних та емоційно насичених соціальних середовищах. У науковій літературі гнучкі навички дефініюються не просто як сукупність комунікативних технік, а як фундаментальні людські спроможності, що визначають спосіб сприйняття, рефлексії та взаємодії фахівця. Для клінічного психолога ці навички стають базовими професійними інструментами, оскільки вони безпосередньо впливають на точність психодіагностики, стабільність терапевтичного альянсу та здатність пацієнта до співпраці. На відміну від «hard skills» (технічних знань), розвиток яких відбувається через лінійне накопичення інформації, опанування «soft skills» вимагає складних рефлексивних процесів та глибокої трансформації особистісних настанов студента.

Концептуальний підхід до розробки програми ґрунтується на визначенні п’яти ключових груп навичок, які є пріоритетними для успішного фахового становлення майбутніх психологів: комунікативні навички, навички особистої ефективності

(самоорганізація, стресостійкість), управлінські спроможності (лідерство, командна робота), стратегічні навички (системне мислення) та розвинене критичне мислення. Особливе значення надається емоційному інтелекту, який розглядається як здатність фахівця адекватно інтерпретувати зовнішні умови та потреби оточуючих, зберігаючи при цьому внутрішню стабільність і професійну конгруентність. Поєднання емоційної компетентності з високим рівнем емпатії дозволяє сформувати цілісний профіль спеціаліста, здатного до продуктивної роботи в мультидисциплінарних командах медичних та реабілітаційних закладів.

Методологічним фундаментом програми виступає суб'єктно-діяльнісний підхід[25] та ідеї розвивального навчання, які постулюють, що діяльність є основним джерелом та простором психічного розвитку особистості. Психологічне забезпечення розвитку гнучких навичок передбачає організацію освітнього процесу як діалогічної суб'єкт-суб'єктної взаємодії, де власна активність і відповідальність студента стають рушійною силою його професіоналізації. У межах програми реалізуються інтерактивні та особистісно-орієнтовані технології, які дозволяють учаснику не лише отримати новий досвід, а й актуалізувати приховані внутрішні ресурси, ініціювати потреби у самоактуалізації та інтегрувати отримані навички у структуру своєї професійної ідентичності.

Основним форматом реалізації програми обрано соціально-психологічний тренінг як метод активного психологічного навчання, що забезпечує умови для безпечної апробації нових поведінкових моделей. Психологічне забезпечення в такому форматі спрямоване на подолання внутрішньоособистісних суперечностей між образом «Я-реального» та вимогами професійного еталона «Я-фахівця», що сприяє гармонізації особистісного та професійного розвитку майбутнього клінічного психолога. Саме активна тренінгова взаємодія дозволяє запуснути механізми інтеріоризації соціальних норм і правил професійної етики, перетворюючи їх із зовнішніх обмежень на стійкі внутрішні регулятиви діяльності.

Центральним психологічним механізмом, на якому базується архітектоніка запропонованої програми, є професійна рефлексія майбутнього клінічного психолога. Емпіричне підтвердження надзвичайно сильного позитивного кореляційного зв'язку

між емоційним інтелектом та рефлексивністю ($r = 0,977$, при $p < 0,01$) доводить, що здатність до усвідомлення та аналізу власних психічних станів є фундаментальною детермінантою розвитку емоційної саморегуляції та обізнаності. Оскільки результати діагностики виявили суттєву частку респондентів (36%) із низьким рівнем рефлексивності, стимулювання цього метакогнітивного процесу стає «точкою росту» для всього комплексу гнучких навич. Рефлексія у структурі тренінгу виконує функцію системного інтегратора, що дозволяє студенту перетворювати теоретичні знання про емпатію та емоції на усвідомлений інструментарій професійної діяльності.

Програма структурована як послідовність взаємопов'язаних етапів, що забезпечують перехід від теоретичного усвідомлення до практичного відпрацювання та подальшої інтеріоризації навичок. Використання сучасних інноваційних методів, таких як рольове моделювання, кейс-стаді та тренінгові вправи, створює умови для подолання внутрішньоособистісних суперечностей між образом «Я-реального» та «Я-професійного», що сприяє гармонізації професійного становлення майбутнього клінічного психолога.

1. Діагностично-рефлексивний етап. Метою початкової фази є подолання «рефлексивного дефіциту» та актуалізація внутрішніх ресурсів студентів. З огляду на те, що низька рефлексивність корелює з труднощами у прогнозуванні результатів діяльності, вправи цього етапу (наприклад, «Мій професійний портрет» та «Рефлексивний щоденник») спрямовані на розвиток здатності до самоспостереження та ідентифікації індивідуальних бар'єрів у комунікації. Учасники вчаться розрізняти власні емоційні стани, що є базовою умовою для підвищення інтегрального показника емоційного інтелекту, який у вибірці перебуває на середньому рівні ($M \approx 61,5$).
2. Корекційно-розвивальний етап. На цій стадії здійснюється безпосередня робота над розвитком комунікативно-перцептивних каналів емпатії. Оскільки дослідження показало, що студенти вже мають достатньо розвинені емоційний ($M \approx 4,4$) та раціональний ($M \approx 4,3$) канали, тренінгові впливи фокусуються

на підсиленні інтуїтивного складника та механізмів ідентифікації. Використання рольових ігор у системі «психолог-пацієнт» та методів децентрації дозволяє студентам відпрацьовувати навички побудови терапевтичного альянсу, зберігаючи професійну стійкість та етичну конгруентність.

3. Інтегративний етап. Завершальна стадія орієнтована на консолідацію «soft skills» у цілісну структуру професійної ідентичності. Через використання кейс-методів клінічного змісту та відеоаналізу групової взаємодії студенти вчаться здійснювати перспективну рефлексію - планувати свої дії в умовах тривалого контакту з пацієнтами у кризових станах. Це забезпечує формування професійного профілю, здатного до саморегуляції та профілактики емоційного вигорання, що є критично важливим для збереження професійної придатності клінічного психолога.

Математико-статистична обробка емпіричних даних підтвердила наявність взаємозв'язків між окремими компонентами гнучких навичок, зокрема засвідчила, що розвиток одного з них (наприклад, рефлексії) супроводжується статистично значущим підвищенням показників за іншими шкалами. Це свідчить про інтегративний характер структури «soft skills» та взаємозумовленість їх складових у процесі професійного становлення.

Таким чином, розроблена програма, орієнтована на цілеспрямований розвиток рефлексивних умінь і навичок, забезпечує виражений синергічний ефект, що проявляється у підвищенні рівня емпатії та сформованості механізмів емоційної саморегуляції. Отримані результати узгоджуються з актуальними запитами сучасної клінічної практики та відповідають академічним стандартам підготовки фахівців, оскільки спрямовані на формування цілісної, адаптивної та професійно ефективної особистості клінічного психолога.

3.2. Методичні рекомендації для студентів та викладачів щодо вдосконалення професійної підготовки.

Першим і фундаментальним етапом удосконалення професійної підготовки є перегляд концептуальних засад формування освітніх програм (ОП) за спеціальністю 053 «Психологія». Ефективне становлення гнучких навичок потребує відходу від фрагментарного вивчення дисциплін на користь створення цілісного, інтегрованого освітнього простору. Рекомендується на рівні академічних рад внести корективи до силабусів як загальних, так і фахових дисциплін (зокрема, «Основи психологічного консультування», «Клінічна психологія», «Психологія особистості»), чітко визначивши «soft skills» як обов'язкові програмні результати навчання, а не лише як супутній продукт соціалізації.

Науково-методичне забезпечення має ґрунтуватися на принципі наскрізності: розвиток рефлексивного та емоційного компонентів повинен проходити через увесь цикл бакалаврської підготовки. Для викладачів кафедри доцільним є впровадження моделі «контекстного навчання», де теоретичний матеріал патопсихологічного чи клінічного змісту інтегрується з відпрацюванням комунікативних стратегій. Наприклад, під час вивчення патопсихології студенти мають не лише засвоювати методики діагностики (hard skills), а й одночасно моделювати способи повідомлення результатів обстеження пацієнту, враховуючи етичні норми та рівень емпатійної проникливості (soft skills).

Окрему увагу на системному рівні доцільно приділити створенню та впровадженню мультидисциплінарних освітніх модулів як інструменту інтеграції професійних знань і розвитку гнучких навичок. Зокрема, рекомендованою є організація спільних семінарів, практичних занять і воркшопів за участю студентів-психологів та представників суміжних спеціальностей, таких як соціальна робота, медицина та інші галузі допомагаючих професій. Такий формат навчання сприяє моделюванню реальних умов професійної діяльності, в яких майбутній клінічний психолог функціонує як частина мультидисциплінарної команди.

Участь у міждисциплінарній взаємодії забезпечує формування ключових «soft skills», зокрема навичок командної роботи, ефективної професійної комунікації та

здатності до децентрації, що передбачає вихід за межі власної професійної перспективи та врахування позицій інших фахівців. Це, у свою чергу, сприяє розвитку системного бачення клінічної ситуації та підвищує якість прийняття рішень у складних випадках. Важливою перевагою такого підходу є також формування толерантності до професійної різноманітності та здатності до координації спільних дій у межах медичного закладу.

Таким чином, на інституційному рівні «soft skills» набувають статусу нормативно закріпленого компонента професійної підготовки, інтегрованого у зміст освітніх програм. Це забезпечує системність і послідовність їх формування, мінімізуючи залежність від індивідуального стилю викладання окремих дисциплін та створюючи умови для уніфікованого розвитку професійної ідентичності майбутніх клінічних психологів.

Другий вектор удосконалення підготовки фокусується на процесуальному рівні - безпосередній зміні дидактичних підходів та рольової позиції викладача в аудиторії. Науково обґрунтованим є перехід від традиційної суб'єкт-об'єктної моделі навчання до фасилітативного супроводу, де викладач виступає не лише транслятором знань, а професійним еталоном для ідентифікації та модератором групової динаміки. Оскільки формування «soft skills» спирається на механізм інтеріоризації, освітній процес має бути насичений ситуаціями активної соціальної взаємодії, що дозволяють студенту перетворювати зовнішні професійні норми на внутрішні регулятиви поведінки.

Основним інструментарієм викладача у цьому контексті стають технології «навчання через досвід» (experiential learning), які дозволяють задіяти когнітивну, афективну та поведінкову сфери студента одночасно. Рекомендується широке впровадження методів рольового моделювання клінічних ситуацій, де студенти відпрацьовують навички встановлення рапорту, контейнування складних емоцій пацієнта та управління власними контрпереносними реакціями. Важливою методичною умовою є використання відеозворотного зв'язку (video feedback), що дозволяє об'єктивувати рефлексивні процеси та допомагає студенту побачити

невідповідність між «Я-реальним» та професійним образом, стимулюючи корекцію комунікативних паттернів.

З огляду на встановлений у дослідженні дефіцит рефлексивності у 36% респондентів, викладачам слід інтегрувати в кожне практичне заняття елементи «керованої рефлексії». Це передбачає використання спеціалізованих технік (наприклад, методів «Socratic questioning» або рефлексивних кіл), що спонукають студентів до аналізу не лише змісту завдання, а й способу власної взаємодії під час його виконання. Викладач має стимулювати розвиток ситуативної рефлексії, яка забезпечує безпосередній самоконтроль у процесі спілкування, та перспективної рефлексії, що орієнтує майбутнього фахівця на планування стратегій самовдосконалення. Такий підхід перетворює навчальну аудиторію на безпечну лабораторію професійних спроб і помилок, де розвиток емпатії та емоційного інтелекту стає закономірним результатом активної професійної рефлексії фахівця.

Третій напрям методичних рекомендацій орієнтований на суб'єктну позицію студента як активного учасника власного професіогенезу. Оскільки результати дослідження продемонстрували синергічну природу «soft skills», де розвиток рефлексії автоматично детермінує зростання показників емпатії та емоційного інтелекту ($r = 0,967$ та $r = 0,977$ відповідно), студентам рекомендується зосередити зусилля на інструменталізації процесів самопізнання. Автономний розвиток гнучких навичок має виходити за межі академічного середовища та інтегруватися у повсякденну професійно-орієнтовану активність майбутнього фахівця.

Ключовою рекомендацією для студентів є запровадження систематичної рефлексивної практики через ведення професійного портфоліо або рефлексивного щоденника. Це дозволяє структурувати стихійний досвід, аналізувати складні комунікативні ситуації та відстежувати динаміку розвитку власних емоційних станів. Особливу увагу слід приділити вправам на розвиток «емоційної обізнаності» (відповідно до моделі Н. Холла), що передбачає регулярну ідентифікацію власних емоцій та аналіз факторів, які їх провокують. Таке самоспостереження є базою для переходу від середнього рівня емоційного інтелекту, зафіксованого у більшості

респондентів, до високого рівня, необхідного для стабільної клінічної роботи. Для вдосконалення емпатійних здібностей студентам рекомендується активно залучатися до волонтерської діяльності та участі у студентських інтервізійних групах. Взаємодія з різними категоріями осіб у стані кризи дозволяє відпрацьовувати раціональний та емоційний канали емпатії в реальних умовах, що значно пришвидшує процес інтеріоризації етичних стандартів професії. Додатковою стратегією розвитку когнітивної гнучкості як складника «soft skills» є вивчення іноземних мов та ознайомлення з міжнародними протоколами психологічної допомоги, що розширює професійний світогляд та сприяє здатності до децентрації. Важливим аспектом самостійної підготовки є розвиток навичок саморегуляції та стресостійкості. Студентам варто опановувати техніки ментальної гігієни, когнітивного рефреймінгу та психологічного розвантаження, щоб запобігти вторинній травматизації під час роботи з клінічними випадками. Свідоме ставлення до формування «soft skills» як до цілісного інструментарію дозволяє майбутньому психологу не лише ефективно допомагати іншим, а й зберігати власну особистісну цілісність та професійну привабливість протягом усього кар'єрного шляху.

Завершальний етап удосконалення системи професійної підготовки передбачає розробку та впровадження валідної системи моніторингу, спрямованої на об'єктивну оцінку динаміки формування гнучких навичок протягом усього періоду навчання. Традиційні методи контролю знань не є достатньо ефективними для вимірювання «soft skills», оскільки зазначені компетенції проявляються переважно у реальній професійній діяльності та міжособистісній взаємодії, а не в теоретичному відтворенні інформації. У зв'язку з цим актуалізується впровадження критеріально-орієнтованого оцінювання, яке передбачає чітку операціоналізацію показників розвитку емпатії, рефлексивності та емоційної саморегуляції через систему поведінкових дескрипторів для кожного рівня професійної підготовки.

Базовим інструментом довготривалого моніторингу доцільно визначити цифрове портфоліо компетенцій, що забезпечує систематичну фіксацію результатів навчальної та практичної діяльності студента. У межах такого портфоліо акумулюються рефлексивні звіти, результати клінічних спостережень, відгуки

супервізорів за підсумками практик, а також сертифікати проходження тренінгових і практико-орієнтованих модулів. Це дозволяє сформувати цілісну динамічну картину розвитку професійних і особистісних компетенцій у часі.

Додатково науково-педагогічним працівникам рекомендується застосування методу оцінювання «360 градусів», який передбачає інтеграцію різних джерел зворотного зв'язку, зокрема самооцінки студента, експертної оцінки викладача та взаємооцінювання в межах навчальної групи під час виконання командних завдань. Такий багатовимірний підхід підвищує об'єктивність оцінювання та дозволяє отримати більш повне уявлення про рівень сформованості «soft skills». Такий багатовимірний підхід дозволяє студенту отримати автентичний зворотний зв'язок, що є критично важливим для корекції «сліпих зон» у професійній комунікації та розвитку об'єктивної рефлексії.

З огляду на встановлений у дослідженні надзвичайно сильний кореляційний зв'язок між рефлексивністю та емоційним інтелектом ($r = 0,977$), діагностика метакогнітивних навичок має стати обов'язковим елементом проміжного контролю. Рекомендується проводити регулярне (раз на семестр) тестування за методиками, використаними у даній роботі (Н. Холла, В. Бойка, А. Карпова), для відстеження індивідуальних траєкторій розвитку студентів. Це дозволить вчасно виявляти осіб із низьким рівнем рефлексивності (36 % у нашій вибірці) та залучати їх до додаткових корекційно-розвивальних заходів.

Фінальним етапом моніторингу у межах атестації випускників має стати впровадження об'єктивного структурованого клінічного іспиту (OSCE) або його аналогів у психології. Моделювання реального клінічного прийому за участю підготовленого «стандартизованого пацієнта» дозволяє оцінити не лише теоретичну підготовку, а й реальну здатність студента будувати терапевтичний альянс, проявляти конгруентну емпатію та зберігати емоційну стійкість у складних професійних ситуаціях. Системний моніторинг забезпечує перехід від стихійного формування гнучких навичок до цілеспрямованого управління якістю професійної підготовки майбутніх клінічних психологів, що гарантує їхню високу професійну придатність та конкурентоспроможність.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3

У результаті розробки та наукового обґрунтування системи психологічного забезпечення було сформовано цілісну програму розвитку «soft skills» для майбутніх клінічних психологів. Логіка побудови програми безпосередньо впливає з результатів емпіричного аналізу, який підтвердив системну детермінацію гнучких навичок рівнем індивідуальної рефлексивності. Встановлено, що оскільки рефлексія має надзвичайно високий ступінь кореляції з емоційним інтелектом ($r = 0,977$) та емпатійними здібностями ($r = 0,967$), вона виступає центральним психологічним механізмом та «точкою росту», стимулювання якої забезпечує синергійний розвиток усього комплексу професійно значущих компетенцій.

Теоретичне обґрунтування програми спирається на суб'єктно-діяльнісний підхід та принципи розвивального навчання, де освітній процес розглядається як простір для якісної трансформації особистісних якостей студента у фаховий інструментарій. Розроблений соціально-психологічний тренінг структуровано за трьома послідовними етапами: діагностично-рефлексивним (актуалізація внутрішніх ресурсів), корекційно-розвивальним (відпрацювання емпатійних каналів та технік саморегуляції) та інтегративним (закріплення навичок у структурі професійної ідентичності). Такий поетапний підхід забезпечує поступову інтеріоризацію етичних норм та комунікативних стратегій, перетворюючи їх із зовнішніх вимог навчальної програми на стійкі внутрішні регулятиви професійної діяльності.

Особлива увага в межах психологічного супроводу приділяється технологіям «навчання через досвід», зокрема рольовому моделюванню клінічних ситуацій та методам відеоаналізу. Використання цих методів дозволяє об'єктивувати процеси самоспостереження, подолати внутрішньоособистісні суперечності між «Я-реальним» та професійним еталоном фахівця, а також підвищити рівень емпатійної проникливості. Резюмовано, що впровадження науково обґрунтованої тренінгової програми дозволяє не лише підвищити окремі показники «soft skills», а й закласти фундамент професійної стійкості, що є критично важливим для профілактики

емоційного вигорання майбутніх клінічних психологів у їхній подальшій практичній діяльності.

Другий вектор практичного етапу дослідження дозволив сформулювати комплексні методичні рекомендації, структуровані за системним, процесуальним, особистісним та діагностичним рівнями. Обґрунтовано, що стратегічна інтеграція «soft skills» в освітні програми за спеціальністю «Психологія» має базуватися на принципі наскрізності, де розвиток емоційної та рефлексивної компетентності є нормативним складником кожної фахової дисципліни. Трансформація педагогічних стратегій передбачає перехід викладача до фасилітативної позиції та широке впровадження технологій «навчання через досвід», що дозволяє студентам відпрацьовувати складні комунікативні паттерни в безпечних умовах академічного середовища.

Особлива увага в рекомендаціях приділена суб'єктній позиції студента та впровадженню інструментів автономного професійного становлення, таких як рефлексивні щоденники та цифрові портфоліо компетенцій. Оскільки встановлено детермінуючу роль рефлексії у формуванні цілісного профілю фахівця, студентам пропонується стратегія свідомого самомоніторингу емоційних станів та залучення до активної волонтерської чи інтервізійної практики. Завершальним елементом запропонованої системи є перехід до багатовимірних моделей оцінювання, включаючи метод «360 градусів» та об'єктивні структуровані клінічні випробування, що забезпечує валідний контроль динаміки «soft skills».

Узагальнюючи результати третього розділу, можна констатувати, що запропоноване психологічне забезпечення та методичні рекомендації утворюють цілісну прикладну базу для вдосконалення професійної підготовки майбутніх клінічних психологів. Реалізація цих заходів дозволяє перетворити стихійний процес соціалізації на керований механізм формування професійної придатності, що мінімізує ризики особистісної деформації та підвищує якість надання психологічної допомоги в майбутньому. Отримані результати підтверджують практичну значущість дослідження та закладають підґрунтя для розробки довгострокових стратегій супроводу професіогенезу фахівців сфери ментального здоров'я.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз проблеми підтвердив, що у структурі професійної компетентності клінічного психолога «soft skills» виступають не як факультативні комунікативні доповнення, а як фундаментальні особистісно-професійні новоутворення. Ці навички детермінують здатність фахівця до побудови надійного терапевтичного альянсу, забезпечення точності діагностичного процесу та збереження етичної конгруентності в умовах високого емоційного напруження. Встановлено, що формування гнучких навичок у період навчання у вищій школі є складним процесом професіогенезу, який спирається на механізми інтеріоризації соціальних норм, професійної ідентифікації та децентрації. При цьому освітнє середовище має виступати не лише транслятором академічних знань, а й фасилітативним простором для якісної трансформації індивідуально-психологічних рис студента у його професійно значущі компетенції.

Емпіричний етап дослідження, реалізований на базі вибірки з 62 майбутніх фахівців, дозволив верифікувати теоретичні припущення та надати кількісну оцінку рівню сформованості структурних компонентів досліджуваного конструкту. Організація процедури діагностики із застосуванням валідизованого інструментарію забезпечила отримання достовірних даних щодо стану емоційної, комунікативної та рефлексивної сфер респондентів. Результати свідчать про те, що на сучасному етапі підготовки більшість студентів характеризуються середнім рівнем розвитку основних показників «soft skills», що є закономірним для даного етапу професійного становлення, проте вказує на наявність значного потенціалу для подальшого цілеспрямованого психологічного впливу.

Детальний аналіз афективного компонента за методикою Н. Холла продемонстрував, що переважна більшість майбутніх психологів володіють базовою емоційною обізнаністю та здатністю до емпатійного резонансу, проте мають певні труднощі у сфері довільної саморегуляції та самомотивації. Подібна тенденція

підтверджується і даними щодо комунікативно-перцептивної сфери, де при достатньо високому розвитку емоційного та раціонального каналів емпатії спостерігається помірна вираженість інтуїтивного складника. Це дозволяє констатувати, що майбутні фахівці схильні до логічного аналізу станів пацієнта, проте ще не повною мірою використовують безпосередній емоційний досвід та інтуїтивне проникнення як інструменти професійної взаємодії, що вимагає впровадження активних методів навчання у практичну підготовку.

Особливе значення у структурі проведеного аналізу посідає вивчення індивідуальної рефлексивності майбутніх фахівців, яка за результатами діагностики за методикою А. В. Карпова виявила неоднорідність показників у межах досліджуваної вибірки. Встановлено, що середній показник рефлексивності у студентів-психологів становить приблизно 5,3 бала, що вказує на помірний розвиток здатності до самоаналізу. Проте виявлення значної частки респондентів (36 %) із низьким рівнем рефлексивності свідчить про наявність суттєвих бар'єрів у процесі усвідомлення ними власних психічних станів та поведінкових паттернів. Оскільки рефлексія виступає ядром професійної самосвідомості клінічного психолога, такий дефіцит метакогнітивних навичок може призводити до труднощів у побудові об'єктивного професійного прогнозу та зниження гнучкості фахівця в умовах терапевтичної взаємодії.

Математико-статистична верифікація висунутої гіпотези за допомогою коефіцієнта кореляції К. Пірсона дозволила констатувати наявність надзвичайно сильних прямих зв'язків між усіма структурними компонентами «soft skills». Зокрема, встановлений показник кореляції між емоційним інтелектом та рефлексивністю ($r = 0,977$ при $p < 0,01$) є найвищим у структурі досліджуваного конструкту, що статистично доводить детермінуючу роль рефлексії у формуванні емоційної компетентності. Сильні зв'язки рефлексивності з показниками емпатії ($r = 0,967$) підтверджують, що здатність до децентрації та розуміння іншої особи безпосередньо залежить від глибини усвідомлення фахівцем власного внутрішнього досвіду. Це дозволяє стверджувати, що рефлексія є системним інтегратором «soft

skills», а її стимулювання виступає стратегічною «точкою росту» для формування професійної придатності майбутнього клінічного психолога.

На основі отриманих емпіричних закономірностей у роботі було науково обґрунтовано та спроектовано програму соціально-психологічного тренінгу, спрямовану на гармонізацію особистісного та професійного розвитку студентів. Психологічне забезпечення, реалізоване через три послідовні етапи - діагностично-рефлексивний, корекційно-розвивальний та інтегративний - забезпечує цілісний вплив на когнітивну, афективну та поведінкову сфери майбутніх фахівців. Використання інтерактивних технологій, таких як рольове моделювання клінічних ситуацій та відеоаналіз групової динаміки, дозволяє студентам не лише відпрацювати технічні навички, а й подолати внутрішні суперечності, сприяючи інкорпорації гнучких навичок у структуру професійної ідентичності. Встановлено, що такий підхід закладає надійний фундамент професійної стійкості, мінімізуючи ризики передчасного емоційного вигорання в умовах майбутньої практичної діяльності.

Завершальним складником дослідження стала розробка комплексних методичних рекомендацій для суб'єктів освітнього процесу, що орієнтовані на створення інтегрованого навчального середовища. Рекомендації охоплюють системний рівень через наскрізне впровадження «soft skills» у фахові дисципліни, а також особистісний рівень через стимулювання автономної рефлексивної практики студентів. Обґрунтовано необхідність переходу до інноваційних моделей моніторингу прогресу, включаючи використання цифрових портфоліо та методів багаторівневого оцінювання компетенцій. Узагальнюючи, результати дипломної роботи доводять, що цілеспрямований розвиток рефлексивних механізмів у поєднанні зі сприятливим дидактичним середовищем забезпечує формування висококваліфікованого клінічного психолога, здатного до гнучкого, етичного та ефективного функціонування в системі охорони ментального здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Василенко О., Корчак І. Формування у студентів-психологів «soft skills» як чинник їх успішної майбутньої професійної діяльності. *Psychology travelogs*. 2021. № 2. С. 17–24. URL: <https://doi.org/10.31891/pt-2021-2-2>.
2. Горська Г. О., Мельничук І. Я. Психологічні умови розвитку soft skills майбутніх спеціалістів у процесі професійної підготовки. *Наукові записки. серія: психологія*. 2023. № 2. С. 15–22. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2023-2-2>.
3. Грішнова О. А. Людський капітал: формування в системі освіти і професійної підготовки: монографія / О. А. Грішнова. – К. : Т-во «Знання», КОО, 2004. – 254 с.
4. Затворнюк О. М. Формування у майбутніх психологів психологічної готовності до професійного самовдосконалення : дис. ... канд. пед. н.: 13.00.04 - професійна освіта. Київ, 2013. 230 с.
5. Іванова І. Психологічні особливості соціалізації сучасної молоді в умовах інформаційного суспільства. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 40. С. 125–132.
6. Карнаух О., Карнаух Л. Розвиток soft skills у здобувачів вищої освіти як умова професійного становлення. *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 5(51). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-5\(51\)-658-668](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-5(51)-658-668).
7. Коляда Н., Кравченко О. Особливості формування м'яких навичок у майбутніх фахівців соціальної сфери. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2022. Вип. 27(3). С. 137-145. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apgnd_2020_27%283%29_28
8. Корильчук Н. Кейс-методи у розвитку професійного мислення майбутніх клінічних психологів. *Вісник науки та освіти*. 2026. № 12(42). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-12\(42\)-1888-1900](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-12(42)-1888-1900).
9. Левченко А. Психологічні особливості розвитку критичного мислення у майбутніх психологів. *Інтеграція штучного інтелекту в освіту – виклики та можливості*. 2025. С. 478–480. URL: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-477-4-122>.

10. Маргарян М. Роль емоційного інтелекту у формуванні професійної компетентності майбутніх психологів. Перспективи та інновації науки. 2024. № 12(46). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12\(46\)-1231-1241](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12(46)-1231-1241) .
11. Моргунов В., Тітов І. Основи психологічної діагностики. Київ : Вид. дім "Слово", 2009. 211 с.
12. Плічко А. М., Акбаш К. С., Луньова М. В. Математична статистика: навчальний посібник. 2024. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13370936>.
13. Полещук Л. В. Психологічні ресурси особистості як основа для розвитку м'яких навичок у вищій освіті. Психологічне благополуччя та ментальне здоров'я в умовах невизначеності. 2025. С. 247–250. URL: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-71> .
14. Феніна О. Я. Структура, функції, форми та види емпатії. Їх роль у міжособистісних стосунках. Психологія : Зб. наук. праць. К., 2001. Вип. 14. С. 109-117.
15. Чайковська У. В. Формування мовно-комунікативної компетентності як ключового компонента soft skills майбутніх фахівців. Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені Академіка Степана Дем'янчука. Серія: педагогіка та психологія. 2025. № 4. С. 302–308. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-4-41> .
16. Albuquerque T. B., Graça S. R. Soft-Skills in health professional training. Advances in medical education, research, and ethics. 2024. P. 175–204. URL: <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-4334-0.ch007> .
17. Analysis of the prospects for the development of soft skills in future education / V. Sipii et al. Conhecimento & diversidade. 2024. Vol. 16, no. 44. P. 107–128. URL: <https://doi.org/10.18316/rcd.v16i44.12035> .
18. Applying sport psychology in health professions education: a systematic review of performance mental skills training / J. Sandars et al. Medical teacher. 2021. P. 1–8. URL: <https://doi.org/10.1080/0142159x.2021.1966403> .
19. Brukhovetska O. Development of leadership qualities of future specialists in the process of learning at higher education institutions. Bulletin of postgraduate education

- (series social and behavioral sciences; management and administration). 2025. Vol. 33, no. 62. P. 27–48. URL: [https://doi.org/10.58442/3041-1858-2025-33\(62\)-27-48](https://doi.org/10.58442/3041-1858-2025-33(62)-27-48) .
20. Cañero López M., Mónaco Gerónimo E., Montoya Castilla I. La inteligencia emocional y la empatía como factores predictores del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios. *European journal of investigation in health, psychology and education*. 2019. Vol. 9, no. 1. P. 19. URL: <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.313> .
 21. Chausov I., Brukhovetska O. Definition and content of the concept of future specialists' Soft-Skills. *Bulletin of Postgraduate education (Social and Behavioral Sciences Series. Psychological, economics, public administration)*. 2024. Vol. 28, no. 57. P. 136–153. URL: [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28\(57\)-136-153](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28(57)-136-153) .
 22. Dynamics of future psychologists' soft skills development during their study at the higher education institution / O. M. Vasylenko et al. *Revista romaneasca pentru educatie multidimensionala*. 2022. Vol. 14, no. 3. P. 139–163. URL: <https://doi.org/10.18662/rrem/14.3/602> .
 23. Emotional intelligence predicts academic performance: a meta-analysis. / C. MacCann et al. *Psychological bulletin*. 2020. Vol. 146, no. 2. P. 150–186. URL: <https://doi.org/10.1037/bul0000219> .
 24. Fazio A., Cremasco C. Distance learning and the development of speaking skills: challenges and opportunities. *Ripensare l'insegnamento delle lingue straniere a partire dall'esperienza della didattica a distanza*. 2021. Vol. 8, no. 2. P. 70–86. URL: <https://doi.org/10.21283/2376905x.14.251> .
 25. Fetahu E., Lekli L. Developing soft skills, the intangible qualities empowering competitiveness and success in the labor market, case study, elbasan, albania. *Wseas transactions on business and economics*. 2023. Vol. 20. P. 965–976. URL: <https://doi.org/10.37394/23207.2023.20.89> .
 26. Gil Deza E. Empathy and communication. *Improving clinical communication*. Cham, 2024. P. 131–151. URL: https://doi.org/10.1007/978-3-031-62446-9_6 .
 27. Heckman J. J., Kautz T. Hard evidence on soft skills. *Labour Economics*. 2012. Vol. 19, No. 4. P. 451–464. <https://doi.org/10.1016/j.labeco.2012.05.014>.

28. Jeffrey D. I. Changes in students' empathy during their training. Exploring empathy with medical students. Cham, 2019. P. 185–215. URL: https://doi.org/10.1007/978-3-030-11211-0_8.
29. Kushnir V., Kaminskya I. Interactive methods as a development factor of Soft skills of future doctors. Bulletin of postgraduate education (series). 2023. Vol. 25, no. 54. P. 147–163. URL: [https://doi.org/10.58442/2218-7650-2023-25\(54\)-147-163](https://doi.org/10.58442/2218-7650-2023-25(54)-147-163).
30. Kuzmina M. O., Chepets O. L. Psychological conditions and factors of soft skills development in employees. PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS AMIDST MODERN REALITIES. volume 1. 2025. P. 534–578. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-522-8-26>.
31. Mohd Kassim A. F., Sardon F., Mohd Aznan E. A. Motivation learning achievement in open distance learning (ODL) environment: skills, beliefs, self-direction and interaction of university students. Jurnal intelek. 2022. Vol. 17, no. 1. P. 195. URL: <https://doi.org/10.24191/ji.v17i1.15989>.
32. Mohla N. Emotional intelligence in action. Soft skills for workplace success. 1 Oliver's Yard, 55 City Road London EC1Y 1SP, 2021. P. 165–201. URL: <https://doi.org/10.4135/9789354799112.n11>.
33. Oliinyk N. Development of Soft Skills of higher education students in distance learning. Problems of engineer-pedagogical education. 2022. No. 77. URL: <https://doi.org/10.32820/2074-8922-2022-77-13-24>.
34. Peer mentoring as a tool for developing soft skills in clinical practice: a 3-year study / A. M. Lluch et al. Dentistry journal. 2021. Vol. 9, no. 5. P. 57. URL: <https://doi.org/10.3390/dj9050057>.
35. Qizi K. N. U. Soft skills development in higher education. Universal journal of educational research. 2020. Vol. 8, no. 5. P. 1916–1925. URL: <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080528>.
36. Ritter, B. A., Small, E. E., & Mortimer, J. W. (2018). Key soft skills for success in the 21st century. Journal of Professional Development, 4, 12-25.

37. Rumyantseva O. V. Development of soft skills in higher education: students' opinion. Vestnik of Samara University. History, pedagogics, philology. 2023. Vol. 28, no. 4. P. 98–105. URL: <https://doi.org/10.18287/2542-0445-2022-28-4-98-105> .
38. Schulz B. The importance of soft skills: Education beyond academic knowledge. NAWA Journal of Language and Communication. 2008. Vol. 2, No. 1. P. 146–154.
39. Smith, I., & Williams, S. (2020). Soft skills: characteristics and impact on professional success. Journal of Social Sciences, 5(3), 78-91.
40. Social skills. Emotional intelligence. B1/I-1 Mohan Cooperative Industrial Area, Mathura Road New Delhi 110 044, 2021. P. 127–142. URL: <https://doi.org/10.4135/9789354793059.n9> .
41. Training for testing and assessment. Psychological assessment in the workplace. Chichester, UK. P. 311–317. URL: <https://doi.org/10.1002/9780470713105.ch15> .
42. Yasnenko M. Emotional intelligence as a resource in ensuring the professional success of psychologists. Universum:psychology & education. 2023. Vol. 110, no. 8. URL: <https://doi.org/10.32743/unipsy.2023.110.8.15810> .
43. Zadra C. Schooling and lifelong learning. the role of transversal key competences. Procedia - social and behavioral sciences. 2014. Vol. 116. P. 4727–4731. URL: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1016> .

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

«ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ» (Н. ХОЛЛ)

Інструкція

Нижче наведені висловлювання, які так чи інакше відображають різні сторони життя. Праворуч від кожного твердження напишіть цифру, виходячи з вашої ступеня згоди з ним: повністю не згоден (-3 бали); в основному не згоден (-2 бали); почасти не згоден (-1 бал); частково згоден (+1 бал); в основному згоден (+2 бали); повністю згоден (+3 бали).

Тестовий матеріал

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції служать джерелом знання про те, як чинити в житті.	
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.	
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск з боку.	
4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.	
5. Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.	
6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.	
7. Я стежу за тим, як я себе почуваю.	
8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.	
9. Я здатний вислуховувати проблеми інших людей.	
10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.	
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.	
12. Я можу діяти на інших людей заспокоїливо.	
13. Я можу змусити себе знову і знову встати перед обличчям	

перешкоди.	
14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.	
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання і бажання інших людей.	
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності і зосередженості.	
17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативним почуттям і розбираюся, в чому проблема.	
18. Я здатний швидко заспокоїтися після несподіваного засмучення.	
19. Знання моїх справжніх почуттів важливо для підтримки "хорошої форми".	
20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.	
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.	
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.	
23. Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, в чому інші потребують.	
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.	
25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.	
26. Я здатний поліпшити настрій інших людей.	
27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.	
28. Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.	
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.	
30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.	

ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ЕМПАТІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ (В. В. БОЙКО)

Інструкція для учасників дослідження:

На зазначені запитання дайте відповідь (+) або (-):

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

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

послідовністю, ніж інтуїцією.	
34. Коли друзі починають говорити про свої неприємності, я волію перевести розмову на іншу тему.	
35. Якщо я бачу, що у когось з рідних погано на душі, то, ж правило, стримуюсь від розпитувань.	
36. Мені складно зрозуміти, чому дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.	

ДОДАТОК В

МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ ОЦІНКИ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ЗАХОДИ
ВИРАЖЕНОСТІ ВЛАСТИВОСТІ РЕФЛЕКСИВНОСТІ (А. В. КАРПОВ)

Інструкція: Вам належить дати відповіді на кілька тверджень опитувальника. У бланку відповідей навпроти номера питання проставте, будь ласка, цифру, відповідну варіанту вашої відповіді: 1 - абсолютно невірно; 2 - невірно; 3 - скоріше так; 4 - не знаю; 5 - скоріше вірно; 6 - вірно; 7 - абсолютно вірно. Не хвилюйтесь над відповідями. Пам'ятайте, що правильних або неправильних відповідей в даному випадку бути не може.

Текст опитувальника

1. Прочитавши хорошу книгу, я завжди потім довго думаю про неї; хочеться її з ким-небудь обговорити.	
2. Коли мене раптом несподівано про щось запитують, я можу відповісти перше, що спало на думку.	
3. Перш ніж зняти трубку телефону, щоб подзвонити по справі, я зазвичай подумки планую майбутню розмову.	
4. Зробивши якийсь промах, я довго потім не можу відволіктися від думок про нього.	
5. Коли я розмірковую над чимось або розмовляю з іншою людиною, мені буває цікаво раптом згадати, що послужило початком ланцюжка думок.	
6. Приступаючи до важкого завдання, я намагаюся не думати про майбутні труднощі.	
7. Головне для мене - уявити кінцеву мету своєї діяльності, а деталі мають другорядне значення.	
8. Буває, що я не можу зрозуміти, чому будь-хто незадоволений мною.	
9. Я часто ставлю себе на місце іншої людини.	

10. Для мене важливо в деталях уявляти собі хід майбутньої роботи.	
11. Мені було б важко написати серйозне лист, якби я заздалегідь не склав план.	
12. Я віддаю перевагу діяти, а не розмірковувати над причинами своїх невдач.	
13. Я досить легко приймаю рішення щодо дорогої покупки.	
14. Як правило, щось задумав, я прокручую в голові свої задуми, уточнюючи деталі, розглядаючи всі варіанти.	
15. Я турбуюся про своє майбутнє.	
16. Думаю, що в безлічі ситуацій треба діяти швидко, керуючись першою прийшла в голову думкою.	
17. Часом я приймаю необдумані рішення.	
18. Закінчивши розмову, я, буває, продовжую вести його подумки, наводячи все нові і нові аргументи на захист своєї точки зору.	
19. Якщо відбувається конфлікт, то, розмірковуючи над тим, хто в ньому винен, я в першу чергу починаю з себе.	
20. Перш ніж прийняти рішення, я завжди намагаюся все ретельно обмірковувати і зважити.	
21. У мене бувають конфлікти від того, що я часом не можу передбачити, якої поведінки чекають від мене оточуючі.	
22. Буває, що, обмірковуючи розмову з іншою людиною, я як би подумки веду з ним діалог.	
23. Я намагаюся не замислюватися над тим, які думки і почуття викликають у інших людей мої слова і вчинки.	
24. Перш ніж зробити зауваження іншій людині, я обов'язково подумаю, якими словами це краще зробити, щоб його не образити.	

25. Вирішуючи важке завдання, я думаю над нею навіть тоді, коли займаюся іншими справами.	
26. Якщо я з кимось сварюся, то в більшості випадків не вважаю себе винним.	
27. Рідко буває так, що я шкодую про сказане.	

