



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРИУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

МАГІСТЕРСЬКІ СТУДІЇ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ

Випуск 3

Збірник наукових праць магістрів ОП
«Дошкільна освіта. Інклюзія»,
«Початкова освіта»,
«Фізична культура та спорт»,
«Практична психологія»,
«Менеджмент. Управління закладом
загальної середньої освіти»

Київ 2025

УДК 37(063).
973.202 я1

**Магістерські студії психолого-педагогічного факультету
Маріупольського державного університету: збірник наукових праць
здобувачів ОС Магістр ОП «Дошкільна освіта. Інклюзія», «Початкова освіта»,
«Фізична культура та спорт», «Практична психологія», «Менеджмент.
Управління закладом загальної середньої освіти» / за заг. ред. Л.В. Задорожної-
Княгницької. Випуск 3. Київ: МДУ, 2025. 522 с.**

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету
Маріупольського державного університету
(протокол №2 від 27 листопада 2025 року)

© Колектив авторів, 2025

generalized anxiety disorder: GAD-7. *Archives of Internal Medicine*. 2006, № 166(10), pp. 1092–1097. DOI: <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>

10. Spielberger, C. D. *State-Trait Anxiety Inventory*. Wiley. 2010, 30 January. DOI: <https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0943>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЕМПАТІЙНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

*Володимир Шахов, доктор педагогічних наук, професор професор
кафедри практичної психології, МДУ*

*Наталія Ларіонова, здобувачка ступеня вищої освіти «магістр»
за спеціальністю «Психологія»*

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF EMPATHY IN FUTURE PSYCHOLOGISTS

*Volodymyr Shakhov, doctor of pedagogical sciences, professor, department of
practical psychology, MSU*

Nataliia Larionova, master's student in Psychology

Анотація. Досліджено психологічні особливості формування емпатійності у майбутніх психологів. Визначено фактори, що впливають на розвиток здатності до розуміння емоцій інших людей, а також на особистісні та професійні якості студентів. Результати можуть бути використані для удосконалення навчальних програм підготовки психологів та розвитку їх комунікативних компетенцій.

Ключові слова: емпатійність, майбутні психологи, психологічні особливості, соціальна компетентність, емоційна чутливість, професійна підготовка.

Abstract. The psychological characteristics of empathy development in future psychologists were investigated. Factors influencing the ability to understand others' emotions, as well as the personal and professional qualities of students, were identified. The results can be used to improve psychology training programs and enhance students' communicative competencies.

Key words: empathy, future psychologists, psychological characteristics, social competence, emotional sensitivity, professional training.

Сьогодні питання підготовки висококваліфікованих та конкурентоспроможних фахівців у різних сферах діяльності набуває особливої актуальності. Особливі вимоги суспільство висуває до професій, які спрямовані на активізацію психологічних ресурсів людини, відновлення та підтримання її психологічного здоров'я. Психологія належить до саме такої сфери, адже ефективне виконання професійних функцій психологом неможливе без розвитку особистісних якостей, які забезпечують здатність розуміти почуття й мотиви інших людей, адекватно сприймати їхні дії та передбачати поведінку у різних життєвих ситуаціях. Водночас психолог має вміти регулювати власні емоційні стани та проявляти співпереживання до життєвих проблем інших. Саме тому розвиток цієї професійно значущої якості у майбутніх психологів визначає актуальність вивчення проблеми формування їх емпатійності.

Компетентнісний підхід у професійній освіті передбачає, що завдання

викладача виходять за межі простого передавання знань – він повинен також сприяти формуванню у студентів умінь і навичок емпатійної взаємодії, що є критично важливим для фахівців допомагаючих професій, зокрема психологів-практиків. Центральною складовою підготовки майбутніх психологів виступає особистісна підготовка, яка охоплює й інтегрує всі інші компоненти освітнього процесу. Вона передбачає чітке осмислення поняття емпатії, а також розвиток і вдосконалення здатності до емпатійної взаємодії ще на етапі допрофесійного навчання [5, с.215].

Студентські роки стають ключовим періодом інтенсивного формування особистісно-професійних якостей, адже юнацький вік, як завершальний етап первинної соціалізації, характеризується усвідомленням власної унікальності та індивідуальності. У цей період активно формуються логічне та аналітичне мислення, здібності до оцінки причин і наслідків поведінки, а також розпізнавання емоційного стану інших людей. Закладаються основи професійного самовизначення та формуються ціннісні орієнтири, які визначають подальші шляхи самореалізації.

Процес професійного становлення практичного психолога передбачає оволодіння системою теоретичних знань, набуття практичних навичок і формування структури професійно значущих якостей особистості. Однією з таких ключових якостей є професійна емпатія, яка проявляється у здатності ефективно взаємодіяти з іншими людьми на особистісному та професійному рівнях.

Емпатія визначається як властивість особистості, що полягає у здатності давати опосередковану емоційну відповідь на переживання іншої людини, спираючись на рефлексію її внутрішнього стану, думок і почуттів.

Більш комплексне утворення, яке об'єднує властивості особистості, що регулюють співвідношення свідомості та поведінки, емоцій і настрою у процесі діяльності та спілкування, називають емпатійністю. Хоча певна здатність до емпатійності притаманна кожній людині, для психолога вона має особливе професійне значення. Відомо, що остаточне формування емпатійності як інтегральної особистісної якості відбувається у юнацькому віці, а важливим етапом становлення професійної емпатії є саме період навчання у ЗВО [3, с.60].

Емпатійність належить до групи сенсорно-перцептивних професійно значущих якостей психолога-консультанта і виступає особистісним конструктом, через який реалізується емпатія. Розвиток емпатійності, це складний процес, що залежить від багатьох факторів. Одним із ключових психологічних детермінант її формування є розвиток емоційного інтелекту, адже емпатія є його базовим елементом.

Емоційний інтелект (ЕІ, англ. emotional intelligence) є складовою загального інтелекту, що визначає здатність адекватно сприймати, розуміти, оцінювати, виражати та керувати власними емоціями, а також емоціями інших людей [2, с.215]. Він безпосередньо впливає на соціальну взаємодію, міжособистісні стосунки, процес прийняття рішень і навіть на успіх у різних сферах життя. Тому розвиток емоційного інтелекту безпосередньо стимулює формування емпатійності у майбутніх психологів, забезпечуючи їм високий

рівень професійної готовності до ефективної допомоги іншим.

Для кращого розуміння взаємозв'язку ключових психологічних понять, що визначають професійну компетентність майбутнього психолога, доцільно представити їх у структурованому вигляді (таблиця 1).

Таблиця 1

Взаємозв'язок емпатії, емпатійності та емоційного інтелекту

Поняття	Опис	Функції / вплив у професійній діяльності психолога
Емпатія	Здатність емоційно реагувати на переживання іншої людини, входити у внутрішній світ іншого	Формує розуміння клієнта, сприяє довірі та ефективній взаємодії
Емпатійність	Інтегральна особистісна якість, через яку реалізується емпатія	Підтримує міжособистісну комунікацію, регуляцію емоцій, професійну готовність
Емоційний інтелект	Здатність усвідомлювати та регулювати власні емоції та розпізнавати емоції інших	Сприяє адаптивності, зниженню стресу та формуванню професійної емпатії

Представлена в таблиці інформація демонструє, що розвиток емпатії у майбутніх психологів не можливий без інтеграції емоційного інтелекту та формування емпатійності як комплексної особистісної якості. Взаємодія цих трьох компонентів забезпечує ефективну міжособистісну комунікацію, адекватну емоційну реакцію та професійну готовність до роботи з людьми. Викладачам слід планувати навчальні та практичні завдання, які одночасно розвивають всі три аспекти, а студентам – усвідомлено відпрацьовувати навички емпатійної взаємодії та емоційного самоконтролю.

Психолог із високим рівнем емоційного інтелекту здатний глибоко усвідомлювати власні емоції та почуття, розуміти емоційний стан інших людей і ефективно керувати своєю емоційною сферою. Це дозволяє йому адаптивно реагувати на складні ситуації, легше справлятися зі стресом та досягати поставлених цілей у взаємодії з тими, хто потребує допомоги. Саме від рівня емоційного інтелекту залежить здатність людини бути емпатійною. У практичного психолога емоційний інтелект проявляється на двох рівнях: внутрішньоособистісному – здатність усвідомлювати себе у професії, самореалізовуватися, мотивувати себе на досягнення успіху та сформувати адекватну модель власного Я; і міжособистісному – здатність розпізнавати, розуміти та аналізувати емоційні прояви інших людей для глибшого розуміння сутності їхніх проблем, правильно вербалізувати їхні почуття, встановлювати емоційний контакт і відчувати межі, за які не слід занурюватися у емоційний стан клієнта [2, с.215].

Розвинений емоційний інтелект забезпечує психологу уважність до внутрішніх та зовнішніх змін у відчуттях, бажаннях і потребах як власних, так і клієнтів. Це дозволяє усвідомлювати взаємозв'язок між емоціями, мисленням і поведінкою, приймати зважені рішення та успішно функціонувати у професійній сфері навіть у складних стресогенних умовах, зокрема в умовах війни в Україні.

Як зазначалося раніше, емпатійність є ключовою професійною якістю психолога, діяльність якого безпосередньо пов'язана з людьми та допомогою у

вирішенні їхніх проблем. Емпатія проявляється у всіх формах міжособистісного спілкування, оскільки саме у взаємодії з іншими емоції активізуються найбільш інтенсивно, формуючи основу для розвитку цієї якості. Таким чином, комунікативні навички майбутнього психолога виступають другою важливою психологічною детермінантою розвитку емпатійності.

В Україні накопичено значний досвід дослідження проблеми емпатії. Зокрема О. Матласевич та І. Колодязна у роботі «Значення самопіклування у розвитку емпатійності майбутніх психологів» детально розглядається процес формування емпатії у студентів, її роль як професійної характеристики психолога та вплив на ефективність майбутньої професійної діяльності. Результати дослідження свідчать, що надмірна емпатична турбота здатна виступати потенційним фактором ризику виникнення емоційного вигорання. Авторки виділяють п'ять основних форм емпатійної реакції: розуміння, виклик, дослідження, припущення та інтерпретація, кожна з яких потребує активного залучення когнітивних процесів і може бути вдосконалена як професійна навичка. Водночас високі когнітивні витрати емпатії інколи змушують студентів уникати її проявів [4, с.48].

Емпіричні дані показали, що рівень емпатії у майбутніх психологів часто залишається недостатнім: 10,5% випускників демонструють дуже низький рівень, 36,8% це знижений, 52,6% це середній, а високого рівня не зафіксовано. Зниження емпатійності у випускників, порівняно зі студентами 2-3 курсів, пояснюється підвищеним рівнем особистісного стресу, тривожності та частою депривацією сну. Дослідниці підкреслюють, що для розвитку збалансованої і здорової емпатії у майбутніх психологів необхідно впроваджувати практики само піклування, що базуються на самосвідомості та уважності, а також систематично використовувати рефлексію, яка передбачає здатність визнавати власні помилки і невдачі як природну складову людського досвіду.

Інше дослідження, виконане Г. Чуйко з Чернівецького національного університету, було присвячене темі «Особливості емпатії та рефлексії у майбутніх психологів» [6, с.142]. Авторка здійснила теоретичний аналіз феноменів емпатії та рефлексії, а також провела емпіричне вивчення їх взаємозв'язку та кореляції з особистісними характеристиками студентів. Рефлексія у цьому контексті розглядається як метакогнітивний процес, який включає глибокий самоаналіз власних думок, переживань, рішень, мотивів та дій у рамках власного життєвого контексту. Емпатія, у свою чергу, визначається як неупереджене і точне проникнення у внутрішній світ іншої людини, тимчасове «розчинення» у співрозмовнику для повного відчуття його емоцій та розуміння значення цих переживань для нього. Г. Чуйко наголошує, що емпатія є складним інтегративним утворенням, у якому доцільніше розглядати окремі прояви не як ізольовані види, а як взаємопов'язані елементи єдиного феномену, що проявляють свою ефективність залежно від конкретних умов та ситуацій.

Перед тим, як розпочати професійну діяльність, критично важливим для розвитку емпатійності майбутнього психолога є усвідомлений вибір професії. Студент має чітко розуміти специфіку психологічної практики, усвідомлювати необхідність формування професійної самосвідомості та мати внутрішню

мотивацію для виконання професійних завдань. Такий свідомий вибір професії створює основу для розвитку емпатії, оскільки дозволяє студенту усвідомлено включатися у процес навчання та поступово формувати власний професійний світогляд.

Враховуючи важливість емпатії у підготовці майбутніх психологів, ключовим завданням навчального процесу є її систематичне формування та розвиток. Для цього доцільно застосовувати комплекс дидактичних засобів, таких як лекції, бесіди, тренінги та рольові ігри, які допомагають студентам практично відпрацювати навички емпатійної взаємодії. Паралельно важливо розвивати професійно-особистісні якості, серед яких емпатія, доброзичливість, альтруїзм, ті якості, які забезпечують здатність психолога захищати і допомагати людям у різних життєвих ситуаціях.

Майбутній психолог має демонструвати дисциплінованість, організованість, системність, самостійність та послідовність у навчанні. Впровадження кредитно-модульної системи навчання сприяє цьому, адже вона передбачає індивідуальний підхід до навчальної та професійної діяльності, надає студентам можливість самостійно реалізовувати себе у навчальному процесі та формувати компетенції в зручному для них темпі. У професійному, світоглядному та особистісному вимірах розвиток емпатії стає ключовою складовою виховання майбутнього психолога, що забезпечує ефективну міжособистісну комунікацію та професійні взаємодії [1, с.333].

Н. Шикирава пропонує спеціальну програму тренінгу розвитку емпатійного потенціалу майбутніх практичних психологів, яка передбачає одночасне формування особистісних і професійних навичок емпатії. Емпатія виступає однією з ключових особистісних якостей психолога, оскільки вона дозволяє глибше розуміти клієнтів, встановлювати міцні довірчі стосунки та ефективно вирішувати їхні проблеми. Програма тренінгу включає спеціально організовані заняття, спрямовані на розвиток невербальної та міжособистісної комунікації, і враховує рівень сформованості емпатійності у студентів [7, с.138].

Таким чином, розвиток емпатії є невід'ємною складовою особистісного становлення майбутнього психолога, оскільки сприяє формуванню культури міжособистісного спілкування, умінню керувати власними емоціями та переживаннями, а також підвищує професійну компетентність і емоційну чутливість фахівця. Емпатія забезпечує глибоке розуміння клієнта, сприяє ефективній взаємодії та допомагає запобігати професійному вигоранню. Для її розвитку у майбутніх психологів доцільно поєднувати різні форми навчальної діяльності: тренінги, рольові ігри, групові дискусії, практики самоспостереження та рефлексії. Студентам корисно систематично аналізувати власні емоційні реакції, вести щоденники емоцій та залучатися до волонтерської діяльності або практики наставництва, що сприяє глибшому розумінню емоцій інших людей та формує професійні комунікативні навички.

Список використаних джерел:

1. Горкавий А. О. Психологічні шляхи розвитку емпатії майбутніх психологів у закладі вищої освіти. Topical aspects of modern scientific research: the 8-th International scientific and practical conference (Tokyo, April 18-20, 2024). Tokyo. 2024. P. 330–336.

2. Дерев'яно С. П., Лавренко С. А. Емоційний інтелект як професійно важлива якість сучасного психолога. Детермінанти посилення ролі освіти у повоєнному відновленні України: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. для освітян (м. Чернігів, 22 берез. 2023 р.). Чернігів, 2023. С. 214–216.

3. Кобзар З. І. Психологічні особливості розвитку професійної емпатії майбутніх психологів. Психологія життєвого простору сучасної молоді: збірник матеріалів міжнародної науково-практичної конференції (Рівне, 26–27 листопада 2021 р). Рівне. 2021. С.60–61.

4. Матласевич О., Колодяжна І. Роль самотурботи в розвитку емпатії майбутніх психологів (The role of self-care in the development of empathy of future psychologists). *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2022. №15. Р. 45–51.

5. Сторож В. В. Формування емпатії у студентів-психологів за допомогою групової роботи. Science and society: modern trends in a changing world: the 3-rd International scientific and practical conference (Vienna, February 19–21, 2024) Vienna. 2024. P.212–217.

6. Чуйко Г. В., Чаплак Я. В., Колтунович Т. А. Особливості прояву емпатії та рефлексії майбутніх психологів. *Psychological Journal*. 2022. № 8(1(57)). С.131–148

7. Шикирава Н.М. Розвиток емпатії практичних психологів: особистісний та професійний аспект. Психологія: сучасні методики та інновації у досвіді діяльності практичного застосування: зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. з міжнар. участю (м. Умань, 15 квітня 2021 р.). Умань. 2021. С. 135–140.

ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА РІШЕННЯ ЖІНОК ЗАЛИШАТИСЯ В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Олена Педченко, кандидат філологічних наук, завідувач кафедри прикладної філології

Нонна Литовченко, здобувачка ступеня вищої освіти «магістр» за спеціальністю «Психологія»

FACTORS INFLUENCED ON WOMEN'S DECISION TO REMAIN IN UKRAINE DURING THE WAR

Olena Pedchenko, candidate of philological sciences, head of the department of applied philology, MSU

Nonna Lytovchenko, master's student in Psychology

Анотація. У цьому дослідженні здійснено аналіз першочергових факторів, які впливають на свідоме рішення громадянок України не виїжджати за межі держави в умовах воєнного часу. Акцентовано увагу на нерозривному зв'язку між мотивацією та родинними обов'язками, а також високим рівнем національної самосвідомості. Розглянуто вплив матеріальної бази та соціального капіталу на зміцнення позиції жінки щодо перебування на батьківщині.

Ключові слова: жіноча мотивація, воєнний конфлікт, родинні зв'язки, національна ідентичність, життєстійкість, економічна стабільність, гендерні ролі.

Abstract. This study analyzes the primary factors influencing the conscious decision of Ukrainian female citizens not to leave the country during wartime. The inseparable link between motivation and family obligations, as well as the high level of national self-awareness, is emphasized. The impact of material resources and social capital on strengthening women's position regarding staying in their homeland is considered.

Keywords: women's motivation, military conflict, family ties, national identity, resilience, economic stability, gender roles.