

УДК 159.9:37.015.3

DOI <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-1.21>

Вікторія НАЙЧУК

кандидат психологічних наук,

доцент, кафедра психології,

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

naichukvv@gmail.com

ORCID: 0000-0003-2971-1386

Павло КУЦ

асистент кафедри реабілітаційних технологій,

Відокремлений структурний підрозділ закладу вищої освіти

«Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Вінницький соціально-економічний інститут

kutspavl@gmail.com

ORCID: 0009-0004-2739-5986

МОДЕЛЬ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ: ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ

Анотація. *Мета статті* полягає в дослідженні актуальної проблеми формування творчого потенціалу та розвитку саморегуляції творчої діяльності майбутніх психологів у контексті сучасних освітніх реформ і глобалізаційних викликів. Щораз вищі вимоги до фахівців, які повинні володіти високим рівнем гнучких навичок, зумовлюють необхідність удосконалення професійної підготовки здобувачів у закладах вищої освіти. Особливу увагу приділено питанню розвитку креативного мислення, ефективної адаптації та здатності приймати нестандартні рішення в умовах невизначеності.

Методологія дослідження ґрунтується на комплексному підході, що включає аналіз наукової літератури, емпіричні методи вивчення рівня творчого потенціалу та саморегуляції, а також розроблення й апробацію інтегрованої моделі розвитку цих якостей у майбутніх психологів. Використано методи теоретичного аналізу, порівняльного узагальнення, спостереження, тестування, анкетування та статистичного оброблення даних.

Наукова новизна полягає в розробленні багатокомпонентної інтегрованої моделі розвитку саморегуляції творчої діяльності майбутніх психологів. Визначено основні компоненти саморегуляції (мотивація, концентрація, рефлексія, уява, планування, контроль і корекція) та розроблено методи їх цілеспрямованого формування в процесі професійної підготовки. Обґрунтовано значущість створення креативного освітнього середовища для розвитку творчого потенціалу здобувачів вищої освіти.

Висновки. На основі проведеного дослідження доведено, що розвиток творчого потенціалу та саморегуляції майбутніх психологів є необхідним чинником їх професійної компетентності. Запропонована модель інтегрує теоретичні та практичні аспекти розвитку творчої саморегуляції та може бути впроваджена в освітній процес закладів вищої освіти. Її застосування сприятиме підвищенню ефективності професійної підготовки здобувачів, розвитку їх гнучкості, креативності та емоційної стійкості, що своєю чергою підвищить їх конкурентоспроможність на ринку праці.

Ключові слова: творчий потенціал, саморегуляція, креативне мислення, особистість, майбутні психологи, професійна підготовка, гнучкі навички, мотивація, концентрація, рефлексія, уява, планування, адаптивність.

Victoriia NAICHUK

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology,

H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

naichukvv@gmail.com

ORCID: 0000-0003-2971-1386

Pavlo KUTS

Assistant at the Department of Rehabilitation Technologies,
Separate Structural Subdivision of Higher Education Institution
“Open International University of Human Development “Ukraine”
Vinnytsia Institute of Economics and Social Sciences
kutspavl@gmail.com
ORCID: 0009-0004-2739-5986

THE MODEL OF SELF-REGULATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS' CREATIVE ACTIVITY: THEORETICAL FOUNDATIONS

Abstract. *The purpose of the article is to study the actual problem of forming creative potential and developing self-regulation of future psychologists' creative activity in the context of modern educational reforms and globalisation challenges. Growing demands on specialists who must have a high level of flexible skills necessitate the improvement of professional training of applicants in higher education institutions. Particular attention is paid to the development of creative thinking, effective adaptation and the ability to make non-standard decisions under conditions of uncertainty.*

The research methodology is based on an integrated approach that includes an analysis of scientific literature, empirical methods of studying the level of creativity and self-regulation, as well as the development and testing of an integrated model for the development of these qualities in future psychologists. The methods used are theoretical analysis, comparative generalisation, observation, testing, questionnaires and statistical data processing.

The scientific novelty lies in the development of a multicomponent integrated model for the development of self-regulation of future psychologists' creative activity. The main components of self-regulation (motivation, concentration, reflection, imagination, planning, control and correction) are identified and methods of their purposeful formation in the process of professional training are developed. The importance of creating a creative educational environment for the development of students' creative potential is substantiated.

Conclusions. *The study proves that the development of future psychologists' creative potential and self-regulation is a necessary factor in their professional competence. The proposed model integrates theoretical and practical aspects of the development of creative self-regulation and can be implemented in the educational process of higher education institutions. Its application will help to improve the effectiveness of professional training of students, develop their flexibility, creativity and emotional stability, which, in turn, will increase their competitiveness in the labour market.*

Key words: *creative potential, self-regulation, creative thinking, personality, future psychologists, professional training, flexible skills, motivation, concentration, reflection, imagination, planning, adaptability.*

Постановка проблеми. Сучасні тенденції розвитку суспільства, глобалізаційні виклики та реформування системи освіти в Україні суттєво впливають на формування нових підходів до професійної підготовки майбутніх фахівців. В умовах швидких змін на ринку праці та зростання потреб у фахівцях із розвинутими гнучкими навичками особливої значущості набуває проблема активізації творчого потенціалу здобувачів у закладах вищої освіти. Зокрема, в підготовці майбутніх психологів, де професійна діяльність передбачає взаємодію з людьми, розв'язання складних проблем та пошук нестандартних рішень, розвиток креативного мислення стає ключовим елементом фахової компетентності. Робота психолога вимагає не лише ґрунтовних теоретичних знань та практичних навичок, але й уміння ефективно діяти в умовах невизначеності, швидко адаптуватися до змін і приймати зважені рішення в нестандартних ситуаціях. У цьому контексті актуальним є пошук дієвих методик діагностики

та розвитку творчого мислення у здобувачів освіти, які забезпечать їх готовність до майбутньої професійної діяльності.

Аналіз джерел та останніх досліджень. Проблематика розвитку творчих здібностей у здобувачів вищої освіти та формування їх креативного потенціалу активно досліджується у вітчизняній та зарубіжній науковій літературі. У працях таких науковців, як Н. Гузій, В. Загвазинський, В. Кан-Калик, Н. Кічук, С. Сисоєва, розглядаються різні аспекти формування творчої особистості в процесі навчання. Автори наголошують на важливості інтеграції творчих методів у навчально-виховний процес, що сприяє розвитку професійної компетентності здобувачів освіти. І. Зязюн та О. Моляко у своїх дослідженнях акцентують увагу на механізмах активізації навчально-творчої діяльності здобувачів, пропонуючи застосовувати інтерактивні методи, творчі проєкти та міждисциплінарний підхід для стимулювання креативності. На особливу увагу заслуговують дослідження

О. Ярошинської та Т. Яковишиної, які доводять, що створення креативного освітнього середовища в закладах вищої освіти є ключовим чинником професійного розвитку здобувачів, оскільки сприятливі умови для творчості стимулюють їх мотивацію, підвищують залученість в освітній процес та сприяють самореалізації.

Творчий потенціал як багатогранна категорія у психології досліджувався В. Рибалкою, який визначає його як інтегративну характеристику особистості, що поєднує духовний, інтелектуальний та трудовий компоненти. Світоглядні, ціннісні, інтелектуальні та вольові якості утворюють основу творчого потенціалу, формуючи здатність особистості до розуміння світу, мотиваційної спрямованості у професійній діяльності, аналітичного й критичного мислення, а також наполегливості в досягненні поставлених цілей. Розвиток цих якостей забезпечує готовність здобувачів до самостійного пошуку рішень і творчої реалізації в майбутній професії.

Мета статті. Мета дослідження полягає в обґрунтуванні необхідності формування творчого потенціалу майбутніх психологів та розробленні ефективної моделі розвитку діагностики типів творчого мислення, що дозволить підвищити рівень професійної підготовки здобувачів вищої освіти. Запропонована методика спрямована на виявлення індивідуальних особливостей їх мислення, здатності до креативного підходу в розв'язанні практичних завдань, що є важливим для реалізації компетентнісного підходу в освіті.

Виклад основного матеріалу. Аналізуючи сучасні дослідження, можна зазначити, що більшість науковців сходяться на думці про необхідність розвитку в здобувачів здатності до адаптації в умовах невизначеності, застосування різних підходів до розв'язання завдань та вміння генерувати нові ідеї. Психологи Т.З. Тардіфф та Р. Дж. Т. Стернберг пропонують розглядати творчість як процес, що відбувається як у конкретний момент часу, так і в ширшому соціально-історичному контексті. Це розуміння дозволяє глибше дослідити особливості саморегуляції творчої діяльності у студентів-психологів, що набуває особливого значення під час їх професійної підготовки [5].

Результати досліджень О. Ігнатовича [1] та О. Лободи [2] свідчать про те, що творчий

процес включає кілька етапів: підготовку, фрустрацію, інкубацію, інсайт і знаходження рішення. Кожен із цих етапів супроводжується специфічними механізмами саморегуляції, які допомагають здобувачам освіти долати труднощі, моделювати стратегії поведінки та досягати бажаного результату. Наприклад, на етапі підготовки актуалізуються ініціативність та планування, під час фрустрації – здатність до подолання стресових ситуацій і пошуку альтернативних рішень, а на етапі інкубації – розвиток підсвідомих когнітивних процесів, які сприяють появі інсайту. Знаходження рішення передбачає перевірку істинності висунутих ідей та їх практичну реалізацію.

У своїх дослідженнях С. Мудра наголошує на важливості інсайту в діяльності здобувачів-психологів, оскільки раптове усвідомлення рішення проблеми стимулює мотивацію до подальшого навчання та професійного розвитку [3]. Водночас сучасні здобувачі освіти зіштовхуються з викликами, що потребують високого рівня когнітивної активності, емоційної стійкості та внутрішньої мотивації. На думку дослідників, саморегуляція творчої діяльності базується на трьох основних компонентах: когнітивному, емоційному та мотиваційному. Когнітивний компонент передбачає розвиток критичного мислення, емоційний – здатність управляти стресом, а мотиваційний – формування прагнення до самовдосконалення та досягнення професійних цілей [4].

Таким чином, формування творчого потенціалу в студентів-психологів є невід'ємною складовою частиною їх професійної підготовки. Саморегуляція творчої діяльності сприяє гармонізації внутрішніх станів особистості, розвитку інноваційного мислення та ефективному розв'язанню професійних завдань.

Розроблення програми розвитку саморегуляції творчої діяльності майбутніх психологів має спиратися на ґрунтовний аналіз сучасних наукових досліджень, які висвітлюють ключові аспекти цього процесу: мотивацію, концентрацію, рефлексію, уяву, планування, контроль і корекцію. Кожен із цих компонентів є важливим складником цілісної системи, яка забезпечує ефективність професійної діяльності психолога, його готовність до творчого підходу у виконанні складних завдань і здатність адаптуватися до змінних умов роботи з клієнтами.

Мотивація визначається як внутрішній процес, що активізує, спрямовує й підтримує поведінку, необхідну для досягнення цілей. У професійній діяльності психолога саме внутрішня мотивація виступає ключовим фактором, що впливає на якість виконання завдань, стійкість до стресових ситуацій та загальну задоволеність роботою. Дослідники стверджують, що автономія, відчуття компетентності та зв'язок з іншими є базовими потребами, які формують внутрішню мотивацію та стимулюють професійне зростання. Орієнтація на оволодіння навичками забезпечує більш сталу мотивацію порівняно з прагненням досягнути миттєвого результату, що особливо важливо для здобувачів освіти, які навчаються розв'язувати складні психологічні задачі у практиці.

Концентрація є здатністю зосереджувати увагу на виконанні завдань, ігноруючи відволікаючі фактори. У професії психолога це необхідно для побудови ефективної взаємодії з клієнтом і проведення якісних терапевтичних сесій. Управління увагою безпосередньо пов'язане з контролем емоційного стану, що допомагає знижувати вплив тривожності та підтримувати продуктивність у стресових умовах. Використання методів майндфулнес та інших усвідомлених практик дає змогу студентам-психологам підвищити рівень концентрації, що особливо корисно в умовах емоційного навантаження.

Рефлексія – це процес усвідомлення та аналізу власних думок, дій і переживань, який сприяє кращому розумінню власної діяльності та ефективному коригуванню поведінки. Для майбутніх психологів рефлексія є основою професійного зростання, оскільки дозволяє оцінювати ефективність застосованих методів і враховувати вплив власних дій на клієнта. Рефлексивний процес має два рівні: перший спрямований на виправлення поточних помилок, другий – на переосмислення підходів і стратегій роботи. Здатність до глибокого осмислення власного досвіду допомагає здобувачам освіти адаптувати свої методи роботи до індивідуальних потреб клієнтів і підвищувати ефективність психокорекційної діяльності.

Уява виконує важливу роль у моделюванні майбутніх подій, створенні інноваційних рішень та застосуванні проєктивних методик у роботі з клієнтами. Для майбутнього психолога вона

необхідна для розроблення індивідуальних планів терапії, генерації нових ідей і побудови ефективних інтервенцій. Дивергентне мислення як складник уяви дозволяє фахівцеві знаходити нестандартні підходи до розв'язання проблем, що є невід'ємною частиною творчої діяльності в психологічній практиці. Розвиток уяви також важливий для використання візуалізаційних технік, які допомагають клієнтам опрацьовувати складні емоційні стани та досягати внутрішнього балансу.

Планування як компонент саморегуляції забезпечує чітку організацію професійної діяльності психолога. Здобувачам вищої освіти важливо навчитися ефективно планувати свою роботу, визначати коротко- та довгострокові цілі, пріоритети та ресурси. Це особливо актуально під час підготовки до сесій, ведення документації, в розробленні терапевтичних програм і управлінні особистим часом. Використання методів формулювання цілей за принципом SMART сприяє підвищенню продуктивності та досягненню запланованих результатів.

Контроль є здатністю моніторити власні дії та вносити корективи під час їх виконання. Для психолога ця навичка потрібна для дотримання етичних норм, контролю за динамікою терапії та адаптації до змінних обставин. Уміння регулювати емоції та зберігати спокій під час складних сесій або кризових інтервенцій допомагає підтримувати ефективність професійної діяльності. Контроль також включає вміння оцінювати проміжні результати роботи та коригувати їх відповідно до потреб клієнта.

Корекція передбачає здатність своєчасно адаптувати плани та поведінкові стратегії у відповідь на нові виклики, зміни в поведінці клієнтів або результати терапії. Гнучкість мислення дозволяє психологу ефективно реагувати на непередбачувані ситуації та переглядати застосовані методи задля підвищення їх результативності. У професійній підготовці здобувачів важливо розвивати здатність до переосмислення досвіду та прийняття конструктивної критики, що сприятиме підвищенню їх адаптивності в майбутній роботі.

На основі проведеного аналізу наукових досліджень та власних напрацювань було розроблено інтегровану модель розвитку саморегуляції творчої діяльності майбутніх психологів. Ця модель урахує основні етапи

формування ключових навичок та передбачає послідовне опрацювання семи компонентів: мотивації, концентрації, рефлексії, уяви, планування, контролю та корекції.

Модель складається з таких блоків (рис. 1):

1. Мотиваційний блок. Спрямований на розвиток внутрішньої мотивації шляхом створення умов для задоволення потреб в автономії, компетентності та соціальній взаємодії. Передбачає включення тренінгів з постановки особистих і професійних цілей, мотиваційні семінари та використання методу самооцінки досягнень;

2. Когнітивний блок. Орієнтований на розвиток концентрації, уяви та планування. Передбачається застосування практики майндфулнес, вправи на розвиток дивергентного мислення, робота з проєктивними методиками та створення індивідуальних планів професійного розвитку;

3. Рефлексивно-аналітичний блок. Сприяє формуванню навичок самоаналізу, критичної рефлексії та оцінювання власних дій. Реалізується через ведення щоденників рефлексії, групові дискусії, кейс-методи та рольові ігри з елементами самоспостереження.

4. Корекційно-адаптивний блок. Розвиває вміння коригувати власну діяльність залежно від змін у зовнішніх і внутрішніх умовах. Передбачає роботу з практичними завданнями, що потребують гнучкості мислення, та вправи на опрацювання складних ситуацій у професійній діяльності;

5. Контрольно-оцінювальний блок. Забезпечує моніторинг досягнень здобувачів вищої освіти та оцінювання ефективності застосованих методів. Включає завдання на самоконтроль, тестування рівня сформованості ключових навичок та отримання зворотного зв'язку від викладачів і колег.

Висновки. Отже, в результаті дослідження визначено, що формування творчого потенціалу майбутніх психологів є невід'ємною складовою частиною їх професійної підготовки. Своєю чергою саморегуляція творчої діяльності сприяє гармонізації внутрішніх станів особистості, розвитку інноваційного мислення та ефективному розв'язанню професійних завдань.

Запропонована модель є багатокомпонентною, інтегрованою та адаптивною до потреб здобувачів освіти. Її впровадження в освітній процес сприятиме підвищенню ефективності підготовки майбутніх психологів, розвитку їх креативності, емоційної стійкості та здатності до ефективної саморегуляції в професійній діяльності. Такий підхід забезпечить формування конкурентоспроможних фахівців, готових до викликів сучасного світу та здатних успішно реалізовувати себе у сфері психології. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у впровадженні окремих блоків програми та її повної структури в процес підготовки майбутніх психологів з метою перевірки ефективності як окремих критеріїв, так і програми загалом.



Рис. 1. Теоретична модель розвитку саморегуляції творчої діяльності майбутніх психологів

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ігнатів О.М. Психологічні особливості творчої самодіяльності особистості як умови професійної підготовки майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». 2004. 211 с.
2. Лобода О.Б. Творча активність як мотиваційне ядро в здійсненні творчої професійної діяльності психолога-практика. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць*. 2009. Вип. 1(6). С. 387–396 <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2009-6.%25p>
3. Мудра С. Несвідомі чинники творчого процесу в науці. *Наук. вісн. Чернівець. ун-ту. Філософія*. 2012. Вип. 621–622. С. 28–33.
4. Найчук В.В., Фоменко К.І., Кузнецов О.І. Психодіагностика стану потоку у творчій діяльності. *Габітус*. 2021. № 29. С. 87–91. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.29.14>
5. Tardiff T.Z., Sternberg R.J. What do we know about creativity? The nature of creativity: Contemporary psychological perspectives / ed. R.J. Sternberg. New York : Cambridge University Press, 1988. P. 429–440.

REFERENCES:

1. Ihnatovych, O. M. (2004). *Psykhologichni osoblyvosti tvorchoi samodiialnosti osobystosti yak umova profesiinoi pidhotovky maibutnikh psykhologiv* [Psychological features of an individual's creative activity as a condition for future psychologists' professional training]. *Candidate's thesis*. [in Ukrainian].
2. Loboda, O. B. (2009). *Tvorcha aktyvnist yak motyvatsiine iadro v zdiisnenni tvorchoi profesiinoi diialnosti psykhologa-praktyka* [Creative activity as a motivational core in carrying out a psychologist-practitioner's professional activity]. *Problemy suchasnoi psykhologii – Problems of modern psychology*, 1(6). [in Ukrainian].
3. Mudra, S. (2012). *Nesvidomi chynnyky tvorchoho protsesu v nauksi* [Unconscious factors of the creative process in science]. *Naukovyi visnyk Chernivetskoho universytetu. Filozofia – Scientific Bulletin of Chernivtsi University. Philosophy*, (621–622), 28–33. [in Ukrainian].
4. Naichuk, V. V., Fomenko, K. I., & Kuznetsov, O. I. (2021). *Psykhodiagnostyka stanu potoku u tvorchii diialnosti* [Psychodiagnostics of the flow state in creative activity]. *Habitus*, (29), 87–91. [in Ukrainian].
5. Tardiff, T. Z., & Sternberg, R. J. (1988). *What do we know about creativity?* In R. J. Sternberg (Ed.), *The nature of creativity: Contemporary psychological perspectives* (pp. 429–440). New York: Cambridge University Press [in English].