

**Державна служба України з надзвичайних ситуацій
Львівський державний університет
безпеки життєдіяльності**

**ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА
ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД
ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ФАХІВЦІВ
РИЗИКОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРОФЕСІЙ У
ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Монографія

**За редакцією Роксолани Сірко та
Лариси Руденко**

Львів 2026

Рецензенти: Зоряна КІСІЛЬ – доктор юридичних наук, професор;
Олександр КАПІНУС – доктор педагогічних наук, професор;
Андрій ЦЮПРИК – доктор педагогічних наук, доцент.

**Рекомендовано до друку рішенням вченої ради
Львівського державного університету безпеки життєдіяльності
ДСНС України**

(протокол № 14 від 27 травня 2026 р.)

**Литвин А. В., Коваль М. С., Руденко Л. А., Сірко Р. І., Великий Р. Г.,
Вдович С. М., Кобко Є. В., Пилипенко Л. В., Слободяник В. І., Стельмах О. В.,
Штепа О. С., Яремко Р. Я., Судніцин Ю. Т., Велика А. Р., Войтенко Е. Г., Дида
К. Р., Дида Н. В., Тиндик З. Я., Хмарна Л. М.**

П–24

Педагогічне забезпечення та психологічний супровід професійної підготовки та здоров'язбереження фахівців ризиконебезпечних професій у закладах вищої освіти: монографія / за ред. Сірко Р. І., Руденко Л. А., укладач – Вдович С. М. Львів: ЛДУБЖД, 2026. 490 с.

Розкрито теоретичний і методичний аспекти педагогічного забезпечення та психологічного супроводу професійної підготовки та здоров'язбереження фахівців ризиконебезпечних професій у закладах вищої освіти. Проаналізовано сучасні підходи до забезпечення психологічного благополуччя та здоров'я фахівців ризиконебезпечних професій та осіб, які постраждали від війни. Представлено науково-методичні рекомендації щодо педагогічного забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців ризиконебезпечних професій, здоров'язбереження осіб в екстремальних ситуаціях та в умовах війни. Дослідження виконано в межах теми науково-дослідної роботи кафедри практичної психології та педагогіки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності «Педагогічне забезпечення та психологічний супровід професійної підготовки та здоров'язбереження фахівців ризиконебезпечних професій у закладах вищої освіти».

Для науково-педагогічних, педагогічних і адміністративних працівників, здобувачів освіти (аспірантів, адюнктів, курсантів і студентів), стейкхолдерів та широкого кола дослідників у галузі педагогіки і психології професійної освіти.

ПЕРЕДМОВА.....	5
Розділ 1. Психологічні аспекти життєдіяльності особистості в умовах воєнного стану.....	7
1.1. Особливості психологічного благополуччя майбутніх фахівців Державної служби України з надзвичайних ситуацій в умовах воєнного стану (<i>Лілія ПИЛИПЕНКО, Лілія ХМАРНА</i>).....	7
1.2. Вплив досвіду окупації на психологічне благополуччя особистості (<i>Світлана ВДОВИЧ</i>).....	59
1.3. Теоретичні засади й особливості сформованості самозережувальної поведінки майбутніх офіцерів (<i>Володимир СЛОБОДЯНИК, Оксана СТЕЛЬМАХ, Євген КОБКО</i>).....	111
1.4. Психологічні особливості діяльності та соціально-психологічної реабілітації капеланів (<i>Роман ВЕЛИКИЙ, Анна ВЕЛИКА</i>).....	145
1.5. Подолання тривожності осіб юнацького віку в умовах воєнного конфлікту (<i>Наталя ДИДА, Мирослав КОВАЛЬ, Андрій ЛИТВИН</i>).....	169
1.6. Соціально-психологічна адаптація українських біженців за кордоном (<i>Лариса РУДЕНКО, Зоряна ТИНДИК</i>).....	215
1.7. Емоційна стійкість як ключовий чинник успішної адаптації вимушених емігрантів (<i>Елона ВОЙТЕНКО, Світлана ВДОВИЧ</i>).....	243
1.8. Психологічна травма і ПТСР: виклики сучасної діагностики та реабілітаційної практики в Україні (<i>Роман ЯРЕМКО, Каріна ДИДА</i>).....	291

Розділ 2. Психолого-педагогічне забезпечення професійного становлення майбутніх фахівців ризиконебезпечних професій у закладах вищої освіти.....	316
2.1. Процесуально-інтегративна модель ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій (<i>Роксолана СІРКО, Олена ШТЕПА</i>).....	316
2.2. Модель навчального процесу для практичної підготовки фахівців служби цивільного захисту із застосуванням спеціалізованих будівель (<i>Юрій СУДНИЦИН, Ігор КОВАЛЬ</i>).....	337
2.3. Формування професійної компетентності психологів із застосуванням відеоматеріалів при викладанні навчальних дисциплін (<i>Юрій ВІНТЮК</i>).....	354
2.4. Психолого-педагогічний потенціал студії акторської майстерності у формуванні соціальних та професійно важливих якостей майбутніх фахівців цивільного захисту (<i>Вікторія БОДНАРЧУК</i>).....	393
2.5. Організація навчальної практики студентів-психологів у Львівському державному університеті безпеки життєдіяльності (<i>Олег ЛОЗИНСЬКИЙ</i>).....	414
ПІСЛЯМОВА.....	438
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	440

Сірко Р. І., Штепа О. С. (2026). Процесуально-інтегративна модель ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій. Педагогічне забезпечення та психологічний супровід професійної підготовки та здоров'язбереження фахівців ризиконебезпечних професій у закладах вищої освіти: монографія / за ред. Сірко Р. І., Руденко Л. А., укладач – Вдович С. М. Львів: ЛДУБЖД. С.316 – 337. (авт. внесок 0,5 д.а.)

2.1. Процесуально-інтегративна модель ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій

Психологічна діяльність у ризиконебезпечних професіях належить до найскладніших видів професійної взаємодії, оскільки здійснюється в умовах дефіциту часу й інформації, а також значної відповідальності за психологічний стан інших суб'єктів екстремальних подій. За таких умов ключовим критерієм ефективності професійного функціонування, зокрема і психолога у сфері ризиконебезпечних професій, є не стільки певні дискретні властивості чи вміння, скільки своєрідна цілісність особистості, що визначає здатність до продуктивної професійної взаємодії в умовах невизначеності. На тепер приділено увагу особистісній і професійній рефлексивності [2, с. 230], обґрунтовано психологічно важливі якості психолога [4], такі як: інтелектуально-пізнавальні, емоційно-вольові та мотиваційно-регулювальні [3, с. 139], здійснено класифікацію професійно важливих якостей психолога-консультанта за їх персональною сферою у структурі характеру [6, с. 19]. Водночас спостерігається певна фрагментарність підходу до характеристики ефективності особистості психолога-професіонала, а для сприяння становленню особистості професіонала доцільний інтегративний підхід. Відтак **метою** нашого теоретичного дослідження була розробка саме процесуально-інтегративної моделі ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій.

Аналіз концепту «ефективність особистості психолога»

Концепт «ефективність особистості» не є усталеним і визначеним, тому доцільно визначити ефективність особистості відносно показників особистої ефективності та професійних завдань психолога.

Особистість ми характеризуємо за Р. Меєм як актуалізацію життєвого процесу в незалежній індивідуальності, яка соціально інтегрована і володіє духовною напругою [16, с. 37].

Особисту ефективність характеризують розвинутістю ключових м'яких навичок, серед яких: ефективна комунікація, командна робота, лідерство та критичне мислення. Так, ефективна комунікація забезпечує здатність слухати, вести конструктивний діалог, уникати конфліктів і презентувати ідеї, що дає змогу ефективно взаємодіяти з командою та партнерами; командна робота та співпраця сприяють успішному виконанню колективних завдань, узгодженню дій у команді й адаптації до різних ролей і ситуацій; лідерські навички дають змогу приймати обґрунтовані стратегічні рішення, мотивувати й організовувати команду, працювати в умовах невизначеності; критичне мислення та здатність вирішувати проблеми дають змогу аналізувати ситуації, реалістично оцінювати інформацію, формувати альтернативні рішення [18, с. 41].

Ефективність особистості реалістично увиразнити і вивести з поняття «самоефективності», що, на думку А. Бандури, характеризує переконаність людини у власній здатності виконати дії, необхідні для досягнення певних результатів. Науковець обґрунтував, що формування самоефективності відбувається через чотири основні джерела: емоційна значущість результату, власний досвід успішного виконання завдань, спостереження за успішними моделями, вербальне переконання. Віра у власну ефективність визначає,

чи розпочне людина діяльність, скільки зусиль докладе та наскільки неухильно буде прагнути мети, навіть у разі виникнення труднощів [10, с. 195]. Якщо суть самоефективності особистості полягає у переконаності людини у можливості власних високих досягнень, то ефективність особистості розкривається у здатності досягати успіху, здатності як функціональній налаштованості особистості. М. Савчин тлумачить здатність особистості як «спроможність забезпечувати функціонування та становлення власного внутрішнього світу (самоактивність) та життя і життя інших людей (активність)» [5, с. 8].

Успішність психолога ми аналізуємо відносно його професійних завдань (психологічна просвіта, психодіагностика, психопрофілактика, психокорекція, психологічне консультування), а в узагальненому контексті – відносно здатності успішно здійснювати психологічний супровід іншої людини, зокрема психологічну допомогу і психологічну підтримку. Оскільки Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає психічне / ментальне здоров'я як «стан благополуччя, в якому людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, може продуктивно і плідно працювати і мати можливості робити внесок у життя своєї спільноти» [17], то метою психологічного супроводу людини є відновлення та / або розкриття її можливостей до психологічно благополучного буття. Ефективність особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій передбачає здатність інтерпретувати невизначеність як можливість. У концепції С. Баднера розглянуто толерантність до невизначеності як когнітивну здатність людини ставитися до складних життєвих ситуацій не як до загрози, а як до виклику, можливостей [11].

На основі викладених міркувань концепт **«ефективність особистості психолога»** характеризуємо, як *здатність підтримувати продуктивне функціонування*

власної особистості, що уможлиблює успішну реалізацію такої масштабної професійної задачі, як психологічний супровід іншої людини на шляху її психологічного благополуччя навіть у ситуаціях невизначеності.

Функціональні компоненти моделі ефективності особистості психолога

Типом моделі ефективності особистості психолога доцільно було визначено процесуально-інтегративну, що уможлиблює характеристику функціонування певних здатностей. Процесуально-інтегративна модель дає змогу охарактеризувати ефективність особистості як динамічну цілісну систему «внутрішніх» здатностей у їх взаємодії з життєвою ситуацією, зокрема з умовами невизначеності. З процесуальної точки зору, характеристика ефективності містить не лише результати, а й спосіб досягнення цілей. Інтегративність має увиразнити певний новий психологічний феномен – ефективність особистості, що є ефектом взаємодії та співвідношення функціональних компонентів моделі. Показником уможливлення вияву ефективності особистості є саме зріле функціонування особистості, що виявляється у творчій взаємодії людини з реальністю і забезпечується надситуативним управлінням і прийняттям відповідальності за свої дії та їх наслідки [1, с. 275].

Функціональними компонентами моделі ефективності особистості психолога ми вважаємо такі: загальна компетентність, особистісна зрілість, психологічна ресурсність, серендипність особистості.

Загальна компетентність характеризує здатність особистості успішно розв'язувати проблемні ситуації, що виявляється як смисловий зв'язок знань і цінностей людини [8, с. 43]. Компетентність передбачає не лише наявність знань, умінь, а й готовність застосовувати їх у змінних і кризових умовах. Компетентність можна сформулювати, актуалізуючи відповідні компетенції. Складовими загальної компетентності

визначено такі: автономність, самоефективність, самоцінність, професіоналізм, самоменеджмент, індивідуальність, вміння працювати у команді, вміння переконувати, ефективне спілкування, вміння навчати [8, с. 47]. У ризиконебезпечних професіях компетентність виявляється у здатності швидко інтегрувати інформацію, працювати зі складними переживаннями інших людей, координувати дії з суміжними службами, а також забезпечувати психологічний супровід осіб у станах загрози. Функціонально загальна компетентність у моделі ефективності виконує роль структурного підґрунтя професійних дій психолога: вона гарантує відповідність його діяльності стандартам професії, забезпечує точність оцінки станів та безпомилковість дій у критичних ситуаціях, а також формує прогнозованість його рішень.

Особистісна зрілість виявляється у взаємному посиленні свободи та відповідальності, які можна розглядати як засоби формування людського світогляду. Особистісно зрілій людині властиві автентичність, щирість і відвертість у сприйманні власних почуттів, самопізнання, толерантність до невизначеності та здатність нести відповідальність за свої дії у цих ситуаціях, добре почуття гумору, вміння абстрагуватися від ситуації та сприймати її дещо з іронією. Рисами особистісної зрілості встановлено такі: відповідальність, креативність, децентрація, контактність, толерантність, автономність, самоприйняття, глибинність переживань, синергічність, життєва філософія [9, с. 14, 38, 115]. У професійній діяльності психолога зрілість виявляється у здатності до етичних рішень, толерантності до невизначеності та здатності бути опорою для інших у моменти нестабільності. У ризиконебезпечному середовищі зрілість виконує функцію морально-сислової регуляції: забезпечує дотримання етичних норм, захист від професійних деформацій, зменшує ризик вигорання, формує стійке відчуття професійної ідентичності та внутрішньої позиції.

Психологічна ресурсність особистості характеризується як здатність людини усвідомлено мобілізувати й актуалізувати внутрішні психологічні ресурси для адаптації, саморозвитку, подолання труднощів і досягнення життєвих цілей. Ресурсність означає динамічні властивості особистості, які виявляються у здатності особистості до саморозвитку і самозміни, й означає вміння людини актуалізувати власні ресурси, тобто свідомо оперувати ними, а саме: знати їх, уміти вміщувати й оновлювати. Психологічними ресурсами доведено такі: впевненість у собі, допомога іншим, любов, творчість, прагнення мудрості, відповідальність, робота над собою. Важливим є вміння оперувати власними ресурсами, а саме: знати їх, уміти вміщувати й оновлювати [7, с. 384, 393]. Ресурсність представлено й екзистенційними опорами (смысл, прийняття, свобода, милосердя, надія), які забезпечують смислову стійкість і моральну орієнтацію дії. Ресурсами-джерелами є такі, як ресурси вірувань і переконань, емоцій, соціальних зв'язків, уяви, творчості, міркувань, фізіологічної активності, які дають змогу зберігати продуктивність і в умовах хронічного стресу. Ресурсність виконує функцію внутрішнього енергетичного ядра: підтримує здатність до професійної витримки, знижує ризик емоційного виснаження, забезпечує рефлексивність і здатність діяти етично й компетентно у граничних ситуаціях буття.

Серендипність особистості постає як здатність суб'єкта виявляти можливості та смисли там, де вони не є очевидними, а також як спроможність до інтуїтивно-когнітивного виходу за межі заданих ситуацією рамок. Вона охоплює когнітивну відкритість, чутливість до випадкових, мінімальних або неструктурованих сигналів середовища, інтуїтивну проникливість, здатність до створення нових смислових зв'язків і продуктивного використання несподіваних подій. Це здатність людини робити цінні, інсайтні чи корисні відкриття

у ситуаціях, які не були прямою метою її пошуку. На відміну від звичайної випадковості, серендипність включає активний когнітивний компонент: людина не просто «натрапляє» на нову ідею, а усвідомлює її значущість і здатна використати її у своїй діяльності. Серендипність особистості виявляється як поєднання випадкової події та «підготовленого розуму» (prepared mind), який дозволяє побачити цінність несподіваного [15]. У роботі психолога серендипність виконує функцію креативної адаптації: завдяки їй спеціаліст здатен побачити нестандартні ресурси в поведінці клієнта, віднайти нові траєкторії інтервенцій або зчитати критичні зміни у стані людини, які не є помітними систематичному спостереженню. У ризиконебезпечних умовах ця характеристика посилює швидкість і гнучкість мислення, підвищує точність інтуїтивних рішень і дозволяє ефективно оперувати багатозначними або неповними даними, що є типовим для надзвичайних ситуацій.

У контексті відкритої динамічної системи особистості ефект нової інтегральної властивості – це синергійний вияв якостей системи, який не зводиться до суми окремих компонент, а саме: коли зрілість, ресурсність, серендипність та компетентність взаємодіють через свої функції, виникає новий рівень цілісності й ефективності, що відображається у здатності діяти адаптивно, автономно, творчо і соціально інтегровано водночас.

Процесуально-інтегративні функції та інтегративний ефект у динаміці ефективності особистості

Функції у відкритій динамічній системі особистості, що зумовлюють її ефективність, було виокремлено за принципом простоти В. Оккама і відповідно до означення особистості, за Р. Меєм. Було визначено: а) функції, які найбільше виявляються всередині системи особистості, відповідно вони характеризують внутрішню цілісність, моральну й емоційну зрілість, ресурсність і рефлексивність; б) функції, що

забезпечують зв'язок із зовнішнім світом, відтак відповідають за застосування знань і вмінь, інтеграцію досвіду; в) функції, що узгоджують внутрішнє і зовнішнє поле особистості, сприяють інтеграції досвіду й актуалізації життєвого процесу.

Нами було визначено й охарактеризовано у контексті розуміння особистості, за Р. Меєм, такі функції процесу ефективності особистості: самодетермінації, балансування і внутрішньої стійкості, інтенційності, узгодження і супідрядності, відкритості до нового, відносної (актуальної) завершеності.

Самодетермінація забезпечує суб'єктність особистості, формує її автономне «Я», здатність до свідомого вибору та відповідальності за власні дії. Вона дозволяє людині зберігати власні цінності та наміри, не піддаючись зовнішнім стимулам, і водночас реалізовувати їх у взаємодії зі світом. Через самодетермінацію особистість актуалізує своє буття, приймаючи свободу як життєвий ресурс і одночасно – відповідальність за свій життєвий шлях.

Функція балансування і внутрішньої стійкості забезпечує динамічну рівновагу між внутрішніми потребами, мотиваціями та зовнішніми вимогами середовища, підтримуючи незалежну індивідуальність особистості. Вона дозволяє особистості адаптуватися до змін, перебудовувати внутрішні структури й інтегрувати новий досвід, зберігаючи цілісність і суб'єктність. У контексті Р. Мея ця функція проявляється як здатність до актуалізації життєвого процесу через гармонізацію внутрішнього світу з реальністю, соціальну інтеграцію та переживання духовної напруги, що стимулює розвиток самості й автентичної життєтворчості.

Інтенційність (спрямовування) забезпечує цілеспрямованість та організацію дій відповідно до намірів і волі. Вона формує внутрішню структуру прагнень і дозволяє реалізовувати їх у зовнішніх діях, водночас забезпечуючи переживання особистого досвіду як суб'єктивної реальності.

Через інтенційність особистість проявляє свою здатність до відповідального вибору, актуалізуючи життєвий процес унікально та свідомо.

Функція узгодження і супідрядність інтегрує внутрішні компоненти особистості (мотивації, цінності, волю, когнітивні й емоційні процеси) і координує їх із вимогами зовнішнього світу. Вона забезпечує гармонізацію дій і переживань, дозволяючи людині діяти цілісно й усвідомлено. У світлі концепції Р. Мея ця функція реалізує екзистенційну цілісність особистості, здатної долати внутрішні та зовнішні виклики, зберігаючи свободу, відповідальність, соціальну інтегрованість і активну актуалізацію життєвого процесу.

Функція **відкритості до нового** підтримує готовність особистості приймати новий досвід, знання та зміни, що надходять із зовнішнього світу. Вона сприяє розвитку, саморозкриттю та життєтворчості, дозволяючи інтегрувати нові смисли в уже сформовану систему цінностей і переживань. У термінах екзистенційної психології Р. Мея ця відкритість відображає творчу здатність особистості постійно «будувати» свій життєвий світ, приймати свободу і відповідальність, зберігаючи індивідуальність, духовну напругу та безперервно актуалізуючи життєвий процес.

Відносна (актуальна) завершеність проявляється як інтеграція та рефлексія власного досвіду, усвідомлення життєвих подій та уроків, здатність підсумовувати переживання, переводячи їх у життєвий сенс, забезпечує відчуття цілісності та суб'єктності, але водночас не фіксує її остаточно. Р. Мей завершеність означає як прийняття відповідальності за власне буття та підтримки процесу актуалізації життєвого процесу через осмислене проживання досвіду.

Реалізація функцій процесу ефективності особистості відповідно до її головних компонентів показана у табл. 1.

Таблиця 1 – Теоретична відповідність реалізації функцій процесу ефективності особистості відповідно до її головних компонентів

Компонента моделі	Вияви особистості за Р. Меєм	Функції процесу ефективності особистості
Особистісна зрілість	Незалежна індивідуальність Духовна напруга	– Самодетермінація – Відносна (актуальна) завершеність
Психологічна ресурсність	Актуалізація життєвого процесу Духовна напруга	– Іntenційність (спрямовування)
Серендипність	Соціальна інтеграція Духовна напруга	– Відкритість до нового – Балансування і внутрішня стійкість
Загальна компетентність	Незалежна індивідуальність Соціальна інтеграція	– Узгодження і супідрядність

Якщо функції зрілості, ресурсності, серендипності та компетентності розбалансовані або неактуалізовані, система не здатна проявити нову інтегральну властивість. Інтеграцію, що відбулася внаслідок як самостійного, так і спільного з іншою людиною складних, нерідко ризиконебезпечних ситуацій, доречно характеризувати як екзистенційне перетворення особистості. За К. Ясперсом, проживання людиною таких ситуацій граничного буття, як страждання, смерть, страх, випадковість, обмеженість часу, зумовлює саме екзистенційне перетворення особистості (за О. Холмс [14, с. 3]).

Важливо продемонструвати особливості виконання професійних завдань психологом, якому властива ефективність особистості (табл. 2).

Особливості виконання професійних завдань психологом, якому властива ефективність особистості, виявляється в тому, що такий фахівець здатний психологічно й уміє практично надихати іншу людину через резонансність і фасилітативний вплив.

**Таблиця 2 – Інтерпретація виконання завдань психологом
за моделлю ефективності особистості**

Основні завдання психолога у сфері ризиконебезпечних професій	Інтегративні аспекти моделі ефективності	Інтерпретація виконання завдань психологом за моделлю ефективності особистості
1	2	3
1. Оцінка стресових факторів та підтримка працівників	Особистісна зрілість: здатність до саморегуляції, вміння розуміти емоції й потреби інших людей. Загальна компетентність: знання методик оцінки стресу, діагностика.	Психолог із високою особистісною зрілістю здатний точніше оцінювати стресові ситуації, виявляти їхні джерела і підтримувати працівників у складних ситуаціях. Молодші спеціалісти можуть бути менш стійкими до стресів, але зрілі психологи, зазвичай, мають стабільніше емоційне тло для роботи з такими завданнями.
2. Профілактика емоційного вигорання	Психологічна ресурсність: здатність справлятися з емоційними та психологічними навантаженнями. Серендипність: знаходження нестандартних шляхів запобігання вигорання.	Важливим є не лише знання методик профілактики вигорання, але й здатність до креативного пошуку нових рішень. Ресурсний психолог із добре розвинутою серендипністю може швидко адаптувати різні підходи в умовах змінюваних робочих процесів.

Продовження таблиці 2

1	2	3
3. Психологічна реабілітація після травм	Особистісна зрілість: здатність до глибокої емпатії та співчуття. Психологічна ресурсність: здатність до самовідновлення і підтримки інших.	Психолог, який має високу особистісну зрілість, може створювати глибокий емоційний зв'язок із клієнтом, що важливо для реабілітаційних процесів. Серендипність дозволяє знайти унікальні підходи до реабілітації, адаптуючи процес до індивідуальних потреб клієнта.
4. Виявлення та корекція професійних деформацій	Загальна компетентність: знання психологічних моделей для визначення професійних деформацій. Серендипність: здатність до швидкого реагування і корекції.	Психолог із високим рівнем серендипності здатен швидко адаптувати свої методи для корекції професійних деформацій, реагувати на нові виклики й ефективно впроваджувати зміни в умовах нестабільності.
5. Психологічні тренінги для підвищення стресостійкості	Загальна компетентність: володіння методиками тренінгів і знання психологічних теорій. Серендипність: здатність до креативного підходу в створенні тренінгів.	Психолог, який поєднує високі компетенції з креативним підходом (серендипністю), може запропонувати тренінги, що максимально ефективно підвищують стресостійкість працівників. Здатність адаптувати зміст тренінгу до реальних умов роботи є ключовою для ефективності таких заходів.

Резонансність вивляється як здатність психолога так комунікувати з іншою людиною, що вона чується безоцінково прийнятною і зрозумілою, і це дає їй змогу довіряти і бути діалогічною; також через резонансність актуалізується психологічна ресурсність людини. **Фасилітативність** характеризує здатність психолога створювати умови, за яких інша людина може чути в безпеці та змінювати своє ставлення або поведінку завдяки чуттю підтримки. Відтак ефективність особистості психолога може сприяти психологічному розкриттю і процвітанню особистості людини, фахівця, для якого організовано психологічний супровід.

Аргументація і критика процесуально-інтегративної моделі ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій

Теоретичний аналіз смислової та практичної доцільності процесуально-інтегративної моделі ефективності особистості психолога у сфері ризиконебезпечних професій було здійснено відповідно до показників моделі Professional Quality of Life Scale (ProQOL-5) [13] (табл. 3).

Таблиця 3 – Порівняльний аналіз компонентів моделі ефективності особистості психолога та показників ProQOL-5

Компоненти моделі ефективності особистості психолога	Задоволеність власною роботою	Психологічна виснаженість	Ризики вторинної травматизації
1	2	3	4
Особистісна зрілість	Висока особистісна зрілість зумовлює високий рівень емпатії та здатності до підтримки інших людей, що зумовлює і результативність роботи, а відтак і задоволеність нею.	Зріла особистість із високим рівнем саморегуляції здатна краще контролювати стрес і емоційні навантаження, що знижує ризик вигорання.	Психолог із високою особистісною зрілістю здатен підтримувати емоційну рівновагу, зменшуючи ризик впливу вторинного стресу.

Продовження таблиці 3

Компоненти моделі ефективності особистості психолога	Задоволеність власною роботою	Психологічна виснаженість	Ризики вторинної травматизації
1	2	3	4
Психологічна ресурсність	Висока психологічна ресурсність допомагає психологу нестандартно виконувати професійні завдання, що підвищує рівень задоволеності роботою	Психологічно ресурсна особистість має значну здатність до відновлення, що зменшує ризик розвитку вигорання в умовах стресу.	Висока психологічна ресурсність зменшує емоційне перенавантаження, що знижує ймовірність розвитку вторинної травматизації.
Серендипність особистості	Серендипність уможливило знаходження нових рішень для підтримки клієнтів, що збільшує задоволення від роботи через ефективність у розв'язанні проблем.	Завдяки серендипності психолог здатний знаходити і реалізовувати нові можливості навіть у складних ситуаціях, що знижує ймовірність професійного вигорання.	Серендипність дає змогу неупереджено сприймати реальність, встановлювати зв'язки між фактами, що знижує ризики вторинної травматизації.
Загальна компетентність	Високий рівень компетентності допомагає психологу ефективно вирішувати проблеми, що сприяє більшому задоволенню від роботи.	Компетентність психолога у використанні методик і стратегій знижує рівень стресу і перевантаження, що зменшує ймовірність вигорання.	Компетентність психолога дає змогу приймати обґрунтовані рішення, що мінімізує ризики вторинної травми завдяки чуттю когерентності.

Інтерпретаційний аналіз показує, що компоненти моделі ефективності особистості психолога, такі як особистісна зрілість, психологічна ресурсність, серендипність, загальна компетентність, із високою ймовірністю зумовлюють можливий високий рівень задоволеності роботою та

мінімізують ризики психологічної вичерпаності та вторинної травматизації фахівця сфери соціономічних професій.

З метою розгляду можливості сприятливого психологічного резонансу особистості психолога та людини, для якої організовано психологічний супровід, було здійснено інтерпретаційний аналіз функціонального вияву компонентів моделі ефективності особистості психолога та показників моделі процвітання особистості (Flourishing Based Model) [12], яка містить такі показники: **емоційне процвітання** (Emotional Well-being) – позитивні емоції, оптимізм, відчуття радості та задоволення від життя; **психологічне процвітання** (Psychological Well-being) – включає здатність людини до самореалізації, особистісного зростання та самоповаги; **соціальне процвітання** (Social Well-being) – здатність підтримувати здорові стосунки, інтеграцію в соціум, почуття приналежності та взаємопідтримки.

Охарактеризуємо основні напрями фасилітативного і резонансного впливу ефективної особистості психолога на процвітання особистості іншої людини.

Особистісна зрілість і серендипність психолога найповніше актуалізують соціальне процвітання клієнта, оскільки ці характеристики забезпечують якість етичного, автентичного й емоційно стабільного контакту. Особистісно зрілий психолог завдяки своїй автентичності, толерантності до невизначеності, здатності нести відповідальність та зберігати внутрішню стійкість створює для клієнта простір безпечної взаємодії, де можливе відчуття прийняття, захищеності й довіри. Зрілість виконує роль морально-смыслового орієнтира, забезпечує здатність психолога витримувати напругу клієнтських переживань і водночас не руйнувати межі взаємодії. Через механізм резонансності клієнт отримує досвід зустрічі з іншим суб'єктом, який демонструє зрілі способи реагування: відповідальність замість хаотичності, автентичність замість рольової поведінки, синергічність

замість дифузності. Такий резонанс має певний «моделювальний» ефект: людина починає переймати зразки зрілої поведінки та взаємодії. Через фасилітативність психолог надає клієнтові умови для розвитку власної автономії та відповідальності: допомагає йому відчувати власні потреби, відновити межі, побачити реалістичні можливості дій у реальних життєвих обставинах. Завдяки цьому соціальне процвітання проявляється у здатності клієнта будувати більш зрілі стосунки, конструювати безпечніші та чесніші взаємини, краще інтегруватися в соціальне середовище.

Серендипність як здатність психолога виявляти нові смисли та ресурси там, де вони неочевидні, підсилює ефект актуалізації потенціалу людини. У резонансному контакті клієнт переживає досвід того, що навіть складні чи «безвихідні» ситуації можуть містити неочевидні можливості для зміни. У фасилітативному режимі психолог допомагає клієнтові усвідомити ці можливості як власні відкриття, а не нав'язані рішення, чим сприяє розвитку творчості, ініціативи та соціальної гнучкості.

Психологічна ресурсність психолога допомагає переважно емоційному та психологічному процвітання клієнта. Ресурсність поєднує внутрішні екзистенційні опори особистості: смисл, прийняття, свободу, надію, віру. Завдяки цьому психолог здатний залишатися стійким навіть у ситуаціях високої напруги або невизначеності. Через резонансність клієнт починає краще контактувати з власними ресурсами, у нього з'являється можливість побачити, що переживання не лише виснажують, а й можуть стати джерелом сили або інсайту. Ресурсна взаємодія з психологом може стати для клієнта досвідом віднайдення внутрішньої опори, відчуття, що він не беззахисний перед труднощами. Через фасилітативність психолог допомагає людині навчитися оперувати власними ресурсами: розпізнавати їх, активізувати, оновлювати. Клієнт навчається розуміти власні особистісні межі, визначати

оптимальність психологічного напруження, бачити взаємозв'язок між власними справжніми потребами, діями і їх наслідками. У такому контакті труднощі починають сприйматися як виклики, що можуть не руйнувати, а збагачувати, сприяючи формуванню психологічної автономії, відповідальності та здатності до саморозвитку.

Загальна компетентність психолога також інтегративно впливає на емоційне та соціальне процвітання клієнта. Компетентність містить комунікативну, етичну й інформаційну готовності до проживання і долаття проблем, що дає психологу змогу надати професійну психологічну підтримку і допомогу. Через фасилітативність психолог створює умови, в яких клієнт може вільно й без страху виявляти власні емоції, розповідати про найскладніший досвід, відчувати свою цінність. Такий простір сприяє емоційному розвантаженню, зростанню впевненості в собі, формуванню вміння автентичного самовираження. Через резонансність клієнт переймає у психолога способи саморегуляції, зокрема здатність поновлювати внутрішню рівновагу в кризових обставинах, бачити ціле за фрагментами, зберігати ясність мислення та виваженість рішень. Такий досвід формує в клієнта базове відчуття компетентності й самоефективності, які є ключовими маркерами психологічного процвітання.

Ефективність особистості психолога, що виявляється через синергію особистісної зрілості, психологічної ресурсності, серендипності особистості та загальної компетентності, може зумовлювати найсприятливіші діалогічні умови для процвітання особистості клієнта: соціального – через зрілість і серендипність; емоційного та психологічного – через ресурсність і компетентність; загальної інтеграції досвіду – через резонансність і фасилітативність, що узгоджують внутрішній і зовнішній світи обох учасників взаємодії.

Варто розглянути й аргументи щодо можливості неефективності моделі в контексті ProQOL-5 та Flourishing-Based Model, які є такими: 1) переоцінка особистісних якостей як універсальних захисних факторів, адже зрілість і ресурсність не гарантують стабільного захисту від професійного вигорання, а інколи можуть його посилювати; 2) нерівномірний вплив компонентів на різні аспекти процвітання, оскільки модель не однаково релевантно пояснює емоційне, соціальне та психологічне процвітання, що звужує її універсальність; 3) залежність ефективності від умов професійної взаємодії, тому що порушення резонансності або фасилітативності, перевантаження чи адміністративні бар'єри знижують дієвість моделі навіть за наявності високих особистісних характеристик; 4) обмежена прогностична сила у довготривалому вимірі, оскільки модель орієнтована на стабільні риси, тоді як показники ProQOL-5 відображають динамічні стани, що може приховувати накопичення психологічної втоми або латентної травматизації.

Висновки. Психологічна діяльність у ризиконебезпечних професіях здійснюється в умовах невизначеності, дефіциту часу, підвищеної відповідальності й інтенсивного емоційного навантаження. Попри наявність численних підходів до визначення професійно важливих якостей психолога, загальним недоліком є їх фрагментарність: дослідники зосереджуються або на окремих здібностях (інтелектуальних, емоційних, мотиваційних), або на дискретних рисах і професійних уміннях, що не дозволяє описати цілісну ефективність особистості фахівця як динамічний, інтегративний феномен. Відтак постає проблема створення комплексної моделі, яка б поєднувала внутрішні особистісні здатності та функціональні параметри професійної діяльності. Процесуально-інтегративна модель ефективності особистості психолога пропонує цілісне бачення успішності професіонала, інтегруючи чотири ключові

компоненти: загальну компетентність, особистісну зрілість, психологічну ресурсність і серендипність особистості.

Модель заснована на уявленні про особистість як відкриту динамічну систему, здатну до самодетермінації, збалансовування, інтенційності, інтеграції досвіду та відкритості до нового. Такий підхід дає змогу розглядати ефективність особистості не як суму окремих якостей, а як синергічну властивість, що виявляється у практичній взаємодії психолога з іншими людьми, особливо в ситуаціях невизначеності, граничних ситуаціях буття. Опис ефективності особистості не лише за результатами, а й за способом досягнення цілей відповідає реаліям діяльності психолога у кризових та ризиконебезпечних ситуаціях. Через резонансність і фасилітативність модель відображає реальні механізми впливу психолога на клієнта у процесі психологічного супроводу, що підсилює її прикладну цінність, а також узгодженість із сучасними концепціями психологічного благополуччя. Інтерпретація моделі ефективності особистості психолога через ProQOL-5 та Flourishing-Based Model демонструє, що її оптимальне функціонування, з одного боку, з високою ймовірністю зумовлює високий рівень задоволеності психолога власною роботою і мінімізацію його психологічної виснаженості та ризик вторинної травматизації, а з іншого – уможливорює психологічне процвітання особистості клієнта.

Процесуально-інтегративна модель ефективності особистості психолога концептуально обґрунтована, логічно послідовна та науково перспективна. Вона дозволяє цілісно описати функціонування психолога в умовах невизначеності та високої професійної відповідальності, а також пояснити механізми його впливу на психологічне благополуччя клієнта. Головні ризики моделі ефективності особистості психолога пов'язані з тим, що вона може переоцінювати виразність функціональних компонентів, недооцінювати контекстуальні

фактори професійної діяльності психолога. Передбачувані ризики засвідчують потребу в подальшій емпіричній верифікації моделі. Узагальнюючи, можна стверджувати, що доцільна і необхідна подальша емпірична перевірка, результати якої дадуть змогу визначити валідність моделі, її евристичний потенціал, прикладні можливості.

Список використаних джерел:

1. Баранова С. В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціально-психологічний аспект: монографія. Київ: Інтерконтиненталь-Україна, 2020. – 364 с.
2. Данилевич Л. Психологічні аспекти особистісно-професійного саморозвитку майбутніх психологів. Вчені записки Університету «КРОК». 2024. № 1 (73). С. 227–233. DOI: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-73-227-233>
3. Москальова А. С., Власенко А. А. *Психологічні особливості професійної діяльності психолога – представника допомагаючої професії соціономічного типу*. Науковий огляд. 2018. № 4 (47). С. 124–141. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/710958/?utm_source=chatgpt.com
4. Приходько Ю. О. Особистісні якості психолога як чинник його професійності. Гуманітарний корпус: збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії. 2017. Вип. 10. С. 122–125. <https://enquirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/507c54e7-dd8d-44bb-8d89-90ab36b61d4f/content>
5. Савчин М. Здатності особистості: монографія. Київ: ВЦ «Академія», 2016. 288 с.
6. Цільмак О. М. Класифікація професійно важливих якостей психолога-консультанта. Юридична психологія. 2020. № 2 (27). С. 17–23. <https://psychped.navs.edu.ua/index.php/psychped/issue/view/65/23>
7. Штепа О. С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської

методики. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 39. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. С. 380–399. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.380-399>

8. Штепа О. С. Особливості загальної компетентності та її діагностика. Практична психологія та соціальна робота. 2011. № 10. С. 39–49.

9. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг: монографія. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 232 с.

10. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. 1977. Vol. 84. № 2. P. 191–215. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>; URL: <https://educational-innovation.sydney.edu.au/news/pdfs/Bandura%201977.pdf>

11. Budner S. *Intolerance of ambiguity as a personality variable*. *Journal of Personality*. 1962. № 30 (1). P. 29–50. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>

12. Domokos K. The Flourishing Life Model: A Systematic Literature Review of the Core Life Domains and Indicators Constituting Quality of Life. *Journal of Positive Psychology Coaching*. 2025. № 2. P. 1–38. URL: https://www.researchgate.net/publication/395381212_The_Flourishing_Life_Model_A_Systematic_Literature_Review_of_the_Core_Life_Domains_and_Indicators_Constituting_Quality_of_Life

13. Hegarty D., Buchanan B. Psychologist Norms for the Professional Quality of Life Scale (ProQOL). *NovoPsych*. 2021. URL: <https://novopsych.com/news/psychologist-norms-for-the-professional-quality-of-life-scale-proqol/>

14. Holmes O. W. On Being with Others: Jaspers and Ortega, Existenz. 2019. № 14/1. P. 1–11. URL: <https://www.existenz.us/volumes/Vol.14-1Holmes.pdf>

15. Liu Y., Qin C., Ma X., Liang H. Serendipity in human information behavior: a systematic review. Journal of Documentation. 2022. Vol. 78. No. 2. P. 435–462. DOI: doi.org/10.1108/JD-02-2021-0029

16. May R. *The Art of Counseling*. New York: Taylor & Francis Group, 1989. 247 p.

17. Promoting Mental Health. Concepts. Emerging Evidence. Practice. A Report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and The University of Melbourne / Editors: Helen Herrman Shekhar Saxena Rob Moodie. Geneva: World Health Organization, 2005. 310 p. URL: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/58c74cc5-f816-47f8-b01d-cd414a6ffb64/content>

18. Rout E. L. Bridging the Gap: Enhancing Soft Skills for Employability and Career Success in Management Graduates to Meet Industry Expectations. International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field. 2025. Vol. 11. Iss. 2. P. 37–47.