

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПІВАКТУАЛІЗАЦІЇ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Іванцюс Адомас

В сучасному освітньому просторі дедалі більшої уваги набуває проблема розвитку людського потенціалу. В умовах швидких змін, цифровізації та глобалізації важливо не лише набувати знань, але й формувати здатність до самореалізації, взаємодії та емоційного інтелекту. Однією з ключових умов цього є процес співактуалізації – взаємного розвитку особистостей у контексті міжособистісної взаємодії. Співактуалізація дозволяє майбутнім психологам не лише краще пізнати себе, а й ефективніше взаємодіяти в команді, розвивати емпатію, толерантність та лідерські якості. У зв'язку з цим, дослідження механізмів співактуалізації в студентському середовищі має важливе теоретичне та прикладне значення [1–6].

Мета дослідження – вивчити взаємозв'язок між процесами співактуалізації та особистісно-професійним розвитком студентів-психологів. Застосовано кількісні (опитування) та якісні методи (інтерв'ю, спостереження), а також аналіз наукових джерел.

Зв'язок співактуалізації з ключовими психологічними та соціальними теоріями дозволяє глибше осмислити її природу та механізми. Насамперед, співактуалізація тісно пов'язана із концепцією самоактуалізації Абрахама Маслоу, яка передбачає прагнення особистості до реалізації свого потенціалу. У контексті співактуалізації це прагнення розширюється на взаємодію з іншими, де особистісне зростання відбувається через спільну діяльність і підтримку [1, 4].

Карл Роджерс, представник гуманістичної психології, наголошував на важливості безумовного прийняття, емпатії та автентичності у міжособистісних стосунках. Такі принципи є фундаментальними для співактуалізації, оскільки створюють безпечне середовище для відкритого самовираження та розвитку. Соціокультурна теорія Льва Виготського підкреслює роль соціального контексту та культурних інструментів у формуванні особистості. Співактуалізація в цьому аспекті розглядається як процес, що

відбувається у взаємодії з іншими, де знання, навички та цінності передаються через спільну діяльність. Альберт Бандура, автор теорії соціального навчання, доводив, що люди навчаються через спостереження, моделювання та взаємодію. Співактуалізація включає ці механізми, адже особистісне зростання часто відбувається у процесі спільного досвіду, де учасники впливають один на одного [3, 6].

Сучасні постмодерністські підходи акцентують на множинності ідентичностей, релятивізмі істини та важливості контексту. У цьому світлі співактуалізація постає як динамічний, відкритий процес, що враховує різноманіття досвідів, перспектив і культурних наративів, сприяючи гнучкому та інклюзивному розвитку особистості в соціальному просторі. Ключовими компонентами співактуалізації є такі: самоусвідомлення; взаємодія; спільна цілеспрямованість; оцінка прогресу; соціальна підтримка; фактори, що впливають на співактуалізацію; особистісні якості (емоційний інтелект, креативність), соціальні (підтримка оточення), культурні (колективізм/індивідуалізм), освітні та менторські впливи [2, 5].

Студентські роки – це період формування особистості, пошуку себе, інтенсивної соціалізації. Саме в цей період виникає потреба у самовираженні, визнанні з боку інших, підтримці. Співактуалізація в таких умовах проявляється через [1, 3]:

- 1) створення навчальних і творчих спільнот;
- 2) активну участь у дискусіях, проєктах, тренінгах;
- 3) відкритий обмін досвідом і зворотним зв'язком;
- 4) побудову довірливих міжособистісних стосунків.

Позитивне студентське середовище, в якому панують підтримка, взаємоповага та інклюзія, відіграє ключову роль у посиленні процесу співактуалізації. Цей процес значною мірою залежить від низки факторів, серед яких особистісні, соціальні, освітні, технологічні та культурні. До особистісних чинників належать емоційний інтелект, адекватна самооцінка, відкритість до нового досвіду та готовність приймати зворотний зв'язок. Соціальні аспекти включають підтримку з боку друзів, менторів і викладачів,

що сприяє формуванню довірливих взаємин. Освітні фактори проявляються через участь у проєктній діяльності, інтерактивні форми навчання та групову роботу, які стимулюють активну взаємодію. Технологічні умови, зокрема використання онлайн-платформ для комунікації та можливості дистанційної співпраці, розширюють простір для спільної діяльності. Культурні особливості, такі як колективістські чи індивідуалістичні орієнтації, також впливають на характер співактуалізації, визначаючи стиль взаємодії та рівень залученості студентів у спільні процеси.

Результати дослідження можуть бути застосовані у роботі психологів, викладачів, кураторів студентських груп. Зокрема: для створення програм з розвитку емоційного інтелекту; для організації тренінгів командної взаємодії; для побудови менторських систем підтримки; для розвитку інклюзивного навчального середовища.

Таким чином, знання про співактуалізацію допоможуть майбутнім психологам краще розуміти себе та інших, формувати професійні навички, засновані на довірі, емпатії та активному слуханні. Співактуалізація виступає ключовим чинником професійного становлення майбутніх психологів. Її розвиток сприяє формуванню емоційної зрілості, емпатійності, здатності до взаємодії й відповідального ставлення до спільної діяльності, що визначає ефективність психологічної практики в сучасному освітньому середовищі. Саме тому створення умов для розвитку співактуалізації у вищій освіті є важливою метою як психологічної практики, так і освітньої політики.

Список використаних джерел

1. Birch J. The Edge of Sentience: Risk and Precaution in Humans, Other Animals, and AI. Oxford: Oxford University Press, 2024. 384 p.
2. French C. The Science of Weird Shit: Why Our Minds Conjure the Paranormal. Cambridge, MA: The MIT Press, 2024. 416 p.
3. Pueblo Y. How to Love Better: The Path to Deeper Connection Through Growth, Kindness, and Compassion. New York: HarperOne, 2025. 288 p.
4. Sebo J. The Moral Circle: Who Matters, What Matters, and Why. New York: W. W. Norton & Company, 2025. 192 p.
5. Stea J. N. Mind the Science: Saving Your Mental Health from the Wellness Industry. Oxford: Oxford University Press, 2024. 264 p.
6. Turecki J. It Begins With You: The 9 Hard Truths About Love That Will Change Your Life. New York: HarperCollins, 2025. 320 p.