

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СПІВАКТУАЛІЗАЦІЇ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Адомас Іванцюс

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. Розкрито зв'язок співактуалізації із самоактуалізацією (А. Маслоу), гуманістичною психологією (К. Роджерс), соціокультурною теорією (Л. Виготський), соціальним навчанням (О. Бандура), а також сучасними постмодерністськими підходами [1–7].

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.

Метою дослідження є вивчення зв'язку між процесами співактуалізації та реалізацією потенціалу студентів-психологів в межах професійного та особистісного розвитку.

Феномен співактуалізації тісно пов'язаний із концепцією самоактуалізації Абрахама Маслоу, гуманістичними ідеями Карла Роджерса, а також із соціокультурною теорією Льва Виготського. Вони стверджують, що розвиток особистості є неможливим поза контекстом соціальної взаємодії. Вона сприяє більш глибокому розвитку як професійних, так і особистісних якостей, що є успіхом для майбутніх психологів. Залучення різних технологічних ресурсів може забезпечити доступ до додаткових навчальних матеріалів, можливості для самостійного навчання та розвитку практичних навичок у безпечному середовищі.

Ключовими компонентами співактуалізації є самоусвідомлення, взаємодія,

спільна цілеспрямованість, оцінка прогресу, соціальна підтримка. Серед факторів, що впливають на співактуалізацію відзначаємо особистісні якості (емоційний інтелект, креативність), соціальні (підтримка оточення), культурні (колективізм/індивідуалізм), освітні та менторські впливи. Характерними ознаками співактуалізованої особистості є високий рівень самоприйняття, автентичність, незалежність, відкритість до досвіду, креативність, відповідальність, глибокі міжособистісні стосунки та менторство.

Менторство відіграє важливу роль у вивченні зв'язку між співактуалізацією та реалізацією потенціалу студентів-психологів, сприяючи їх професійному й особистісному розвитку через емоційну підтримку та розвиток рефлексії, особливо за підтримки цифрових платформ. Менторство є каталізатором співактуалізації, ефективно розвиваючи потенціал майбутніх психологів [1, 6].

Співактуалізація – це не просто адаптація до соціального оточення, а активна участь у взаємному зростанні, що базується на емпатії, підтримці, обміні знаннями та спільному вирішенні проблем. Сучасні дослідники також розглядають вплив цифрового середовища, менторства та інклюзії на процеси співактуалізації. Студентські роки є періодом формування особистості, пошуку себе, інтенсивної соціалізації. Саме в цей період виникає потреба в самовираженні, визнанні з боку інших, підтримці. Співактуалізація в таких умовах проявляється через [2, 5]:

- 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, де панує підтримка, взаємоповага та інклюзія, значно підсилює процес співактуалізації. Серед найбільш вагомих факторів, які сприяють співактуалізації, виділяють такі [1, 3]:

1. *Особистісні*: емоційний інтелект, самооцінка, відкритість, готовність до зворотного зв'язку.
2. *Соціальні*: підтримка з боку друзів, менторів, викладачів.
3. *Освітні*: участь у проєктній діяльності, інтерактивне навчання, групова робота.
4. *Технологічні*: використання онлайн-платформ для комунікації, дистанційна співпраця.
5. *Культурні*: особливості колективістських та індивідуалістичних орієнтацій.

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. Знання про співактуалізацію допоможуть майбутнім психологам краще розуміти себе та інших, формувати професійні навички, засновані на довірі, емпатії та активному слуханні.

Таким чином, співактуалізація – це не лише психологічна концепція, а практичний механізм особистісного і професійного зростання. Вона має вирішальне значення у підготовці майбутніх психологів, які працюють з людьми і мають бути прикладом емоційної зрілості та здатності до співпраці. Саме тому створення умов для розвитку співактуалізації у вищій освіті є важливою метою як психологічної практики, так і освітньої політики.

Список використаних джерел

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