

АНОТАЦІЯ

Овчар А.І. Саморегуляторна здатність майбутнього лікаря як чинник його професійного становлення. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія. – Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, Міністерство освіти і науки України, Івано-Франківськ, 2026.

У дисертації представлено результати теоретичного аналізу та експериментального дослідження проблеми з'ясування місця і ролі саморегуляторної здатності майбутнього лікаря у його професійному становленні.

Емпіричні дані, отримані внаслідок проведеного дослідження підтверджують гіпотезу, покладену в його основу, а також дозволяють констатувати факт досягнення поставленої мети, реалізації завдань наукової роботи і є підставою для загальних висновків, які мають як теоретичне, так і практичне значення.

Теоретико-методологічний аналіз наукових підходів до вивчення досліджуваної проблеми дозволив розкрити сутність таких понять як регуляція та саморегуляція, а також розглянути їх зміст в контексті категорій формування і розвитку. Констатовано, що проблема регуляції і саморегуляції у вітчизняній психології уперше поставлена L.S. Vygotsky і розглядалась ним як специфічно людський спосіб створення й використання знакових психологічних знарядь, які він трактував як «оволодіння процесами власної поведінки».

Закордонна психологічна наука розглядає саморегуляцію в рамках соціально-когнітивної теорії і теорії соціального навчання А. Bandura; гуманістичної теорії C.R. Rogers, де центральною ідеєю є уявлення про роль самосвідомості й самооцінки у регуляції поведінки та розвитку особистості. Сучасні наукові теорії самоорганізації дають можливість розглянути саморегуляцію як функцію або властивість самоорганізованих систем

змінюватись під дією зовнішніх та внутрішніх впливів.

Аналіз та вивчення поняття «саморегуляція» проводився з позиції особистість-діяльність, котра передбачає регулювання суб'єктом усіх аспектів власної діяльності: її планування, організацію та здійснення. Усі ці дії спрямовані на перетворення ставлень суб'єкта до самого себе, інших людей, а також діяльності, до якої він долучений.

З'ясовано, що розвиток усвідомленої саморегуляції у діяльності пов'язаний із включенням у цей процес нових рівнів функціонування свідомості. Разом з рефлексією, завдяки якій власна діяльність з'являється перед суб'єктом у формі, що доступна для аналізу та оцінки, все більш важливу роль у сфері самосвідомості починає відігравати конструкт, який включає діяльність (її процес і результат), в систему індивідуального особистісного досвіду. Тим самим процес саморегулювання діяльності ускладнюється, позаяк окрім параметрів саморегулювання, що задаються соціальними нормативами, з'являються внутрішні, суб'єктивно значущі критерії успішності і нормативності діяльності, що породжуються ціннісно-смісловою сферою особистості. Особистісний зміст у діяльності починає функціонально домінувати над типологічними характеристиками в системі індивідуальної регуляції, унаслідок чого регулятивні процеси усе більш опосередковуються ціннісно-смісловою сферою. Саморегуляція виступає у глибокій єдності з самопізнанням й емоційно-ціннісним ставленням до себе. Існує взаємозв'язок між саморегуляцією та продуктивністю в різних видах діяльності.

Методологічною основою досліджуваної проблеми обрано психолого-герменевтичний підхід, який розглядає розвиток особистості як становлення суб'єктної здатності до самоосмислення (завдяки розумінню та інтерпретації власного життєвого досвіду) й осмислення навколишнього світу. Тим самим, процес будь-яких особистісних змін відбувається на основі змін у структурі самосвідомості, зокрема завдяки розвитку особистісної здатності розуміти себе і навколишній світ через засвоєння соціокультурного досвіду, привласнення

нових сенсів і здатності їх трансформувати, інтегруючи у власну смислову систему.

Таким чином психічна саморегуляція розуміється як здатність зрілої особистості визначати мету своєї діяльності та знаходити шляхи для її досягнення. Саморегуляція навчальної діяльності – це специфічне регулювання, здійснюване її суб'єктом. Позаяк вона має структуру, аналогічну саморегуляції всіх інших видів діяльності, то забезпечуючи її розвиток, ми тим самим створюємо умови для позитивних результатів в інших видах активності.

У дисертації розглянуто концептуальні підходи вітчизняних та зарубіжних дослідників до професіогенезу особистості. Термін становлення трактується як процес розвитку, в якому індивід перебирає на себе відповідальність за формування в собі професійних, світоглядних і громадянських чеснот та максимально повну реалізацію свого потенціалу. Процес професійного становлення в умовах закладу вищої освіти (ЗВО) є початковим етапом професіогенезу особистості, що базується на входженні в професійне середовище, яке покликане вибудовувати таку послідовність спільних дій викладача та студентів, котра б активізувала ініціативність, прагнення до автентичності, право свободи вибору та сприяла б розкриттю їх індивідуальності і творчих можливостей; сприяла б ціннісному наповненню змісту освіти та активізувала б самоосвіту й особистісно-професійне самотворення студентів.

Доведено, що партнерські та доброзичливі стосунки у міжсуб'єктній взаємодії студента з викладачем стають однією з найважливіших умов підготовки майбутнього фахівця. При цьому особистісне зростання слід розглядати як здатність до переходу від опори на інших і регулювання середовищем – до опори на себе й саморегуляцію (F. Perls). В основу функціонально-дієвої моделі розвитку особистості та її поведінки має бути покладено ідею створення умов для ефективного саморозвитку особистості шляхом формування у неї механізмів самонавчання та самовиховання (насамперед, через навчання).

Оскільки потреба у саморозвитку та самореалізації є важливим атрибутом зрілої особистості, то майбутній фахівець повинен усвідомлювати свою відповідальність за компетентне проектування свого життєвого, зокрема і професійного шляху, а тому дбати про формування такої суб'єктності, в основі якої лежатиме рефлексія власної самозміни. Особлива роль у цьому процесі повинна належати рефлексивно-особистісній компетентності, яка тлумачиться нами як здатність до розв'язання актуально-важливих, особистісно-значущих фахових задач, що спрямовані на поглиблення пізнання та активно-творче ставлення й перетворення свого «Я», своєї «Самості».

Таким чином, партнерський освітній діалог в системі «викладач – студент», виступає для останнього лише зовнішнім чинником, який спрямовує його зусилля на пошук сенсу свого життя. Разом з тим, активізація механізму рефлексії сприяє перенесенню цього процесу у внутрішній план, що робить його особистісно-значущим. Це, в свою чергу, інтенсифікує вибудовування різноманітних програм свого життєвого шляху: особистісного розвитку, професійного становлення або кар'єрного росту, творчого самовираження, розвитку тих чи інших здібностей, досягнення гармонійного розвитку або ж духовної досконалості.

Отже, ціннісно-сміслова свідомість з притаманними їй рефлексивними та ідентифікаційними механізмами виконує найважливішу особистісно-регулятивну функцію у забезпеченні професійно-ціннісних самозмін. При цьому, здатність до рефлексії з боку суб'єкта відіграє ключову роль у відображенні власного фахового становлення.

Розроблено і теоретично обґрунтовано концептуальну модель дисертаційного дослідження, згідно якої найбільш інформативними параметрами операціоналізації професійного становлення майбутніх лікарів та чинниками їх саморегуляції є:

- ступінь рефлексивності (показники рефлексивної самосвідомості) та активність життєвої позиції (проявлятиметься у типах життєвої позиції: дієвому, імпульсивному, споглядальному, пасивному); більш творчі прагнуть підвищити

свою професійно-особистісну активність (індикатор – навчальна успішність); локус контролю (екстеранальна локалізація є ознакою самозадоволеності собою, а значить самозаспокоєння, інтернальна: відповідальність і цілеспрямованість);

– часова локалізація провідних смислових орієнтирів (операціоналізується в субшкалах: життєві цілі, інтерес та емоційна насиченість життя, результативність життя або задоволеність самореалізацією); ціннісно-смислові мотиви;

– рівень самоорганізації (індикатор – бюджет часу студента).

Констатовано, що здатність до саморегулювання є динамічним особистісним утворенням, яке впродовж життя індивіда набуває різних змістовних конфігурацій, серед яких важливу роль відіграють такі психологічні характеристики особистості як прагнення до саморозвитку, системної рефлексії та спрямованість індивідуального досвіду на реалізацію життєвих проєктів.

Здійснено емпіричну перевірку робочих гіпотез, результати якої дозволяють стверджувати, що між показниками сформованості саморегуляції навчально-професійної діяльності й такими її аспектами як планування, організація та здійснення існує тісний зв'язок. Індикативними формами щільності такого зв'язку слід вважати показники ставлень людини до самої себе, інших людей, а також діяльності, до якої вона долучена.

Аналіз показників загального рівня сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції довільної активності досліджуваних підтвердив наше припущення, згідно якого ті з них, хто характеризувався високим рівнем сформованості цього феномену відзначаються високим рівнем самостійності у формулюванні цілей та прийнятті рішень і їм властива інтернальна локалізація; у них вищий рівень самоорганізації (кращі показники щодобових витрат часу); вони більш відповідальні та цілеспрямовані.

Навпаки, у досліджуваних з низьким рівнем саморегуляторних можливостей спостерігається здебільшого протилежна картина: потреба у свідомому плануванні та програмуванні своєї поведінки у них не сформована, про що свідчать структурні перекоси у щодобових витратах часу, у них існують

труднощі у визначенні життєвих та професійних пріоритетів; вони більш залежні від ситуації та думок оточуючих людей.

Розроблено та запропоновано програму формування професійно-важливих складових саморегулятивної культури, яка в основному була зорієнтована на розвиток рефлексивних умінь усвідомлення себе, інших, своїх дій та можливостей. Серед основних чинників розвитку такої здатності доцільно виокремити такі: мотиваційні, інтелектуальні (когнітивні і метакогнітивні) та комунікативні.

Мотиваційний блок репрезентований у прагненнях суб'єкта до самоактуалізації, бажаннях задовольнити вимоги соціуму, орієнтованістю на успіх, його спрямованістю на самореалізацію. З цією метою практикувались вправи на формулювання та розв'язання задач на смисл (особистісно-значущі задачі).

Інтелектуальний блок представлений у характеристиках когнітивних психічних процесів, мовленні та метакогнітивних процесах – (інтелектуальній ініціації як здатності до самостійної постановки задач – М.Л. Смульсон), рефлексії та децентрації (здатності подивитися на проблему з позиції іншого). У зв'язку з цим, здійснювались вправи на формулювання та розв'язання студентами професійно-важливих та рефлексивних задач, а також вправ на ідентифікацію.

Комунікативні чинники розвитку здатності особистості до саморегулювання пов'язані з такими видами компетентностей: загальною мовленнєвою, діалогічною, інтерактивною. Найбільш доречними у цьому контексті стали різного роду вправи, ігри, а також проєктивні, рефлексивні та корекційно-терапевтичні завдання і задачі на конфлікт.

Концептуальний аналіз типових класів професійно-особистісних задач, що обумовлюють специфіку саморегулювання професійного мислення майбутнього лікаря, дозволив виокремити провідні їх характеристики, а саме: спрямованість на надання домедичної допомоги й підвищену відповідальність фахівця за свої рішення; здатність до переосмислення проблеми і переструктурування її в умови

актуальної задачі; семантичне, морально-етичне та смислове переструктурування змісту професійних задач; часову обмеженість у пошуку способів розв'язання задач та вимоги до оперативного прийняття рішень, відкритість до альтернатив та творчу неповторність, необхідність застосування в процесі вирішення задач міждисциплінарних знань і умінь, гнучкого й динамічного застосування прийомів самоорганізації та саморегуляції фахівця.

Відмінною ознакою професійного мислення лікаря-практика є його вміння правильно ставити й формулювати запитання з метою отримання вичерпної інформації, яка слугуватиме попередньою і необхідною умовою виявлення психосоматичного стану пацієнта та подальшої діагностики стану його здоров'я. Тобто, однією з найважливіших характеристик професійного мислення лікаря є вміння визначати та структурувати основні аспекти скарг (проблем) хворого і його здатність прогнозувати деякий перелік запитань з боку пацієнта. Наявність такого уявного профілю дозволить надавати йому вичерпну відповідь і, тим самим не лише демонструвати високий рівень своєї фахової підготовки, а й вселяти впевненість і віру хворого у його якнайшвидше одужання.

Визначено основні регуляторно-технологічні складові, які структурують, формалізують та, відповідно, спрямовують процеси професійного мислення лікаря (скарга пацієнта, всебічний аналіз інформації для постановки діагнозу, визначення курсу лікування тощо). Обґрунтовується важливість професійного цілеутворення, планування, прогнозування, програмування, самоконтролю та прийняття рішень як базових механізмів саморегулювання мислення майбутнього лікаря.

Особливу роль у розвитку регулятивної культури лікаря відіграють психотехнології саногенного (позитивного, оздоровчого) мислення, які також сприяють становленню позитивної Я-концепції, стимулюють усвідомлення особистістю власних емоційних і когнітивних бар'єрів, що заважають її становленню як фахівця.

Важливе місце у розробленій програмі належало:

- 1) методикам діагностики рівня розвитку рефлексивної самосвідомості

контекстуальний зміст якої дозволяв порівнювати показники «реального Я» та «ідеального Я»;

2) проективним методикам незавершених речень та методу ранжування різноманітних ситуацій міжособистісної взаємодії у системі «лікар – хворий»;

3) різноманітним груповим формам міжособистісної взаємодії, спрямованим на продукування та розв'язанням задач, які досліджуються навчально-професійного змісту.

Розроблена програма реалізовувалась з залученням технік клієнт-центрованого підходу за С. Rogers, технік логотерапевтичного підходу, методів недирективної ігротерапії V. Exline, технік арт-терапевтичного напрямку, вправ тілесно-орієнтованої терапії тощо.

Підібраний комплекс методів спрямовано на розвиток та вдосконалення: саморегуляції особистісно-професійних активностей як умови професійного становлення майбутніх лікарів; корекційно-розвивальної роботи у напрямку актуалізації й гармонійності всіх сфер особистості молодого людини, пов'язаних із конструктивними змінами її самосприйняття; міжособистісних стосунків, змістових основ філософії життя, а також роботу з емоційним станом та смисловими мотивами учасників тренінгової групи.

Ефективність розробленої програми доведена статистично значущим зростанням показників загального рівня саморегуляції та індикативними показниками професійного становлення майбутніх лікарів, зокрема:

у ставленні до часу як цінності (часових характеристик, відведених на підготовку до занять, показниках навчально-професійної активності);

уміннях планувати свою життєву та професійну перспективу, характеристиках цілеспрямованості, відповідальності й самостійності;

ціннісно-смислових мотивах, у ставленні до самого себе і до інших, підвищенні цінності життя.

Емпіричні дані, здобуті в процесі дослідження, були підтвердженні різноплановими якісними судженнями й оцінками, що були виявлені внаслідок аналізу самозвітів, зроблених студентами зразу ж після завершення тренінгу.

Серед усіх варіантів, які було надано студентами, не виявлено жодного, у якому б давалась негативна оцінка роботі, що проводилась впродовж тренінгу, а ті побажання, які мали місце, в цілому, були доброзичливими та позитивними.

Участь студентів у тренінгових заняттях дозволила їм усвідомити свої потенційні можливості та зміцнити віру у правильності обраної професії. У процесі занять учасники групи навчились долати бар'єри у спілкуванні і досягати взаєморозуміння між собою. Вони досягли значних успіхів у пізнанні інших і у власному самопізнанні (стали краще розуміти і доступніше репрезентувати власні емоції і почуття, чіткіше вибудовувати свої цілі, більш виразно бачити особисті сенси й життєві цінності). Робота у групі сприяла переоцінюванню й переосмисленню подій минулого та відповідальному ставленню до реальних справ і актуальних задач, які концептуально кожным студентом вплітались у цілепокладання його подальшої особистісно-професійної перспективи.

Отримані результати дозволили також краще зрозуміти студентів-медиків: їх актуальні потреби та професійні цінності, реальні оцінки своїх професійних можливостей та ідеальне бачення своєї перспективи, способи аналізу, мислення, рівень домагань та самооцінки, позитивні й негативні особистісні риси.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів вивчення питань формування саморегуляторного потенціалу майбутніх лікарів, як чинника їх професійного становлення.

Подальші перспективи дослідження окресленої проблематики можуть бути пов'язані з можливістю подальших кроскультурних розвідок, з метою встановлення відмінностей у розвитку цього феномену в різних соціальних спільнотах та виявлення його ефективного впливу на фахове становлення в царині різних професій.

Ключові слова: саморегуляція, самоорганізація, самоуправління, професійне становлення (розвиток, професіогенез), самосвідомість, рефлексія, рефлексування, рефлексивні та ідентифікаційні механізмами, ціннісно-сміслові утворення (мотиви, мотивація), навчально-професійна діяльність, вища освіта,

особистісно-професійні характеристики, студентська молодь, освітнє середовище.

ANNOTATION

Ovchar A. I. Self-regulatory ability of the future doctor as a factor of their professional development. – Qualification scientific work in the form of a manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in the specialty 053 Psychology. – Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ministry of Education and Science of Ukraine, Ivano-Frankivsk, 2026.

The dissertation presents the results of theoretical analysis and experimental research into the problem of clarifying the place and role of the self-regulatory ability of a future doctor in his professional development.

The empirical data obtained from the study confirm the underlying hypothesis, and also allow us to establish that the set objective has been achieved and the tasks of the research have been fulfilled; they form the basis for general conclusions that have both theoretical and practical significance.

A theoretical and methodological analysis of scientific approaches to the study of the problem under investigation has made it possible to elucidate the essence of such concepts as regulation and self-regulation, as well as to examine their meaning in the context of the categories of formation and development. It has been established that the problem of regulation and self-regulation was first raised by L.S. Vygotsky and was viewed by him as a specifically human way of creating and using symbolic psychological tools, which he interpreted as ‘mastering the processes of one’s own behaviour’.

Foreign psychological science considers self-regulation within the framework of social-cognitive theory and social learning theory A. Bandura; and C. Rogers’ humanistic theory, where the central idea is the concept of the role of self-awareness and self-esteem in the regulation of behaviour and personality development. Contemporary scientific theories of self-organisation make it possible to view self-

regulation as a function or property of self-organised systems to change under the influence of external and internal factors.

The analysis and study of the concept of «self-regulation» was conducted from the «person-activity» perspective, which involves the individual regulating all aspects of their own activity: its planning, organisation and implementation. All these actions are aimed at transforming the individual's attitudes towards themselves, other people, and the activity in which they are engaged.

It has been established that the development of conscious self-regulation in activity is linked to the inclusion of new levels of consciousness functioning in this process. Alongside reflection, through which one's own activity appears to the subject in a form accessible for analysis and evaluation, a construct that incorporates activity (its process and outcome) into the system of individual personal experience begins to play an increasingly important role in the field of self-awareness. Thus, the process of self-regulation of activity becomes more complex, as, in addition to the parameters of self-regulation dictated by social norms, internal, subjectively significant criteria of success and normativity of activity emerge, generated by the value-semantic sphere of the personality. The personal content of activity begins to functionally dominate over typological characteristics within the system of individual regulation, as a result of which regulatory processes are increasingly mediated by the value-semantic sphere. Self-regulation is deeply intertwined with self-knowledge and an emotional-value-based attitude towards oneself. There is a correlation between self-regulation and productivity in various types of activity.

The methodological basis for the problem under investigation is the psychological-hermeneutic approach, which views personality development as the formation of the individual's ability for self-reflection (through the understanding and interpretation of one's own life experience) and for making sense of the surrounding world. Thus, the process of any personal change occurs on the basis of changes in the structure of self-awareness, in particular through the development of the personal ability to understand oneself and the surrounding world by assimilating socio-cultural

experience, appropriating new meanings and the ability to transform them, integrating them into one's own system of meaning.

Thus, psychological self-regulation is understood as the ability of a mature individual to define the goal of their activity and find ways to achieve it. Self-regulation of learning activity is a specific form of regulation carried out by the individual themselves. Since it has a structure analogous to the self-regulation of all other types of activity, by ensuring its development, we thereby create the conditions for positive results in other types of activity.

This thesis examines the conceptual approaches of local and foreign researchers to the professional development of the individual. The term «professional development» is interpreted as a process of growth in which the individual takes responsibility for cultivating professional, ideological and civic virtues within themselves and for realising their full potential. The process of professional formation within higher education institutions constitutes the initial stage of professional development. It is based on immersion in a professional environment that fosters collaborative interaction between lecturers and students, encourages initiative, authenticity, and freedom of choice, and promotes the development of individuality and creative potential. Such an environment also facilitates the value-based enrichment of educational content and stimulates students' self-education as well as their personal and professional self-development.

It has been demonstrated that partnership-based and friendly relationships in the interpersonal interaction between students and teachers constitute one of the most important conditions for training future specialists. In this context, personal growth should be viewed as the ability to transition from reliance on others and environmental regulation to self-reliance and self-regulation (F. Perls). The functional-active model of personality development and behaviour should be based on the idea of creating conditions for effective personal self-development by fostering mechanisms of self-learning and self-education (primarily through education).

Since the need for self-development and self-fulfilment is an important characteristic of a mature personality, future professionals should be aware of their

responsibility for planning their life trajectory, including their professional career. Therefore, they should strive to develop a sense of agency based on reflection upon their personal growth and self-transformation. A special role in this process should be played by reflective-personal competence, which we interpret as the ability to solve relevant and important, personally -significant professional tasks aimed at deepening knowledge and fostering an active, creative attitude towards and transformation of one's «self», one's «identity».

Thus, the partner-based educational dialogue within the «teacher – student» system acts for the latter merely as an external driver, directing their efforts towards the search for meaning in their life. At the same time, the activation of the mechanism of reflection facilitates the transfer of this process to the internal plane, rendering it personally meaningful. This, in turn, intensifies the development of various plans for one's life trajectory: personal development, professional formation or career growth, creative self-expression, the development of various abilities, the achievement of harmonious development or spiritual perfection, and so on.

Thus, value-semantic consciousness, with its inherent reflective and identificatory mechanisms, performs a crucial personal-regulatory function in facilitating professional and value-based self-transformation. At the same time, the subject's capacity for reflection plays a key role in reflecting on their own professional development.

The author has developed and theoretically substantiated a conceptual model for this research, according to which the most informative parameters for operationalising the professional development of future doctors and the factors influencing their self-regulation are:

- the degree of reflexivity (indicators of reflective self-awareness) and the activity of one's life stance (manifested in the following types of life stance: active, impulsive, contemplative, passive); the more creative individuals strive to increase their professional and personal activity (indicator – academic achievement); locus of control (an external locus of control is a sign of self-satisfaction, and thus complacency);

- temporal localisation of life-meaning orientations (operationalised in the following sub-scales: life goals, interest and emotional richness of life, life effectiveness or satisfaction with self-actualisation); value- and meaning-based motives;

- level of self-organisation (indicator: student's time budget).

It has been established that the ability for self-regulation is a dynamic personal construct which, throughout an individual's life, takes on various substantive configurations, amongst which psychological characteristics such as the drive for self-development, systematic reflection, and the orientation of individual experience towards the realisation of life projects play a significant role.

An empirical test of the hypotheses was conducted, the results of which allow us to assert that there is a close relationship between indicators of self-regulation development in educational and professional activities and its key components, namely planning, organisation, and implementation. Indicative forms of the strength of this link should be considered to be indicators of a person's attitudes towards themselves, other people, and the activities in which they are engaged.

An analysis of indicators of the overall level of development of the individual system of conscious self-regulation of voluntary activity among the subjects confirmed our hypothesis, according to which those characterised by a high level of development of this phenomenon are distinguished by a high level of independence in goal-setting and decision-making and are characterised by internal motivation; they have a higher level of self-organisation (better indicators of daily time allocation); they are more responsible and goal-oriented.

Conversely, among the participants with low levels of self-regulatory capacity, the picture is largely the opposite: they have not developed the need for conscious planning and organisation of their behaviour, as evidenced by structural imbalances in their daily time allocation, they experience difficulties in defining life and professional priorities, and they are more dependent on the situation and the opinions of those around them.

A programme has been developed and proposed for the formation of professionally important components of a self-regulatory culture, which was primarily focused on the development of reflective skills for self-awareness, awareness of others, and awareness of one's own actions and capabilities. Among the main factors in the development of such an ability, it is worth highlighting: motivational, intellectual (cognitive and metacognitive) and communicative factors.

The motivational component is represented by the subject's aspirations for self-actualisation, the desire to meet societal expectations, a focus on success, and a drive towards self-realisation. To this end, exercises were practised involving the formulation and resolution of meaningful tasks (personally significant tasks).

The intellectual component is characterised by cognitive mental processes, speech and metacognitive processes – (intellectual initiation as the ability to set one's own tasks – Smulson M.L.), reflection and decentration (the ability to view a problem from another person's perspective). In this regard, emphasis was placed on students formulating and solving professionally relevant tasks and reflective tasks, as well as on identification exercises.

Communicative factors in the development of an individual's capacity for self-regulation are linked to various types of competence: general linguistic, dialogical and interactive. The most appropriate in this context were various types of tasks and games, as well as projective, reflective and corrective-therapeutic tasks and conflict-based exercises.

A conceptual analysis of typical categories of professional and personal tasks that determine the specific nature of self-regulation in the professional thinking of future doctors has made it possible to identify their key characteristics, namely: a focus on providing first aid and the specialist's heightened responsibility for their decisions; the ability to rethink a problem and restructure it in terms of the current task; semantic, moral-ethical and conceptual restructuring of the content of professional tasks; time constraints in the search for solutions to tasks and the need for rapid decision-making, openness to alternatives and creative originality, the necessity of applying interdisciplinary knowledge and skills in the problem-solving process, and the flexible

and dynamic application of self-organisation and self-regulation techniques by the specialist.

A distinctive feature of a practising doctor's professional thinking is their ability to correctly pose and formulate questions with the aim of obtaining comprehensive information, which serves as a preliminary and necessary condition for identifying the patient's psychosomatic state and the subsequent diagnosis of their health condition. In other words, one of the most important characteristics of a doctor's professional thinking is the ability to identify and structure the main aspects of the patient's complaints (problems) and their capacity to anticipate a certain range of questions from the patient.

Having such a mental profile will enable the doctor to provide a comprehensive response and, in doing so, not only demonstrate a high level of professional competence, but also instil confidence and faith in the patient regarding their speedy recovery.

The main regulatory and technological components that structure, formalise and, accordingly, guide the processes of a doctor's professional thinking (the patient's complaint, comprehensive analysis of information for diagnosis, determination of the course of treatment, etc.) have been identified. The importance of professional goal-setting, planning, forecasting, programming, self-control and decision-making as basic mechanisms of self-regulation in a psychologist's thinking is substantiated.

Psychotechnologies of sanogenic (positive, health-promoting) thinking play a special role in the development of a regulatory culture; they also contribute to the formation of a positive self-concept and stimulate the individual's awareness of their own emotional and cognitive barriers that hinder their development as a specialist.

The programme placed particular emphasis on:

- 1) methods for assessing the level of development of reflective self-awareness, the contextual content of which allowed for a comparison between the «Real self» and the «Ideal self»;

- 2) projective methods involving unfinished sentences and the method of ranking various situations of interpersonal interaction within the «doctor–patient» system;

3) various group forms of interpersonal interaction aimed at generating and solving tasks of an educational and professional nature by the students under study.

This programme was implemented using techniques from the client-centred approach according to C. Rogers, techniques from the logotherapeutic approach, methods of non-directive play therapy by V. Exline, art therapy techniques, body-oriented therapy tasks, and so on.

The selected set of methods is aimed at developing and improving: self-regulation of personal and professional activities as a prerequisite for the professional development of future doctors; corrective and developmental work aimed at actualising and harmonising all fields of a young person's personality related to constructive changes in their self-perception; interpersonal relationships; the substantive foundations of their philosophy of life; as well as work on the emotional state and motivational factors of the training group participants.

The effectiveness of the developed programme is demonstrated by a statistically significant increase in the overall level of self-regulation and in the key indicators of the professional development of future doctors:

- in their attitude towards time as a value (time allocated to preparing for classes, indicators of academic and professional activity);
- the ability to plan one's life and professional prospects, characteristics of purposefulness, responsibility and independence;
- value- and meaning-based motivations, attitudes towards oneself and others, and an increased appreciation of the value of life.

The empirical data obtained during the study were supported by a range of qualitative judgements and assessments identified through the analysis of self-reports completed by the students immediately after the training session. Among all the responses provided by the students, not a single one was found that gave a negative assessment of the training sessions, and the suggestions that were made were, generally, constructive, friendly and positive.

The students' participation in the training sessions enabled them to realise their potential and strengthen their belief in the rightness of their chosen profession. During

the sessions, the group members learnt to overcome communication barriers and achieve mutual understanding among themselves; they made significant progress in understanding others and in self-awareness (they came to better understand and express their own emotions and feelings, set their goals more clearly, and see their personal meanings and life values more distinctly). Working in the group helped them to re-evaluate and rethink past events and to adopt a responsible attitude towards real-life matters and current challenges, which each student integrated into the formulation of goals related to their future personal and professional development.

The findings also provided a better understanding of medical students: their current needs and professional values, their realistic assessments of their professional capabilities and their ideal vision of their future development, their methods of analysis and thinking, their level of aspiration and self-esteem, and their positive and negative personality characteristics.

This study does not exhaust all aspects of investigating the development of self-regulatory potential in future doctors as a factor in their professional development.

Future research into this issue may involve further cross-cultural studies, with the aim of identifying differences in the development of this phenomenon across different social communities and determining its effective influence on professional development within various professions.

Keywords: self-regulation, self-organization, self-management, professional formation (development, professionogenesis), self-awareness, reflection, reflexivity, reflective and identification mechanisms, value-semantic constructs (motives, motivation), educational and professional activities, higher education, personal and professional characteristics, university students, educational environment.

СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації, зокрема статті у наукових виданнях, включених до переліку наукових фахових видань України:

1. Овчар А.І., Белей М.Д. Рефлексивно-особистісна компетентність як важлива умова професійного самотворення майбутнього фахівця. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2022. № 20 (65). С. 55–63.

DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.20\(65\).06](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.20(65).06)

URL: <https://enpuir.edu.ua/entities/publication/e885ad1b-515b-49cb-b35e-0057c5a8ee01>

2. Овчар А.І. Деякі особливості навчально-професійної мотивації студентів медичних університетів та їх вплив на подальше фахове становлення. *Психологічні студії*. 2024. № 1. С. 121–130.

DOI: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.1.16>

URL: <https://journals.vnu.volyn.ua/index.php/psychology/article/view/1625>

3. Овчар А.І. Саморегуляторна здатність майбутнього лікаря як чинник його професійного становлення. *Габітус*. 2025. № 72. С. 123–130.

DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.72.1.22>

URL: https://habitus.od.ua/journals/2025/72-2025/part_1/24.pdf

4. Овчар А.І. Самоорганізація та самоуправління різними видами активності як умова професійного становлення майбутнього лікаря. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т 36(75), №3. С. 84–90.

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.3/13>

URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3_2025/15.pdf

5. Белей М., Овчар А. Смыслотворення в царині професіогенезу майбутнього лікаря як умова його фахового становлення. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2025. № 56. С. 9–16.

DOI: <https://doi.org/10.32782/2312-8437.56.2025-2.1>

URL: <http://ir.dspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/8139/1/%D0%91%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9%20%D0%9E%D0%B2%D1%87%D0%B0%D1%80.pdf>

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

6. Овчар А. І. Теоретичні підходи до операціоналізації та регуляції смислової сфери особистості. *Матеріали звітної наукової вебконференції викладачів, докторантів, аспірантів університету за 2021 рік Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника* (4–5 квіт. 2022 р., м. Івано-Франківськ): електрон. вид. Івано-Франківськ: Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника, 2022. С. 96–97.

URL: <https://kjourn.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/54/2022/11/%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8-%D0%BF%D0%BD%D1%83-2022-.pdf>

7. Овчар А. І. Саморегуляторна активність та її роль у забезпеченні особистісно-професійних самозмін. *Сучасний стан та тенденції розвитку науки та освіти*: матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Дніпро, 10 лют. 2025 р.) / Міжнар. гуманітар. дослід. центр. Дніпро: Research Europe, 2025. С. 240–244.

URL: <https://researcheurope.org/wp-content/uploads/2025/02/re-10.02.25.pdf>

8. Овчар А. І. Саморегуляція як професійно-важлива властивість особистості майбутнього фахівця. *Український соціум: соціально-гуманітарний аналіз сучасності та прогноз майбутнього*: матеріали XXVIII Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Харків, 28 лют. 2025 р.). Харків: Право, 2025. С. 41–44.

URL: https://pravo-izdat.com.ua/index.php?route=product/product/download&product_id=5533&download_id=1964

9. Beley M., Ovchar A. Self-Regulation as a Condition for Effective Personal and Professional Self-Development. *International Scientific Conference*

«*Science, Technology, and Society under Global Uncertainty*» (Birmingham, United Kingdom, February 5, 2026). Birmingham, 2026. P. 121–124.

URL: <https://researcheurope.org/wp-content/uploads/2026/02/re-05.02.2026.pdf>

10. Овчар А. І. Ціннісно-сміслова свідомість як фактор професійної самореалізації студентів медичних спеціальностей. *Сучасні дослідження в науці, освіті та практиці*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Житомир, 15 лют. 2026 р.) / Міжнар. гуманітар. дослід. центр: Research Europe, 2026. С. 96–98.

URL: <https://researcheurope.org/wp-content/uploads/2026/02/re-15.02.2026.pdf>

11. Белей М., Овчар А. Особливості формування смислових систем у майбутніх медичних спеціалістів. *New Horizons in Scientific Research: Challenges and Solutions*: collection of Scientific Papers with the Proceedings of the 6th International Scientific and Practical Conference (March 9–11, 2026, Marseille, France). Marseille : European Open Science Space, 2026. С. 240–242.

URL: https://www.eoss-conf.com/wp-content/uploads/2026/03/Marseille_France_09.03.26.pdf