https://doi.org/10.34142/23129387.2026.75.03
УДК 159.923
ORCID ID: 0000-0002-4343-6694

КОГНІТИВНІ ЧИННИКИ ОСОБИСТІСНОГО ДИНАМІЗМУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

А. М. Большакова
Доктор психологічних наук, професор, професор кафедри реабілітаційної психології, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, Харків, Україна
E-mail: bolshakova777@ukr.net

Актуальність дослідження: Сучасне освітнє середовище характеризується швидкими змінами, зростанням вимог до самостійності, гнучкості та здатності здобувачів освіти адаптувати власні способи діяльності до нових умов. За таких обставин особливого значення набуває особистісний динамізм, що відображає готовність людини до внутрішніх змін, перегляду усталених способів функціонування та активного включення у процес власного розвитку. Водночас недостатньо дослідженим залишається питання когнітивних передумов особистісного динамізму, які можуть визначати те, наскільки зміна сприймається як можлива, допустима та психологічно прийнятна.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування когнітивних чинників особистісного динамізму здобувачів освіти та концептуалізація їх місця у системі психологічних передумов готовності особистості до розвитку і змін.

Методи дослідження: теоретичний аналіз психологічної літератури, порівняння та узагальнення наукових підходів, систематизація теоретичних положень, концептуальне моделювання.

Результати дослідження: розроблено концептуальну модель когнітивних чинників особистісного динамізму здобувачів освіти, у межах якої виокремлено три взаємопов'язані рівні когнітивної організації. Базові переконання розглянуто як фундаментальний рівень, що задає загальні уявлення про себе, світ, власну спроможність та контрольованість подій. Імпліцитні теорії

визначають уявлення про змінність або фіксованість власних характеристик і тим самим окреслюють суб'єктивно доступний простір розвитку. Ірраціональні установки конкретизують спосіб оцінювання труднощів, помилок, невизначеності та невідповідності очікуваного результату реальному. Обґрунтовано, що особистісний динамізм не є прямим наслідком окремого когнітивного утворення, а його прояв пов'язаний з поєднанням когнітивних чинників, які визначають сприйняття можливості власної зміни, ставлення до процесу розвитку та готовність витримувати труднощі, що супроводжують перегляд звичних способів функціонування.

Висновки: результати теоретичного дослідження дозволяють розглядати особистісний динамізм здобувачів освіти як інтегративну характеристику, когнітивні передумови якої організовані на різних рівнях узагальнення. Базові переконання формують загальну систему координат сприйняття себе та світу, імпліцитні теорії визначають суб'єктивну можливість власного розвитку, а ірраціональні установки впливають на психологічну прийнятність труднощів, помилок та невизначеності у процесі змін. Запропонована модель створює теоретичне підґрунтя для подальшої емпіричної перевірки взаємозв'язків між зазначеними когнітивними чинниками та особистісним динамізмом здобувачів освіти.

***Ключові слова**: особистісний динамізм, здобувачі освіти, базові переконання, імпліцитні теорії, ірраціональні установки, когнітивні чинники, особистісні зміни.*

Cognitive factors of personal dynamism in students

Anastasiia M. Bolshakova
Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Rehabilitation Psychology, Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda, Kharkiv, Ukraine
E-mail: bolshakova777@ukr.net

Relevance of the study: The contemporary educational environment is characterized by rapid change and increasing demands for students' autonomy, flexibility, and ability to adapt their ways of acting to new conditions. Under these circumstances, personal dynamism becomes particularly important as a characteristic reflecting an individual's

readiness for internal change, revision of established modes of functioning, and active engagement in personal development. At the same time, the cognitive prerequisites of personal dynamism remain insufficiently explored, particularly those that may determine whether change is perceived as possible, acceptable, and psychologically manageable.

Aim of the study: to provide a theoretical substantiation of the cognitive factors of personal dynamism in students and to conceptualize their place within the system of psychological prerequisites for readiness for development and change.

Research methods: theoretical analysis of psychological literature, comparison and generalization of scientific approaches, systematization of theoretical propositions, and conceptual modeling.

Results of the study: A conceptual model of the cognitive factors of personal dynamism in students was developed, comprising three interrelated levels of cognitive organization. Core beliefs were considered as the fundamental level that shapes general representations of the self, the world, personal capability, and the controllability of events. Implicit theories determine whether one's own characteristics are perceived as changeable or fixed and thus delineate the subjectively accessible space for development. Irrational beliefs specify how difficulties, mistakes, uncertainty, and discrepancies between expected and actual outcomes are evaluated. It was substantiated that personal dynamism is not a direct consequence of any single cognitive construct; rather, its manifestation is associated with the combined influence of cognitive factors that shape the perceived possibility of self-change, attitudes toward the developmental process, and readiness to tolerate the difficulties accompanying the revision of habitual modes of functioning.

Conclusions: The results of the theoretical study allow personal dynamism in students to be considered an integrative characteristic whose cognitive prerequisites are organized at different levels of generalization. Core beliefs form a general system of coordinates for perceiving the self and the world, implicit theories determine the subjective possibility of personal development, and irrational beliefs influence the psychological acceptability of difficulties, mistakes, and uncertainty in the process of change. The proposed model provides a theoretical basis for further empirical examination of the relationships between these cognitive factors and personal dynamism in students.

***Keywords**: personal dynamism, students, core beliefs, implicit theories, irrational beliefs, cognitive factors, personal change.*

Вступ. Сучасне освітнє середовище характеризується високою динамічністю, зростанням інформаційного навантаження, швидким оновленням вимог до професійної підготовки та необхідністю постійного освоєння нових способів діяльності. За таких умов успішність здобувача освіти дедалі більше залежить не лише від набутих знань і сформованих умінь, а від здатності змінювати власні стратегії, переглядати усталені способи дії, адаптуватися до нових вимог та використовувати освітній досвід як ресурс подальшого розвитку. Це актуалізує дослідження психологічних характеристик, які забезпечують готовність особистості до внутрішніх змін та активного перетворення власної діяльності.

Особливого значення в цьому контексті набуває особистісний динамізм, що відображає спрямованість особистості на зміни, розвиток та оновлення способів взаємодії із середовищем. На відміну від ситуативного пристосування до зовнішніх вимог, особистісний динамізм передбачає активну позицію щодо власного розвитку, готовність переглядати попередній досвід, змінювати неефективні способи дії та опановувати нові можливості. Для здобувачів освіти така характеристика набуває особливої ваги, оскільки навчання за своєю природою передбачає постійне розширення компетентностей, зіткнення з новими завданнями, необхідність долати труднощі та коригувати власні уявлення про свої можливості.

Водночас готовність до особистісних змін не може розглядатися лише як реакція на вимоги освітнього середовища. Те, наскільки людина готова змінюватися, значною мірою пов’язано зі способом інтерпретації нею власного досвіду, труднощів, помилок та перспектив розвитку. Одна й та сама ситуація може сприйматися як можливість для набуття нового досвіду або як загроза усталеному уявленню про себе. Відповідно, психологічна готовність до змін може підтримуватися або, навпаки, обмежуватися когнітивними уявленнями особистості про себе, навколишній світ, власні здібності та вимоги до результатів діяльності.

У зв'язку з цим перспективним є розгляд особистісного динамізму здобувачів освіти у системі його когнітивних чинників. Аналіз їх співвідношення з особистісним динамізмом створює підґрунтя для більш цілісного розуміння психологічних передумов готовності здобувачів освіти до розвитку та змін.

У сучасній українській психології поняття особистісного динамізму лише починає набувати самостійного дослідницького статусу. С. Л. Бабич та О. О. Зайцева розглядають особистісний динамізм як психологічний ресурс, що виявляється у здатності людини адаптуватися до нових обставин, активно шукати шляхи саморозвитку та реагувати на виклики. Автори пов'язують його з готовністю долати труднощі, використовувати внутрішні ресурси та підтримувати ефективність діяльності в умовах змін. Отримані ними емпіричні дані показали взаємозв'язки особистісного динамізму з упевненістю, оптимізмом, самотрансценденцією, прагненням до різноманітності та іншими психологічними ресурсами, що дозволяє розглядати цей феномен у контексті активної взаємодії особистості зі змінами (Бабич & Зайцева, 2025).

Близьким за змістом напрямом українських досліджень є вивчення особистісної готовності до змін. Н. А. Назаренко розглядає її як характеристику, пов'язану зі здатністю студентів приймати мінливість життєвих обставин, зберігати власну життєву позицію та діяти в ситуаціях, що потребують перебудови звичних способів поведінки. Результати дослідження студентської молоді засвідчили неоднорідність такої готовності та дали підстави авторці підкреслити значення цілеспрямованого розвитку здатності молодої людини конструктивно взаємодіяти зі змінами. Це зближує особистісну готовність до змін з проблематикою динамізму, хоча перше поняття більшою мірою характеризує готовність приймати та витримувати зміни, тоді як особистісний динамізм передбачає також активну спрямованість на власне перетворення (Назаренко, 2020).

В англомовній психології прямий аналог поняття «особистісний динамізм» не набув такого самого

термінологічного закріплення, однак близький зміст представлений у концепції *personal growth initiative*. C. Robitschek визначає ініціативу особистісного зростання як активне та цілеспрямоване залучення людини до процесу власного розвитку, підкреслюючи саме усвідомлений та інтенційний характер змін (Robitschek, 1998). Подальша концептуалізація цього феномена дозволила C. Robitschek та співавторам виокремити чотири взаємопов'язані складові: готовність до змін, планування, використання ресурсів та цілеспрямовану поведінку. Таким чином, особистісне зростання розглядається не як спонтанний наслідок життєвого досвіду, а як процес, у якому людина усвідомлює необхідність змін, визначає способи їх здійснення та реалізує відповідні дії (Robitschek et al., 2012).

Інший близький напрям пов'язаний із дослідженням саморегульованих та довільних змін особистості. M. Hennecke, W. Bleidorn, J. J. A. Denissen та D. Wood запропонували модель саморегульованого розвитку особистості, відповідно до якої для цілеспрямованої особистісної зміни необхідними є бажання змінити певні способи поведінки, сприйняття бажаної зміни як можливої, здатність реалізовувати відповідні дії та їх поступове закріплення. У цьому підході особистість постає не лише об'єктом вікових або середовищних змін, а активним учасником власного розвитку (Hennecke et al., 2014). Емпіричне підтвердження можливості довільних особистісних змін отримано N. W. Hudson та R. C. Fraley: у їхніх лонгітюдних дослідженнях поставлені людиною цілі щодо зміни власних рис були пов'язані з подальшими змінами у самооцінюванні відповідних характеристик та повсякденній поведінці. Водночас сам намір змінитися не гарантує досягнення бажаного результату, що підкреслює значення психологічних умов реалізації особистісної зміни (Hudson & Fraley, 2015).

Особливу увагу ініціатива особистісного зростання отримала у дослідженнях здобувачів вищої освіти. I. K. Weigold та співавтори розглядають період навчання у закладі вищої освіти як простір не лише професійної підготовки, а й

цілеспрямованого особистісного розвитку. На вибірках студентів вони встановили зв'язки ініціативи особистісного зростання із задоволенням базових психологічних потреб, психологічним благополуччям та професійною визначеністю, підкреслюючи значення активного використання освітнього середовища як можливості для розвитку (Weigold et al., 2021). У дослідженні B. R. Stith та X. Jiang ініціатива особистісного зростання також розглядалася як позитивний психологічний ресурс студентської молоді: за вищого її рівня негативний зв'язок практичних стресорів із задоволеністю життям був менш вираженим (Stith & Jiang, 2025).

Накопичення досліджень цього напряму дозволило перейти до систематичного узагальнення результатів. У метааналізі Z. Jiao, Y. Chen та C. Lyu, що охопив 33 дослідження і 14 740 здобувачів вищої освіти, було показано, що ініціатива особистісного зростання пов'язана з широким колом психологічних характеристик студентів. Автори встановили статистично значущі позитивні зв'язки, зокрема, із самоефективністю, самооцінкою та показниками позитивного функціонування, а негативні – з низкою проявів психологічного неблагополуччя. Водночас значна кількість виявлених взаємозв'язків та неоднорідність результатів окремих досліджень свідчать про складність психологічної організації готовності людини до цілеспрямованого саморозвитку (Jiao et al., 2024).

Отже, у сучасних українських та англомовних дослідженнях проблематика особистісних змін представлена через поняття особистісного динамізму, готовності до змін, ініціативи особистісного зростання, саморегульованого розвитку та довільної зміни особистості. Спільним для цих підходів є акцент на активній позиції людини щодо власного розвитку, усвідомленні можливості змін, готовності переглядати усталені способи функціонування та переходити від наміру до відповідної активності. Разом з тим саме особистісний динамізм здобувачів освіти та психологічні передумови його вираженості залишаються недостатньо дослідженими, що зумовлює

необхідність подальшого теоретичного аналізу чинників, пов'язаних із готовністю особистості до розвитку та змін.

Особливої уваги в цьому контексті потребує когнітивна сфера особистості, оскільки саме через систему уявлень, оцінок та інтерпретацій людина визначає можливість власних змін, ставлення до труднощів та межі допустимого особистісного перетворення.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування когнітивних чинників особистісного динамізму здобувачів освіти та концептуалізація їх місця у системі психологічних передумов готовності особистості до розвитку і змін.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано комплекс теоретичних методів, спрямованих на узагальнення наукових уявлень про особистісний динамізм та виявлення психологічних характеристик, пов'язаних із готовністю особистості до розвитку і змін. Аналіз наукових джерел застосовано для уточнення змісту поняття особистісного динамізму, його співвідношення з близькими за змістом феноменами та визначення основних підходів до пояснення особистісних змін.

Методи порівняння, узагальнення та систематизації використано для зіставлення різних теоретичних підходів і виокремлення когнітивних характеристик, потенційно пов'язаних із проявами особистісного динамізму. Концептуальне моделювання застосовано для впорядкування встановлених теоретичних зв'язків та побудови цілісного уявлення про місце когнітивних чинників у психологічній організації готовності здобувачів освіти до особистісних змін.

Результати проведеного теоретичного дослідження дозволили розробити концептуальну модель когнітивних чинників особистісного динамізму здобувачів освіти. Вихідним положенням запропонованої моделі є розуміння особистісного динамізму як характеристики, реалізація якої передбачає не лише наявність зовнішніх умов для розвитку, а і внутрішню готовність особистості допускати можливість власної зміни та включатися у її здійснення. У цьому контексті принципово

важливим є розмежування об'єктивної мінливості життєвих або освітніх умов і суб'єктивної готовності людини змінювати усталені способи мислення та дії. Сам факт появи нових вимог не забезпечує особистісної трансформації: одна людина використовує нову ситуацію для перегляду попередніх способів функціонування, тоді як інша прагне зберігати звичні стратегії навіть за їх недостатньої ефективності.

Така позиція узгоджується з дослідженнями саморегульованих особистісних змін, у яких можливість цілеспрямованого розвитку пов'язується не лише з бажанням змінитися, а і зі сприйняттям бажаної зміни як здійсненної та здатністю підтримувати відповідну поведінку впродовж часу (Hennecke et al., 2014). Отже, між появою потреби у зміні та її фактичною реалізацією існує психологічний простір, у якому людина оцінює саму можливість змін, власні ресурси, допустимість помилок та очікувані наслідки нових способів дії. Саме цей простір є особливо значущим для пояснення індивідуальних відмінностей особистісного динамізму.

У запропонованій моделі особистісний динамізм розглядається як характеристика, що виявляється на межі потенційної можливості змінюватися та суб'єктивної готовності скористатися цією можливістю. Людина може об'єктивно володіти достатніми здібностями, ресурсами та сприятливими зовнішніми умовами, однак не переходити до зміни, якщо вона сприймається як недоцільна, надто ризикована, недоступна або така, що загрожує усталеному уявленню про себе. І навпаки, визнання можливості розвитку може підтримувати пошук нових способів дії навіть тоді, коли попередній досвід не забезпечує готового рішення. Близькою до такого розуміння є концепція ініціативи особистісного зростання, у якій поряд із поведінковою активністю виокремлюється готовність до змін як окрема складова цілеспрямованого саморозвитку (Robitschek et al., 2012).

Для здобувачів освіти це співвідношення набуває особливого значення, оскільки навчання постійно створює ситуації, в яких попередній спосіб дії виявляється недостатнім.

Освоєння складнішого матеріалу, зміна вимог, необхідність самостійного прийняття рішень, отримання критичного зворотного зв'язку або зіткнення з невдачею ставлять особистість перед необхідністю не просто виконати нове завдання, а певною мірою змінити власний спосіб взаємодії з ним. Особистісний динамізм у такому випадку проявляється у готовності не фіксуватися на вже сформованому способі функціонування, а допускати його перегляд відповідно до нових завдань розвитку.

Наведені положення дозволяють обґрунтувати припущення, що особистісний динамізм залежить не лише від інтенсивності прагнення до розвитку, а і від того, як сама можливість зміни представлена у когнітивній системі особистості. Перед тим як змінити спосіб дії, людина певним чином інтерпретує себе, власні можливості, характер труднощів, допустимість помилки та наслідки відмови від звичного способу функціонування. Тому пошук психологічних передумов особистісного динамізму закономірно переводить аналіз у площину когнітивних утворень, які визначають спосіб осмислення себе та власного розвитку.

Перший рівень когнітивної організації особистісного динамізму у запропонованій моделі представлений базовими переконаннями. Їх доцільно розглядати не як безпосередні спонукання до зміни, а як найбільш загальну систему уявлень, у межах якої людина оцінює себе, навколишній світ та характер взаємодії з ним. Подібні припущення утворюють відносно стійку основу інтерпретації досвіду і впливають на те, наскільки події сприймаються як зрозумілі, передбачувані та доступні особистому впливу. У концепції R. Janoff-Bulman ця система охоплює уявлення про доброзичливість світу, осмисленість подій та цінність власного Я, а також більш конкретні переконання щодо справедливості, контрольованості, випадковості подій, власної цінності та самоконтролю (Janoff-Bulman, 1992).

У контексті особистісного динамізму значення базових переконань полягає насамперед у тому, що вони визначають

загальний когнітивний фон, на якому відбувається зустріч особистості з необхідністю змін. Якщо світ сприймається як відносно зрозумілий і такий, у якому власні дії можуть мати значення, нова ситуація залишає простір для пошуку способів впливу на неї. Переконання у власній цінності та здатності контролювати хоча б частину значущих подій, своєю чергою, підтримує можливість розглядати труднощі без автоматичного висновку про власну неспроможність. Водночас уявлення про переважну некерованість подій, їх випадковість або недостатність власних можливостей можуть звужувати суб'єктивний простір змін ще до вибору конкретної стратегії поведінки. Загальні світоглядні припущення справді здатні впливати на когнітивну оцінку ситуацій, мотивацію та поведінку, хоча характер цього впливу визначається їх поєднанням з іншими психологічними характеристиками (Koltko-Rivera, 2004).

Саме тому в запропонованій моделі базові переконання займають найбільш загальний, фундаментальний рівень. Вони не визначають, як саме людина буде змінюватися, але задають вихідні координати, у межах яких зміна може сприйматися як можлива або малоймовірна, керована або непідконтрольна, така, що відкриває нові можливості, або така, що створює загрозу звичній системі уявлень про себе. Для здобувача освіти це може мати значення в ситуаціях, коли необхідно відмовитися від звичного способу виконання завдань, визнати недостатність попередньої стратегії, освоїти складніший рівень діяльності або переглянути уявлення про власні можливості. За таких обставин готовність до зміни залежить не тільки від об'єктивної складності завдання, а і від того, у яку ширшу систему уявлень про себе та світ воно включається.

Важливо, що базові переконання не є абсолютно незмінною основою особистості. Дослідження когнітивних змін після значущих життєвих подій показують, що досвід, який не узгоджується з наявною картиною світу, може актуалізувати необхідність перегляду фундаментальних уявлень і їх подальшої перебудови (Cann et al., 2010). У межах нашої моделі це

положення має особливе значення: базові переконання можуть не лише створювати передумови для прийняття або обмеження змін, а і самі ставати об'єктом переосмислення в процесі особистісного розвитку. Це дозволяє припустити, що зв'язок базових переконань з особистісним динамізмом може мати двобічний характер: сформована система уявлень може визначати межі суб'єктивно можливого перетворення, тоді як новий досвід за певних умов здатний змінювати саму систему цих уявлень.

Таким чином, базові переконання виконують у моделі функцію загальної когнітивної основи особистісного динамізму. Вони визначають не конкретну спрямованість змін, а фундаментальні параметри їх суб'єктивного сприйняття – можливість впливу на події, ставлення до невизначеності результату, оцінку власної спроможності та загальну припустимість перегляду усталеного способу функціонування. Наступний рівень моделі має бути пов'язаний уже не із загальною картиною себе та світу, а з більш специфічним питанням – наскільки сама особистість і її характеристики сприймаються як здатні до розвитку та зміни.

Другий рівень когнітивної організації особистісного динамізму у запропонованій моделі представлений імпліцитними теоріями. Якщо базові переконання задають загальну систему уявлень про себе, світ та можливість впливати на події, то імпліцитні теорії конкретизують ставлення особистості до змінності власних психологічних характеристик. Вони визначають, чи сприймаються здібності та інші особистісні властивості як відносно фіксовані, чи як такі, що можуть розвиватися внаслідок досвіду, навчання та цілеспрямованих зусиль. У соціально-когнітивній моделі C. S. Dweck та E. L. Leggett показано, що подібні уявлення пов'язані з вибором цілей, інтерпретацією труднощів та способами реагування на невдачу (Dweck & Leggett, 1988).

Для пояснення особистісного динамізму принциповим є не саме розмежування фіксованої та інкрементальної позицій, а той психологічний наслідок, який має визнання або заперечення

можливості власної зміни. Особистісне перетворення потребує попереднього припущення, що наявний спосіб функціонування не є остаточним і може бути змінений. Якщо певна характеристика сприймається як незмінна, труднощі, пов'язані з нею, можуть набувати значення межі власних можливостей. Якщо ж вона розглядається як потенційно змінювана, та сама складність залишає простір для пошуку іншої стратегії, набуття нового досвіду та подальшого розвитку. Отже, імпліцитні теорії у запропонованій моделі визначають не загальну безпечність або керованість світу, а суб'єктивно допустимий діапазон змін самої особистості.

Це положення узгоджується з результатами метааналітичного дослідження J. L. Burnette та співавторів, у якому імпліцитні теорії розглядалися у зв'язку із процесами саморегуляції, зокрема постановкою цілей, реалізацією спрямованої на них поведінки та оцінюванням результатів. Узагальнені дані засвідчили, що уявлення про змінність особистісних характеристик пов'язані з особливостями саморегуляції у різних сферах досягнень, значна частина яких стосувалася саме освітнього контексту (Burnette et al., 2013). Для запропонованої моделі це важливо тому, що особистісний динамізм передбачає не декларативне прийняття ідеї розвитку, а готовність перебудовувати власну активність тоді, коли звичний спосіб дії перестає відповідати актуальним вимогам.

У здобувачів освіти значення імпліцитних теорій особливо виразно проявляється у ситуаціях, які ставлять під сумнів уже сформоване уявлення про власні можливості. Нове складне завдання, помилка, нижчий за очікуваний результат або необхідність освоїти незвичний спосіб роботи можуть інтерпретуватися принципово по-різному. За фіксованого уявлення вони легше набувають значення свідчення межі наявних можливостей; за орієнтації на розвиток вони можуть бути включені у процес подальшого навчання та корекції способу дії. D. S. Yeager та C. S. Dweck пов'язують переконання у можливості розвитку особистісних характеристик із більш конструктивним реагуванням здобувачів освіти на труднощі та

несприятливий досвід (Yeager & Dweck, 2012).

У межах авторської моделі імпліцитні теорії, таким чином, займають проміжне положення між фундаментальними базовими переконаннями та більш конкретними правилами оцінювання себе і власної діяльності. Базові переконання створюють загальну когнітивну основу сприйняття себе та світу, тоді як імпліцитні теорії безпосередніше визначають, чи допускає людина можливість зміни власних якостей і способів функціонування. Саме ця функція робить їх значущим когнітивним чинником особистісного динамізму: готовність змінюватися суттєво обмежується, якщо сама можливість розвитку суб'єктивно заперечується або оцінюється як мінімальна.

Водночас визнання можливості розвитку ще не означає готовності реалізовувати зміни. Навіть за переконання у змінності власних характеристик людина може уникати нового досвіду, якщо помилки сприймаються як неприпустимі, труднощі – як нестерпні, а невідповідність високим вимогам – як свідчення особистісної неспроможності. Тому наступний рівень запропонованої моделі пов'язаний із більш конкретними когнітивно-оцінними утвореннями, які визначають характер ставлення особистості до вимог, невдач та труднощів у процесі змін.

Третій рівень когнітивної організації особистісного динамізму у запропонованій моделі представлений ірраціональними установками. Якщо базові переконання задають найбільш загальні координати сприйняття себе та світу, а імпліцитні теорії визначають уявлення про принципову можливість власного розвитку, то ірраціональні установки конкретизують спосіб оцінювання труднощів, помилок, невизначеності та невідповідності бажаного результату реальному. У цьому сенсі вони визначають не стільки те, чи вважає людина зміну можливою, скільки те, наскільки психологічно допустимим для неї є сам процес зміни з неминучими пробами, невдачами та тимчасовою невизначеністю результату.

У межах раціонально-емотивно-поведінкового підходу до основних форм ірраціональних переконань відносять категоричні вимоги, катастрофізацію, низьку толерантність до фрустрації та глобальне оцінювання себе або інших. Спільною характеристикою цих когнітивних утворень є їх жорсткість: бажаний результат набуває статусу безумовної необхідності, несприятлива подія перебільшується за своїм значенням, труднощі оцінюються як нестерпні, а окрема невдача може переноситися на оцінку особистості загалом (David et al., 2010). Саме така жорсткість має принципове значення для запропонованої моделі, оскільки особистісні зміни за своєю природою передбачають вихід за межі вже освоєних способів дії та неможливість повного контролю за проміжним результатом.

Категоричні вимоги можуть обмежувати особистісний динамізм через звуження діапазону прийнятних результатів. Якщо новий спосіб дії має відразу бути успішним, а помилка розглядається як неприпустима, можливість експериментування істотно скорочується. У такій ситуації збереження вже відомої стратегії може суб'єктивно виявлятися безпечнішим, ніж її перегляд, навіть коли вона перестає бути достатньо ефективною. Для здобувача освіти це може проявлятися у прагненні використовувати звичний спосіб виконання завдань, уникати ситуацій, у яких немає гарантованого успіху, або відмовлятися від нової стратегії після перших труднощів.

Інший обмежувальний механізм пов'язаний із катастрофізацією та глобальним оцінюванням себе. Особистісна зміна потребує можливості відокремлювати результат конкретної спроби від загальної оцінки власної спроможності. Якщо невдача інтерпретується як надмірно негативна подія або як доказ особистісної неспроможності, ціна експериментування з новими способами дії істотно зростає. Відповідно, відмова від зміни може виконувати функцію збереження усталеного уявлення про себе та уникнення ситуацій, у яких це уявлення може бути поставлене під сумнів.

Особливе значення для особистісного динамізму має низька толерантність до фрустрації. Перехід від звичного

способу функціонування до нового майже неминуче супроводжується періодом, коли діяльність потребує більше зусиль, а результат залишається нестабільним. Переконання у неможливості або неприпустимості витримувати такий дискомфорт може сприяти передчасному припиненню спроб змінитися. Отже, суб'єктивна нестерпність труднощів здатна обмежувати динамізм навіть за умови, що людина загалом визнає можливість власного розвитку.

Емпіричні узагальнення підтверджують, що ірраціональні переконання систематично пов'язані з несприятливими емоційними станами. Метааналіз A. Vîslă та співавторів, що охопив 100 незалежних вибірок, показав помірний позитивний зв'язок ірраціональних переконань із психологічним дистресом, зокрема тривогою, депресивними переживаннями, гнівом та почуттям провини (Vîslă et al., 2016). Для нашої моделі ці результати важливі не як пряме підтвердження зв'язку ірраціональних установок з особистісним динамізмом, а як свідчення того, що жорсткі способи когнітивного оцінювання можуть підвищувати психологічну вартість ситуацій, у яких результат не відповідає очікуванням.

Таким чином, у запропонованій моделі ірраціональні установки виконують функцію когнітивних обмежень реалізації змін. Базові переконання визначають загальний простір взаємодії особистості зі світом, імпліцитні теорії окреслюють суб'єктивну можливість власного розвитку, тоді як ірраціональні установки визначають, наскільки людина здатна проходити сам процес зміни без вимоги гарантованого успіху, без катастрофізації тимчасових невдач та без перенесення окремого результату на глобальну оцінку себе. Відповідно, більша когнітивна гнучкість у ставленні до вимог, труднощів і помилок може створювати сприятливіші умови для реалізації особистісного динамізму, тоді як жорсткість таких оцінок здатна його обмежувати.

Узагальнення результатів теоретичного аналізу дозволило об'єднати розглянуті когнітивні утворення у багаторівневу модель чинників особистісного динамізму здобувачів освіти. Її

структура ґрунтується на припущенні, що готовність особистості до змін формується не під впливом окремого переконання або установки, а в межах цілісної системи когнітивної організації досвіду. Різні елементи цієї системи виконують неоднакові функції: базові переконання визначають загальне бачення себе та світу, імпліцитні теорії конкретизують уявлення про можливість власного розвитку, а ірраціональні установки задають характер оцінювання труднощів, помилок та невизначених результатів у процесі змін.

Базові переконання займають у моделі найбільш загальний рівень. Вони створюють своєрідне когнітивне тло, у межах якого людина оцінює можливість впливати на події, власну цінність, передбачуваність середовища та осмисленість того, що відбувається (Janoff-Bulman, 1992; Koltko-Rivera, 2004). Їх значення для особистісного динамізму полягає не у безпосередньому спонуканні до розвитку, а у визначенні того, наскільки зміна взагалі може бути включена у суб'єктивно прийнятну картину світу. Якщо людина сприймає себе як спроможну впливати на значущі події та зберігає достатньо цілісне уявлення про власну цінність, поява нових вимог не обов'язково ставить під загрозу її загальне ставлення до себе. За протилежного когнітивного фону необхідність змін легше набуває значення втрати контролю або підтвердження власної неспроможності.

На цьому фундаменті функціонують імпліцитні теорії, що безпосередніше стосуються уявлень про змінність особистісних характеристик. Саме на цьому рівні загальне відчуття можливості впливати на власне життя конкретизується у відповіді на питання, чи можуть здібності, якості та способи функціонування розвиватися внаслідок досвіду та зусиль. Інкрементальні уявлення залишають відкритим простір для корекції поведінки, пошуку нових стратегій та переосмислення попередніх результатів, тоді як фіксовані уявлення можуть звужувати цей простір через сприйняття актуального рівня можливостей як відносно незмінного (Dweck & Leggett, 1988; Burnette et al., 2013). У контексті особистісного динамізму ця

відмінність набуває особливого значення, оскільки сама готовність до зміни передбачає суб'єктивне припущення, що зміна можлива.

Проте визнання принципової можливості розвитку не гарантує фактичної готовності проходити через складності, пов'язані з ним. Саме на цьому рівні до моделі включаються ірраціональні установки. Категоричні вимоги, катастрофізація невдач, низька толерантність до фрустрації та глобальне оцінювання себе можуть істотно підвищувати психологічну вартість змін (David et al., 2010; Vîslă et al., 2016). Людина може вважати, що її здібності здатні розвиватися, але водночас бути переконаною, що вона не має права помилятися, повинна швидко отримувати позитивний результат або не зможе витримати тривалий період невизначеності. За таких умов можливість розвитку когнітивно визнається, однак сам процес його реалізації стає недостатньо прийнятним.

Таким чином, три рівні моделі не дублюють один одного, а послідовно конкретизують різні аспекти ставлення особистості до змін. Базові переконання відповідають за найбільш загальне відчуття того, якими є світ і власне Я у взаємодії з ним. Імпліцитні теорії визначають, чи допускається можливість трансформації власних характеристик. Ірраціональні установки задають вимоги до того, як саме має відбуватися ця трансформація, наскільки допустимими є помилки, труднощі, невизначеність та тимчасова невідповідність очікуваному результату. Саме така функціональна відмінність дозволяє розглядати їх не як набір окремих предикторів, а як взаємопов'язані рівні когнітивної організації особистісного динамізму.

У запропонованій моделі особистісний динамізм не є прямим наслідком будь-якого з цих когнітивних утворень. Його доцільно розглядати як інтегративну характеристику, прояв якої стає більш або менш імовірним залежно від поєднання різних когнітивних передумов. Сприятливими для особистісних змін можуть бути достатнє відчуття власної спроможності та керованості подій, визнання можливості розвитку власних

характеристик і відносно гнучке ставлення до труднощів та помилок. За такого поєднання нова ситуація не обов'язково сприймається як загроза стабільності Я, а може включатися у процес подальшого розвитку.

Натомість обмежене відчуття контролю, фіксовані уявлення про власні характеристики та жорсткі вимоги до процесу і результату діяльності можуть ускладнювати готовність до особистісних змін. У такому випадку зміна одночасно сприймається як малодоступна та психологічно ризикована: людина сумнівається у можливості суттєво вплинути на власний спосіб функціонування, а помилки у спробах змінитися можуть додатково підтверджувати попередні негативні оцінки. Саме поєднання різних проявів когнітивної ригідності, а не наявність одного окремого переконання, потенційно може найбільшою мірою обмежувати особистісний динамізм.

Для здобувачів освіти така модель дозволяє пояснити, чому однакові освітні вимоги можуть супроводжуватися різною готовністю до перебудови власної діяльності. Необхідність освоїти новий формат роботи, переглянути спосіб підготовки, прийняти критичний зворотний зв'язок або змінити уявлення про власні професійні можливості проходить через уже сформовану когнітивну систему особистості. Відповідно, значення має не лише складність зовнішнього завдання, а те, як воно співвідноситься із загальними уявленнями про себе та світ, переконаннями щодо можливості власного розвитку та вимогами до себе у процесі цього розвитку.

Отже, розроблена модель представляє особистісний динамізм здобувачів освіти як феномен, когнітивні передумови якого організовані на різних рівнях узагальнення. Базові переконання формують фундаментальну систему координат, імпліцитні теорії визначають суб'єктивно доступну можливість власної зміни, а ірраціональні установки можуть полегшувати або ускладнювати реалізацію цієї можливості через характер оцінювання труднощів, помилок та невизначеності. Така багаторівнева організація дозволяє розглядати особистісний

динамізм не лише як загальну схильність до розвитку, а як психологічну характеристику, реалізація якої пов'язана зі способом когнітивного осмислення самої можливості, процесу та меж особистісних змін.

Висновки

Особистісний динамізм здобувачів освіти доцільно розглядати як психологічну характеристику, що відображає готовність особистості допускати можливість власних змін, переглядати усталені способи функціонування та включатися у реалізацію нових стратегій відповідно до актуальних завдань розвитку.

У межах моделі когнітивних чинників особистісного динамізму виокремлено три взаємопов'язані рівні когнітивної організації: базові переконання, імпліцитні теорії та ірраціональні установки. Їх розмежування ґрунтується на різній функції у ставленні особистості до змін: від найбільш загальних уявлень про себе і світ до конкретних способів оцінювання труднощів, помилок та невизначеності у процесі розвитку.

Базові переконання утворюють фундаментальний рівень моделі, визначаючи загальне сприйняття власної спроможності, контрольованості подій і характеру взаємодії зі світом. Імпліцитні теорії конкретизують уявлення про змінність або фіксованість власних характеристик і тим самим окреслюють суб'єктивно доступний простір розвитку. Ірраціональні установки визначають психологічну допустимість самого процесу змін, зокрема ставлення до помилок, фрустрації, тимчасової неуспішності та невизначеного результату.

Когнітивні передумови особистісного динамізму розглядаються не як сукупність окремих характеристик, а як багаторівнева система, у якій кожен рівень виконує специфічну функцію. Особистісний динамізм при цьому не трактується як прямий наслідок окремого переконання або установки. Його прояв пов'язується з поєднанням когнітивних чинників, що визначають сприйняття можливості власної зміни, ставлення до процесу розвитку та готовність витримувати труднощі, які супроводжують перегляд звичних способів функціонування.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою запропонованої моделі на вибірках здобувачів освіти.

Література:

Бабич, С. Л., & Зайцева, О. О. (2025). Особистісний динамізм як психологічний ресурс фахівця. *Габітус, 69*(2), 73–77. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.69.2.14

Назаренко, Н. А. (2020). Особистісна готовність до змін студентів як потенціал для вибору власної життєвої позиції. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки», 4*, 63–70. https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-4-9

Burnette, J. L., O'Boyle, E. H., VanEpps, E. M., Pollack, J. M., & Finkel, E. J. (2013). Mind-sets matter: A meta-analytic review of implicit theories and self-regulation. *Psychological Bulletin, 139*(3), 655–701. https://doi.org/10.1037/a0029531

Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Vishnevsky, T., & Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: A brief measure of disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress, & Coping, 23*(1), 19–34. https://doi.org/10.1080/10615800802573013

David, D., Lynn, S. J., & Ellis, A. (Eds.). (2010). *Rational and irrational beliefs: Research, theory, and clinical practice*. Oxford University Press.

Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review, 95*(2), 256–273. https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256

Hennecke, M., Bleidorn, W., Denissen, J. J. A., & Wood, D. (2014). A three-part framework for self-regulated personality development across adulthood. *European Journal of Personality, 28*(3), 289–299. https://doi.org/10.1002/per.1945

Hudson, N. W., & Fraley, R. C. (2015). Volitional personality trait change: Can people choose to change their personality traits? *Journal of Personality and Social Psychology, 109*(3), 490–507. https://doi.org/10.1037/pspp0000021

Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. Free Press.

Jiao, Z., Chen, Y., & Lyu, C. (2024). Factors correlated with personal growth initiative among college students: A meta-analysis. *Heliyon, 10*(7), e28518. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28518

Koltko-Rivera, M. E. (2004). The psychology of worldviews. *Review of General Psychology, 8*(1), 3–58. https://doi.org/10.1037/1089-2680.8.1.3

Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: The construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 30*(4), 183–198. https://doi.org/10.1080/07481756.1998.12068941

Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale–II. *Journal of Counseling Psychology*, *59*(2), 274–287. https://doi.org/10.1037/a0027310

Stith, B. R., & Jiang, X. (2025). Personal growth initiative as a protective factor between the relation of practical stress and life satisfaction. *Journal of American College Health*, *73*(5), 2258–2266. https://doi.org/10.1080/07448481.2023.2277196

Vîslă, A., Flückiger, C., grosse Holtforth, M., & David, D. (2016). Irrational beliefs and psychological distress: A meta-analysis. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *85*(1), 8–15. https://doi.org/10.1159/000441231

Weigold, I. K., Weigold, A., Ling, S., & Jang, M. (2021). College as a growth opportunity: Assessing personal growth initiative and self-determination theory. *Journal of Happiness Studies*, *22*(5), 2143–2163. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00312-x

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, *47*(4), 302–314. https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805

Отримано: 04 09 2026 року
Прорецензовано: 20 09 2026 року
Прийнято до друку: 30 09 2026 року