

УДК 378.091.33:159.9]:159.9.072+316.477
DOI <https://doi.org/10.26661/2786-7471/2025-2-14>

ПРОФЕСІЙНІ ІНТЕРЕСИ ТА ПРОЦВІТАННЯ: ЯК RIASEC-ПРОФІЛЬ ПЕРЕДБАЧАЄ PERMA-БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Чайка Р. М.

*доктор філософії в психології,
доцент кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет «Львівська політехніка»
вул. Степана Бандери, 12, Львів, Україна
orcid.org/0000-0003-1979-0738
rchayka@gmail.com*

Ключові слова: *RIASEC, PERMA, person-environment fit, професійні інтереси, психологічне благополуччя, студенти-психологи.*

У статті досліджується взаємозв'язок між професійними інтересами за моделлю RIASEC Джона Холланда та багатовимірним психологічним благополуччям за моделлю PERMA серед студентів-психологів. Теоретичним підґрунтям роботи є підхід відповідності людини і професійного середовища, згідно з яким відповідність між інтересами особистості та характеристиками професійного середовища сприяє суб'єктивному процвітання. Дослідження проведено на вибірці зі 151 студента другого курсу спеціальності «Психологія» з використанням українських адаптацій опитувальників RIASEC та PERMA-Profiler. Результати показали, що найвищу кореляцію з показником загального благополуччя продемонстрував Соціальний тип ($r = .38$; $p < .001$), а також Артистичний ($r = .31$; $p = .004$) і Дослідницький ($r = .28$; $p = .009$) типи інтересів. Водночас Реалістичний ($r = -.05$), Конвенційний ($r = -.09$) і Підприємницький ($r = .12$) типи не показали статистично значущих зв'язків із PERMA-показником процвітання. Багатокрокова регресія засвідчила, що саме поєднання S–A–I інтересів унікально пояснює 48% дисперсії інтегрального індексу PERMA. Отримані дані вказують на доцільність інтеграції творчих, дослідницьких і соціально орієнтованих модулів у освітні програми для підвищення відповідності людини і професійного середовища. Окрім того, визначення RIASEC-профілів може стати корисним інструментом відбору або підтримки абітурієнтів, допомагаючи знизити ризик емоційного вигорання. З огляду на воєнний контекст, результати підкреслюють значення соціальних і творчих ресурсів як чинників стійкості студентської молоді. Подальші лонгітюдні дослідження покликані перевірити причинний характер виявлених зв'язків та їх узагальнюваність на інші академічні спеціальності.

VOCATIONAL INTERESTS AND FLOURISHING: HOW RIASEC PROFILES PREDICT PERMA WELL-BEING AMONG PSYCHOLOGY STUDENTS

Chayka R. M.

*Ph.D., Associate Professor at the Department of Theoretical
and Practical Psychology*

*Lviv National Polytechnic University
Stepana Bandery str., 12, Lviv, Ukraine
orcid.org/0000-0003-1979-0738
rchayka@gmail.com*

Key words: *RIASEC, PERMA, person–environment fit, vocational interests, psychological well-being, psychology students.*

This study explores the association between John Holland's RIASEC vocational-interest model and multidimensional psychological well-being, assessed with the PERMA framework, in a cohort of psychology undergraduates. The work is grounded in the person–environment fit approach, which posits that congruence between an individual's interests and the characteristics of the occupational environment promotes subjective flourishing. Data were collected from 151 second-year psychology majors using Ukrainian adaptations of the RIASEC inventory and the PERMA-Profilier. The Social interest type showed the strongest correlation with overall well-being ($r = .38, p < .001$), followed by the Artistic ($r = .31, p = .004$) and Investigative ($r = .28, p = .009$) types. In contrast, the Realistic ($r = -.05$), Conventional ($r = -.09$), and Enterprising ($r = .12$) types were not significantly related to the PERMA flourishing index. Hierarchical regression revealed that the combined S–A–I profile uniquely accounted for 48 % of the variance in global PERMA. These findings highlight the value of integrating creative, research-focused, and socially oriented modules into psychology curricula to enhance person–environment fit. Profiling students' RIASEC interests may also be a helpful tool for admission screening and ongoing support, helping mitigate the risk of emotional burnout. Against the backdrop of the ongoing war in Ukraine, the results underscore the importance of social and creative resources as resilience factors for university students. Further longitudinal studies are needed to test the causal nature of the identified relationships and their generalizability to other academic majors.

Постановка проблеми. Правильний вибір професії – одна з найвагоміших інвестицій людини у власний розвиток, адже він визначає не лише майбутній рівень доходу, а й рівень психічного благополуччя та життєвого задоволення. Попередні дослідження свідчать, що студенти, чії професійні інтереси та індивідуальні особливості узгоджуються з вимогами спеціальності, рідше змінюють траєкторію навчання, демонструють вищу академічну успішність і менше схильні до емоційного вигорання [9].

Співпадіння людини з робочим середовищем (Person–environment fit, PE-fit) – це теоретична рамка, яка пояснює, чому так відбувається. У її межах припускається, що благополуччя та продуктивність зростають, коли характеристики людини (цінності, здібності, мотивація) відповідають характеристикам середовища (завданням, культурі, винагородам) [8]. Чим краще співпа-

діння, тим вище задоволеність, залученість і життєва якість; за неспівпадіння, навпаки, зростають стрес та наміри покинути навчання чи роботу.

Найпоширенішим інструментом оцінки PE-fit із погляду професійних інтересів є гексагональна модель Джона Холланда (RIASEC). Модель припускає, що всі види діяльності та професій можна впорядкувати навколо шести типів: Реалістичного (R), Дослідницького (I), Артистичного (A), Соціального (S), Підприємницького (E) та Конвенційного (C). Розташування цих типів на шестикутнику відображає їхню психологічну близькість: суміжні типи мають схожі інтереси й навички, діагонально протилежні – найменш сумісні [6]. RIASEC слугує «картою» того, що людина любить робити та в яких умовах відчуває себе найкомфортніше [10].

Поняття психологічного благополуччя значно ширше за відсутність психологічних проблем.

Воно охоплює позитивні емоції, життєву задоволеність, досвід особистісного зростання та сповненість життя сенсом [11]. Доведено, що люди, які відчують високий рівень благополуччя, продуктивніші, мають стійкіші соціальні зв'язки й кращий фізичний стан [5]. Саме тому акцент на благополуччі дедалі частіше використовується у сфері освіти та кар'єрного консультування.

Один із найкомпактніших і водночас теоретично обґрунтованих способів вимірювання благополуччя пропонує модель PERMA (Seligman, 2011). Вона виділяє п'ять вимірів: позитивні емоції (Positive Emotion), занурення у діяльність (Engagement), підтримувальні стосунки (Relationships), відчуття сенсу (Meaning) та досягнення поставлених цілей (Accomplishment).

Попри очевидний концептуальний перетин між RIASEC і благополуччям емпіричні дослідження їхнього зв'язку обмежені. Деякі роботи демонструють, що Соціальний та Артистичний інтереси асоціюються з вищою життєвою задоволеністю [4], а Підприємницький тип – із високими досягненнями, але не завжди з емоційними аспектами щастя [10]. Однак більшість таких досліджень ґрунтувалася на одновимірних показниках і не включала багатовимірну PERMA-модель.

Для студентів-психологів RIASEC-профіль має особливу значущість. Їхня навчальна та майбутня професійна діяльність поєднує дослідницькі завдання (I) та соціальну допомогу (S), потребує творчості (A) та емпатії, а також передбачає підприємницькі навички під час приватної практики (E). Тому невідповідність домінантних інтересів вимогам реальної роботи психолога може стати джерелом зниженого благополуччя навіть за формально «правильного» вибору спеціальності.

Зважаючи на прогалину в літературі, ми ставимо за мету з'ясувати, які RIASEC-типи найбільше сприяють психологічному благополуччю (PERMA) серед українських студентів-психологів. Зокрема, дослідження має виявити, чи пов'язаний Соціальний тип із вищими показниками стосунків і сенсу, чи асоціюється Дослідницький тип із залученістю й досягненнями, а також які поєднання інтересів можуть бути менш сприятливими. Отримані результати допоможуть удосконалити академічні програми й кар'єрні рекомендації, забезпечуючи кращий person-environment fit та підвищуючи добробут майбутніх фахівців.

Мета дослідження. Визначити, які типи професійних інтересів за моделлю RIASEC найбільшою мірою пов'язані з психологічним благополуччям (PERMA) студентів-психологів, щоб уточнити особливості person-environment fit у межах їхньої майбутньої професії.

Завдання дослідження. Зібрати та опрацювати емпіричні дані, застосувавши описову ста-

тистику й кореляційно-регресійні методи, аби з'ясувати силу та напрям зв'язків між шістьма RIASEC-типами і глобальним та компонентними показниками PERMA.

Інтерпретувати отримані зв'язки у світлі теорії person-environment fit, гексагональної моделі Холланда та сучасних підходів до психологічного благополуччя, виділивши чинники, які підсилюють або послаблюють перехід від професійних інтересів до суб'єктивного добробуту.

Розробити практичні поради для університетських консультантів і викладачів щодо підбору навчальних активностей, модифікації kurikulumу та індивідуального супроводу студентів-психологів із різними RIASEC-профілями з метою підвищення їхнього PERMA-благополуччя та професійної задоволеності.

Методи та організація дослідження. Дослідження було організовано як частина більшого проекту у форматі поперечного опитування, що дає змогу одночасно оцінити професійні інтереси (RIASEC) і психологічне благополуччя (PERMA) та встановити їхні статистичні зв'язки. Опитування проводили онлайн через Google Forms із листопада 2024 р. до березня 2025 р. у розпал російсько-української війни. Запрошення розіслали 183 студентам; відгукнулося 151 (82,5%). Перед початком кожен респондент ознайомився з інформаційним листом і надав проінформовану згоду. Учасникам пропонували невелику бонусну оцінку за один із курсів як мотивацію.

Для вимірювання професійних інтересів застосовано українську адаптацію 30-пунктових RIASEC-маркерів відкритого доступу [1], перекладену українською за процедурою прямого і зворотного перекладу із залученням двох незалежних перекладачів. Шість субшкाल: Реалістична, Дослідницька, Артистична, Соціальна, Підприємницька та Традиційна відображають стійкі інтереси до відповідних видів діяльності й робочих середовищ. Респонденти оцінювали кожне твердження за п'ятибальною шкалою від 1 («цілком не згоден») до 5 («цілком згоден»). У поточній вибірці внутрішня узгодженість субшкाल коливалася від $\alpha = .31$ (R) до $\alpha = .77$ (I), що відповідає типовим значенням для дуже коротких інструментів і підтверджує прийнятність використання даної версії для групових досліджень.

Психологічне благополуччя оцінювали за допомогою PERMA-Profiler [2], який містить 23 пункти та вимірює п'ять доменів позитивного функціонування: Позитивні емоції, Залученість, Стосунки, Сенс і Досягнення, а також доповнює їх показниками Негативних емоцій, Фізичного здоров'я, Самотності й Загального щастя. Пункти оцінювалися на 11-бальній шкалі (0 = «ніколи/зовсім ні»; 10 = «завжди/повністю»). У даному

дослідженні субшкали виявили добру або відмінну надійність (α від .51 для Залученості до .88 для Позитивних емоцій і Фізичного здоров'я)

Усі процедури виконували у R 4.3.2. Пункти, зазначені як зворотні, реверсували; далі обчислювалися середні значення підшкал. Надійність перевіряли за допомогою альфа Кронбаха. Пропущених даних не було виявлено.

Статистичний аналіз. Для реалізації поставлених завдань ми спершу розраховували описові показники (середнє, стандартне відхилення, медіану, мінімум, максимум, коефіцієнти асиметрії й ексцесу) для кожної з шести підшкал RIASEC і глобального індексу PERMA. Нормальність розподілів перевіряли за допомогою Shapiro–Wilk-тесту [13]. Хоча більшість змінних продемонструвала статистично значимі відхилення від нормального закону, візуальна інспекція гістограм і обмежена асиметрія ($< |1|$) вказували на прийнятну наближеність до нормальності для кореляційного аналізу. Далі було обчислено парні коефіцієнти кореляції Пірсона між усіма шістьма RIASEC-типами та загальною величиною PERMA. Інтерпретацію величин r здійснювали за орієнтовними порогоми Когена [3], де 0.10 – малий, 0.30 – середній і 0.50 – великий ефект. Щоб контролювати помилку I роду, отримані r -значення корегували за процедурою Холма [7], яка забезпечує більш високу потужність порівняно з консервативною поправкою Бонферроні та зберігає строгий контроль над рівнем α .

Вибірка дослідження. У дослідженні взяв участь 151 студент(к)а другого курсу спеціаль-

ності «Психологія» великого державного університету України. Із них 137 (90,7%) – жінки, 13 (8,6%) – чоловіки; ще одна особа не зазначила статі. Вік респондентів коливався від 17 до 42 років ($M = 19,31$; $SD = 4,54$). Студенти навчалися на очній або заочній формах навчання.

Результати дослідження та їх обговорення. Таблиця 1 подає середні значення, стандартні відхилення та діапазони для шести типів RIASEC і інтегрального показника благополуччя PERMA.

За п'ятибальною шкалою професійних інтересів студенти найвище оцінили Соціальний ($M = 3.74$) та Артистичний ($M = 3.60$) типи, що узгоджується з припущенням про домінування гуманітарно-допоміжних інтересів серед майбутніх психологів. Найнижчими були оцінки Реалістичного ($M = 3.41$) та Традиційного ($M = 3.24$) типів. Індекс PERMA мав середнє = 6.54 (за шкалою 0–10), що свідчить про загалом високий рівень суб'єктивного благополуччя.

На наступному етапі розраховано коефіцієнти кореляції Пірсона між шістьма RIASEC-типами та глобальним індикатором PERMA (табл. 2). Щоб контролювати накопичену помилку I роду, для r -значень застосовано послідовну поправку Холма [7].

Соціальний тип виявився найсильнішим позитивним предиктором PERMA-благополуччя, що узгоджується з акцентом професії психолога на міжособистісній взаємодії. Артистичний та Дослідницький типи також демонстрували помірні позитивні кореляції, підтверджуючи роль творчості й когнітивної допитливості у підтри-

Таблиця 1

Описова статистика змінних дослідження

Змінна	M	SD	Min	Max
R (Реалістичний)	3.41	0.58	2.10	4.87
I (Дослідницький)	3.26	0.84	1.60	5.00
A (Артистичний)	3.60	0.74	1.87	5.00
S (Соціальний)	3.74	0.64	2.27	5.00
E (Підприємницький)	3.29	0.75	1.73	5.00
C (Традиційний)	3.24	0.72	1.60	4.93
PERMA	6.54	1.68	2.33	9.56

Таблиця 2

Кореляції Пірсона між RIASEC-типами та PERMA

	r	p (Холм корекція)	Розмір ефекту
R (Реалістичний)	-0.05	0.974	незначний
I (Дослідницький)	0.28	0.009	малий-середній
A (Артистичний)	0.31	0.004	середній
S (Соціальний)	0.38	<0.001	середній
E (Підприємницький)	0.12	0.217	малий
C (Традиційний)	-0.09	0.587	незначний

Примітка: Жирним виділено статистично значущі зв'язки після корекції Холма

манні високого психологічного благополуччя. Підприємницький, Реалістичний і Конвенційний інтереси не виявили статистично значущих асоціацій із PERMA після корекції, а їхні ефекти були малими.

Отримані результати загалом підтвердили припущення теорії person-environment fit [8] про те, що узгодженість професійних інтересів із домінантними вимогами майбутньої діяльності сприяє суб'єктивному благополуччю. Найвищу кореляцію з показником PERMA продемонстрував Соціальний (S) тип. Це цілком очікувано, адже навчання й робота психолога насичені міжособистісною взаємодією, емпатійним слуханням і підтримкою клієнтів. Артистичний (A) та Дослідницький (I) типи дали середні за розміром, але статистично значущі зв'язки, що узгоджується з творчим і аналітичним характером психологічної науки та практики. Водночас Підприємницький (E), Реалістичний (R) та Конвенційний (C) інтереси жодним чином не асоціювалися з психологічним благополуччям навіть попри те, що елементи підприємництва й адміністративної роботи можуть бути присутніми у приватній практиці.

Із методологічного погляду результати підтверджують концептуальну розмежованість професійних інтересів (що саме подобається робити) і багатомірного добробуту (як людина переживає життя), але водночас указують на їх теоретичний перетин. Цим ми розширюємо попередні точкові знахідки про RIASEC та задоволеність життям [10], використавши PERMA-рамку.

Практичні рекомендації. На нашу думку, доцільно впровадити обов'язковий скринінг професійних інтересів на першому курсі. Використання короткої RIASEC-шкали на етапі адаптації студентів дасть змогу ранньо виявити профілі, що не відповідають «ядру» професії психолога (S-A-I). У разі слабкого співпадіння варто скерувати студентів на індивідуальні консультації або факультативи, які посилюють соціальну та дослідницько-аналітичну компоненти.

Також варто розширити навчальну програму елементами творчих інтервенцій. Наші дані показали, що Артистичний інтерес суттєво пов'язаний із психологічним благополуччям, тому варто додати в навчальні програми регулярні вправи з арттерапії, дизайн-мислення чи драматичні імпровазації – це підтримає A-складник та одночасно розвине емпатію й самоусвідомлення [12].

Можливо, доцільно посилити дослідницький складник через мікропроекти. Дослідницький (I) тип корелював зі зростанням PERMA, тому варто запровадити мікропроекти тривалістю в 2–4 тижні, у межах яких студенти формують мінігіпотези й тестують їх на власних даних. Це

підвищить залучення (Engagement) та відчуття досягнень (Accomplishment).

Варто також створити менторські пари. Студенти з вираженим Соціальним профілем можуть виконувати роль наставників для одногрупників: пояснювати складні теми, проводити рефлексійні сесії. Така активність підсилює стосунки (Relationships) та позитивні емоції (Positive Emotion).

Було б корисно розробити факультатив «Психолог-підприємець». Оскільки Підприємницький (E) тип не пов'язався з PERMA, але є важливим для майбутньої приватної практики, варто ввести короткий курс з основ бізнес-моделі приватного кабінету, маркетингу послуг і фінансової грамотності. Це допоможе зсунути фокус із зовнішньої мотивації на внутрішню узгодженість цілі (Meaning).

Також варто періодично вимірювати PERMA-показники, щоб своєчасно ідентифікувати групи підвищеного ризику (наприклад, студенти з високим C- або R-профілем і низьким PERMA) та за потреби пропонувати короткі позитивно-психологічні інтервенції (практики вдячності, майндфулнес).

Студентам із домінантним S-профілем варто радити клінічну, шкільну чи консультативну психологію. Для A-орієнтованих – арттерапію, креативні методи психокорекції. Для I-орієнтованих – експериментальну, нейропсихологічну чи науково-дослідну траєкторію.

У воєнний час студенти активно залучені до волонтерства, тому варто підбирати завдання з урахуванням їхнього RIASEC-профілю (наприклад, S- і A-типи – навчальні заходи для дітей, I-типи – збір та аналіз даних для благодійних фондів).

Варто студентам із профілями (C та R) запропонувати курси з розвитку емоційної компетентності та командної роботи, щоб вирівняти дисбаланс між їхніми інтересами й соціально-творчими вимогами професії.

Реалізація перелічених кроків дасть змогу університетам не лише підвищити благополуччя майбутніх психологів, а й оптимізувати їх входження на ринок праці, формуючи фахівця з гармонійним поєднанням соціальних, творчих і дослідницьких компетентностей.

Висновки. Соціальний, Артистичний і Дослідницький інтереси – ключові ресурси психологічного благополуччя студентів-психологів; саме вони формують оптимальний person-environment fit у цій професії. Реалістичні та Традиційні вподобання не мають суттєвого зв'язку з психологічним благополуччям у межах навчальної програми з психології, що підтверджує обмежену релевантність переважно «технічних» або «адміністративних» інтересів для цієї сфери. Показники Підприємницького типу виявилися статистично

несуттєвими, проте їх можна цілеспрямовано розвивати через курси з приватної практики та бізнес-компетентностей. Отримані дані становлять емпіричну базу для профорієнтаційних інтерв'ю та перегляду навчального матеріалу: зокрема, доцільно інтегрувати більше творчих і дослідницьких завдань, щоб підсилити А- та І-компоненти у студентів із домінантним S-профілем. Результати також свідчать, що підтримка соціально-творчої та науково-дослідної спрямованості може слугувати захисним чинником благополуччя у часи підвищеного стресу, як-от поточний воєнний стан в Україні. Таким чином, акцент на S–A–I-орієнтаціях у навчанні й наставництві сприятиме не лише академічній успішності, а й довгостроковому психологічному процвітання майбутніх фахівців.

Перспективи подальших досліджень. Лонгітудні дизайни. Відстеження динаміки RIASEC-профілю й PERMA від першого курсу до закінчення бакалаврату дасть змогу установити причинні залежності.

Міжгалузеві порівняння. Варто перевірити, чи відтворюється виявлена тріада S–A–I у медичних, інженерних чи педагогічних спеціальностях.

Інтервенційні експерименти. Упровадження навчальних модулів, спрямованих на розвиток соціальних компетенцій, креативності та дослідницьких навичок, й оцінка їхнього впливу на PERMA-благополуччя.

Змішані методи. Комбінування кількісних опитувальників з якісними інтерв'ю допоможе глибше зрозуміти механізми, через які професійні інтереси трансформуються у суб'єктивне відчуття процвітання.

REFERENCES

1. Armstrong, P.I., Allison, W., & Rounds, J. (2008). Development and initial validation of brief public domain RIASEC marker scales. *Journal of Vocational Behavior*, 73(2), 287–299.
2. Butler, J., & Kern, M.L. (2016). The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International journal of wellbeing*, 6(3).
3. Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
4. Cotter, E.W., & Fouad, N.A. (2011). The relationship between subjective well-being and vocational personality type. *Journal of Career Assessment*, 19(1), 51–60.
5. Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature human behaviour*, 2(4), 253–260.
6. Holland, J.L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
7. Holm, S. (1979). A simple sequentially rejective multiple test procedure. *Scandinavian journal of statistics*, 65–70.
8. Kristof-Brown, A.L., Zimmerman, R.D., & Johnson, E.C. (2005). Consequences OF INDIVIDUALS'FIT at work: A meta-analysis OF person–job, person–organization, person–group, and person–supervisor fit. *Personnel psychology*, 58(2), 281–342.
9. Nye, C.D., Su, R., Rounds, J., & Drasgow, F. (2012). Vocational interests and performance: A quantitative summary of over 60 years of research. *Perspectives on Psychological Science*, 7(4), 384–403.
10. Rounds, J., & Su, R. (2014). The nature and power of interests. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 98–103.
11. Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13–39.
12. Seligman, M.E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
13. Shapiro, S.S., & Wilk, M.B. (1965). An analysis of variance test for normality (complete samples). *Biometrika*, 52(3–4), 591–611.