


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Кафедра загальної та практичної психології


ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ УЧНІВ  
СТАРШИХ КЛАСІВ

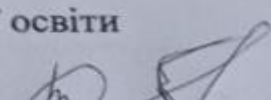
Кваліфікаційна робота здобувача  
освітнього ступеня магістр  
спеціальності 053 Психологія

освітньої програми Психологія

Чекал О. В. 

Керівник к. психол. н, доцент кафедри  
загальної та практичної психології,

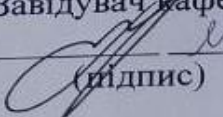
Мазоха І.С. 

Рецензент: завідувач кафедри загальної  
педагогіки і спеціальної освіти  
к.п.н., доц. Звєкова В.К. 

Ізмаїл – 2023

Робота допущена до захисту  
на засіданні кафедри загальної та практичної психології  
протокол № 7 від «08» січня 2024 р.

Завідувач кафедри

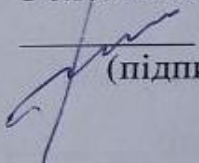
 (підпис) Мацюха Б.С. (прізвище, ініціали)

Робота пройшла публічний захист  
на відкритому засіданні ЕК

«24» січня 2024 р.

Оцінка 90 відм.  
(за стобальною шкалою) (за традиційною шкалою)

Голова ЕК:

 (підпис) Величенко Л.К. (прізвище, ініціали)

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ПІДХОДІВ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ.....</b>	<b>6</b>
1.1. Загальні підходи до вивчення професійного самовизначення вітчизняними та зарубіжними авторами.....	6
1.2. Складові та чинники професійного самовизначення особистості.....	19
1.3. Специфіка професійного самовизначення старшокласників.....	32
<b>РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....</b>	<b>44</b>
2.1. Методики дослідження показників професійного самовизначення особистості.....	44
2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей професійного самовизначення у учнів старших класів.....	50
<b>РОЗДІЛ III. МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ.....</b>	<b>61</b>
3.1. Методи активізації професійного самовизначення старшокласників...	61
3.2. Програма профорієнтаційного тренінгу та рекомендації щодо оптимізації професійного самовизначення учнів старших класів .....	68
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>79</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....</b>	<b>81</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Сучасні умови розвитку та реформування життєдіяльності суспільства вимагають глибоких змін у традиційній системі професійного самовизначення особистості. Ці зміни спрямовані на досягнення оптимального професійного самовизначення, враховуючи внутрішні механізми саморозвитку. У психології, проблема професійного самовизначення зазвичай пов'язана з вибором майбутньої професії підлітками та молоддю під час закінчення школи та на етапі вступу до вищих навчальних закладів (О. Вітковська, Л. Йовайша, А. Маркова, О. Мельник, О. Морін, З. Становських, Л. Ткачук, Б. Федоришин та інші). Дослідження соціально-психологічних аспектів професійного самовизначення молоді проводили такі вчені, як В. Романчик, В. Савченко, М. Тітма, З. Шубкін; психологічні аспекти підготовки молоді до вибору майбутньої професії розглядаються в роботах О. Голомшток, М. Захарова, В. Кравецького, В. Моляко, С. Чистякова; управління професійним самовизначенням школярів досліджується у працях Є. Клімова, Н. Пряжнікова, В. Сидоренко, Б. Федоришина, О. Мельника та інших вчених. Також вивчається професійна орієнтація школярів на конкретні види професійної діяльності в роботах С. Загребельного, Л. Куліненко, А. Ходорчука; зарубіжний досвід у цьому напрямі аналізують С. Дармодехін, М. Павлова, Л. Сундукова, Т. Терещук.

**Мета дослідження:** полягає у вивченні особливостей професійного самовизначення у старшокласників.

Для досягнення мети кваліфікаційного дослідження були поставлені такі **завдання:**

1) на підставі аналізу психологічної літератури уточнити поняття «професійне самовизначення»; виділити та розкрити складові професійного самовизначення особистості;

2) аналізуючи літературу, визначити й описати чинники та рівні професійного самовизначення у учнів старших класів;

3) розглянути та дослідити особливості професійне самовизначення учнів старших класів;

4) розробити психодіагностичний комплекс, спрямований на вивчення професійного самовизначення особистості та експериментально дослідити психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників;

5) надати методи та технології забезпечення професійного самовизначення учнів старших класів.

**Об'єкт дослідження:** самовизначення як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** професійне самовизначення учнів старших класів.

**Методи дослідження.** Діагностичну базу дослідження склали методи теоретичного аналізу та вивчення сучасних підходів й нових емпіричних результатів, що містяться в літературних джерелах присвячених досліджуваній проблемі. Психодіагностичний комплекс склали відомі класичні психодіагностичні методики. З ціллю діагностики особливостей професійного самовизначення старшокласників у дослідженні використано такі методики: «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчаров) Диференційнодіагностичний опитувальник Є. О. Клімова (ДДО); методика «Опитувальник професійних переваг» (І частина модифікації тесту Голанда); діагностична методика «Професійна готовність» (А.П. Чернявська).

**Теоретичне значення одержаних результатів** полягало у розширенні наукових уявлень про структуру, рівні та фактори професійного самовизначення, особливості професійного самовизначення старшокласників.

**Практичне значення кваліфікаційної роботи** полягає в розробці програм і заходів, спрямованих на удосконалення професійного самовизначення старшокласників під час проведення практикуючими фахівцями психопрофілактичних, консультативних та психокорекційних заходів. Це включає в себе реалізацію психологічних консультацій, тренінгів з активізації професійного самовизначення старшокласників та інших

заходів, спрямованих не лише на підвищення ефективності професійної орієнтаційної роботи, а й на підвищення рівня підготовки особистості до професійного самовизначення й успішної в майбутньому професійної праці.

**Результати апробації дослідження** відбувались через участь у науково-практичних конференціях:

1. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасна психологія: проблеми і перспективи» (5 грудня 2023 р.). Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2023. 146 с.
2. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасна психологія: проблеми і перспективи» (5 грудня 2023 р.). Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2023.

**Структура роботи** представлена вступом, трьома розділами; висновками, списком використаних джерел (всього 80 найменувань). Робота містить три рисунки, чотири таблиці, загальний обсяг кваліфікаційної роботи становить 80 сторінок.

## РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ПІДХОДІВ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ

### 1.1. Загальні підходи до вивчення професійного самовизначення вітчизняними та зарубіжними авторами

У сучасній державі відбуваються складні та важливі трансформації у різних сферах, таких як соціальна, економічна, культурна, освітня, військова та політична. Ці зміни вимагають перегляду та удосконалення традиційних форм і методів підготовки молоді до самостійного та обізнаного вибору майбутньої професії. При виборі майбутньої спеціальності більшість молодих людей враховує престиж та високу оплату професії, ігноруючи той факт, що авторитет певної професії може змінюватися з часом. Також зазначається зміна попиту на «престижні» та «авторитетні» спеціальності на ринку праці. В старших класах середньої школи вже передбачено профорієнтаційний відбір майбутньої професії, який потребує постійного вдосконалення, враховуючи вимоги та потреби суспільства. Демократизація та гуманізація загальної середньої освіти вимагають модернізації існуючих та розробки нових підходів до психологічного супроводу процесу усвідомленого вибору майбутньої професії молодою людиною [1].

Аналіз існуючих досліджень і публікацій свідчить про те, що проблема професійного самовизначення особистості отримала обґрунтування у теоретичних роботах таких вчених, як Г. Балл, І. Бех, М. Боришевський, Є. Головаха, І. Зязюн, Г. Костюк, В. Рибалка, В. Семиченко, О. Скрипченко та інші. У сучасних дослідженнях різних наукових напрямів спостерігається тенденція дослідження проблеми професійного розвитку в контексті взаємодії індивідуальних особливостей людини та соціокультурного середовища під час професійного становлення фахівця. Питання психічної регуляції професійного самовизначення та характеристика його як вікового новоутворення були висвітлені у роботах таких вчених, як: К. Варнавський,

В. Моляко, В. Моргун, О. Мороз, Р. Пасічняк, М. Піддячий, Н. Побірченко, В. Синявський, Б. Федоришин, В. Худін та інші. Питання професійного самовизначення та управління цим процесом досліджувались такими науковцями, як: В. Мадзігон, В. Сидоренко, М. Тітма, М. Тименко, О. Мельник та інші вчені. Основи організації та активізації професійного самовизначення школярів вивчали О. Вітковська, А. Вихрущ, О. Зайцев, Д. Закатнов, Б. Федоришин, М. Янцура.

Питання професійного самовизначення розглядаються з різних теоретичних підходів. Соціологічний підхід розглядає професійне самовизначення як процес вирішення завдань, які суспільство ставить перед людиною і які необхідно вирішити протягом певного періоду часу. Соціально-психологічний підхід розглядає професійне самовизначення як процес прийняття рішень, через які людина формує та оптимізує баланс своїх здібностей і уподобань з вимогами розподілу праці у суспільстві. Диференційно-психологічний підхід розглядає професійне самовизначення як процес формування стилю життя, в якому професійна діяльність є частиною, і де людина орієнтується виключно на свої інтереси, цінності та здібності [24].

Дослідження проблеми формування самовизначення особистості у контексті професійної діяльності базується головним чином на досягненнях організаційної психології, психології особистості та психології праці. Представники різних психологічних напрямів і шкіл в своїх дослідженнях акцентували увагу на аналізі структури особистості, вивченні різноманітних психічних утворень, розкритті їх функцій та визначенні умов формування різних властивостей особистості [55]. Протягом останнього десятиліття розвитку психологічної науки в Україні зростає значущість вивчення самовизначення та професійного самовизначення особистості, зокрема, як майбутнього фахівця. Це явище розглядається як важливий етап у житті людини, маючи велике значення для її майбутнього професійного,



соціального та фінансового становища, а також для задоволення матеріальних потреб та реалізації можливостей.

В сучасній українській психологічній науці розглядається професійне самовизначення як процес розвитку суб'єкта праці на різних етапах його професійного зростання. У цьому контексті досліджуються різноманітні аспекти, такі як особливості формування готовності студентів до професійно-управлінського самовизначення (О. Щотка), професійне самовизначення студентів подвійних спеціальностей (Л. Долинська, О. Гриньова), а також професійне самовизначення майбутніх психологів (У. Мороховська) та представників різних професій, включаючи вчених, викладачів, учителів, правоохоронців (Н. Варнавських, М. Вечірко, О. Кисла, Г. Кожухар, Г. Мошкова, О. Пряжнікова, А. Перепелиця).

Так, Г. Радчук розглядає професійне самовизначення як детермінанту професійного становлення особистості. Зазначається, що самовизначення є не лише окремим актом або стадією професійного становлення, але й є його сутнісною основою, постійним процесом пошуку та здобуття людиною смислів у своїй професійній діяльності. Це включає в себе виявлення та реалізацію свого «Я» як професіонала, а також здійснення вибору у проблемних ситуаціях, що постійно змінюються та ускладнюються [56].

Дослідження О.І.Вітківської вказує на те, що професійне самовизначення є цілісним та інтегративним процесом. У цьому процесі реалізуються ключові життєві цінності особистості, а також конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного та соціального самовизначення. Самовизначення для молодшої людини означає свідомий вибір напрямку і змісту свого майбутнього розвитку, визначення сфери та засобів реалізації власних якостей і здібностей, а також обрання соціального середовища для досягнення життєвої мети і моральних цінностей. На думку автора, з психологічної точки зору, професійне самовизначення є внутрішньою свідомою діяльністю особистості, спрямованою на власну самореалізацію та особистісний розвиток. Цей процес включає у себе усвідомлення

«реалізаційної спрямованості», ухвалення рішень, що визначають напрямок самоактуалізації і подальшого розвитку особистості, а також пошук оптимальних та прийнятних для особистості засобів реалізації цих рішень та узгодження всіх елементів індивідуальної профорієнтаційної ситуації. На центральному місці в процесах самовизначення знаходиться вибір, розгляданий як свідомо активність особистості та моральний вчинок. Здійснення вибору базується на процесі вирішення внутрішніх і зовнішніх протиріч [6].

Отже, сучасні українські дослідження професійного самовизначення відзначаються особливою увагою вчених до його взаємозв'язку з іншими аспектами, такими як особистісне, життєве та соціальне самовизначення. Дослідники розглядають вплив оточуючого середовища та активної життєвої позиції особистості на професійне самовизначення. У сучасному контексті вчені в Україні розглядають професійне самовизначення як процес, що формує відношення особистості до професійної діяльності та до себе як суб'єкта майбутньої професійної сфери. Вони визначають його як спосіб реалізації через довготривалий процес узгодження внутрішньо-особистісних цілей, нахилів та здібностей із можливостями їх об'єктивної реалізації та умовами, що визначають конкретні види діяльності та соціально-професійні потреби [34].

Слід відзначити, що при виборі майбутньої професії особистість повинна оцінити свої людські якості для розвитку та формування вольової спрямованості. Вона виступає суб'єктом власного розвитку і має здатність до свідомого самовизначення, вдосконалення наявних особистісних ознак та характеристик відповідно до своїх життєвих, професійних цінностей та ідеалів.

Для вивчення проблеми професійної орієнтації та самовизначення особистості визначальними ключовими є наукові твори О. Гріньової [7], Є. Клімова, С. Максименка [33], І. Мачуської, Н. Побірченко [48], М. Пряжнікова, О. Туриніної, Б. Федоришина, Н. Чепелевої та ін.

Зокрема, Є. Клімов ідентифікував ключові аспекти, які мають вагомe значення при готуванні старшокласників до вибору напряму своєї професійної діяльності; Б. Федоришин провів психологічний аналіз особистості учнів з орієнтацією на професійний вибір; І. Мачуська дослідила основні фактори, що впливають на професійне самовизначення старшокласників [36]; С. Вітвіцька визначила психологічні умови, які впливають на професійне самовизначення випускників загальноосвітніх шкіл під час професійної консультації; Т. Кравченко вивчала вплив батьківського виховання на вибір професії старшокласниками [26].

Як вказує І. Мачуська, для оцінки успішності підготовки старшокласників до самостійного визначення щодо професійного шляху використовуються критерії, які дозволяють визначити рівень готовності до вибору професії. Ці критерії включають когнітивний аспект (здатність до самоаналізу, аналіз професій, наявність професійних знань, адекватна самооцінка), мотиваційний аспект (формування ієрархії мотивів вибору професії, стійкий інтерес до певної професії, формування професійних намірів) та практичний аспект (наявність обґрунтованого особистого професійного плану та виконання практичних заходів для його реалізації) [36]. Т. Кудрявцев вважав, що професійне самовизначення є ключовою проблемою психології професійного становлення особистості, розглядаючи його як найбільш важливий елемент професійного розвитку та як критерій одного з етапів цього процесу. Професійне становлення є тривалим, багатоплановим і динамічним процесом, який включає формування професійних намірів, професійну освіту, професійну адаптацію та часткову чи повну реалізацію особистості в трудовій діяльності. Цей процес визначається соціальними інститутами, через які проходить людина протягом усього життя [27].

Сучасному учневі старших класів необхідна якісна та кваліфікована допомога у формуванні своєї освітньої та майбутньої професійної траєкторії. Цей процес слід ініціювати та вдосконалювати протягом навчання в школі.

Початок професійного самовизначення особистості зазвичай відбувається при виборі майбутньої професійної діяльності, навчального закладу та життєвої перспективи. Часто молоді обирають професії, керуючись зовнішнім привабливістю, такою як рівень заробітної плати, імідж установи та престиж професії, або ж слідують прикладу батьків, друзів., часто не враховуючи та недооцінюючи свої власні особистісні якості [19].

У старших класах збільшується потреба учнів у профорієнтаційній підготовці, вони виявляють бажання випробувати себе в новій соціальній ролі, прагнуть готуватися до майбутнього життя та професійної діяльності, а також розвивати в собі якості, необхідні для успішної кар'єри. Старшокласники вже чітко розуміють, що високий рівень професіоналізму є ключовим для досягнень у різних галузях праці та забезпечує конкурентоспроможність на ринку праці [4].

Сутність професійної орієнтаційної роботи в сучасній старшій школі повинна гарантувати формування у старшокласників самостійного ставлення до себе як до майбутнього фахівця та до професійного середовища. У цьому контексті норми, правила та приписи соціально-професійних стандартів діяльності професіонала визначають стосунки старшокласників до їхнього майбутнього професійного оточення. Шкільний психолог систематично розробляє такий підхід і, за допомогою засобів професійної орієнтації, спрямовують на становлення та розвиток у старшокласників образу «Я-майбутній професіонал» як основного конструкту їхнього майбутнього в професійному плані [52].

Формування професійного самовизначення особистості, за думкою дослідників, таких як Л. Гуцан, О. Морін, З. Охріменко, О. Пархоменко, Л. Гриценко, І. Ткачук, О. Моріна, базується на розвитку готовності до особистого узгодження та виявлення можливостей, які ще не були задіяні в життєдіяльності, і визначення вимог до обраної професійної сфери. В їхніх дослідженнях наголошується, що результатом такого процесу є здатність до професійної реалізації, яка супроводжується усвідомленою деталізацією

формування фахових індивідуальних рис та глибоким опануванням освітніх курсів професійного спрямування [53].

Значна кількість дослідників вказує на те, що професійне самовизначення є складним і багатогранним процесом, який можна розглядати з різних точок зору. Його можна трактувати як послідовність завдань, що ставить суспільство перед особистістю, і які вона повинна вирішувати; як етапний процес ухвалення рішень, за допомогою якого людина формує баланс між своїми власними перевагами, інтересами, цілями та вимогами трудової діяльності, а також потребами суспільства; і як процес формування особистості професіонала, його індивідуального стилю та оцінки власної діяльності [55].

Професійне самовизначення, згідно з переважною думкою сучасних вчених, представляє собою активний і свідомий пошук людиною свого місця у професійному світі, виявлення можливостей самореалізації в обраній професії, який відбувається протягом усього її життя. Основною точкою фокусу в процесі професійного самовизначення є усвідомлення особистісних особливостей та потенціалу особистості, розуміння вимог, що ставляться професією перед людиною, а також орієнтація в соціально-економічних умовах, в яких здійснюється свідомий вибір професійного шляху [25].

Отже, професійне самовизначення, в своїй загальній сутності, представляє собою акт вибору особою напрямку та спрямування свого подальшого розвитку, а також обрання сфери і засобів для реалізації своїх індивідуальних якостей та здібностей, визначення соціального середовища для досягнення життєвої мети та моральних цінностей. Це комплексний та інтегративний процес, в ході якого реалізуються основні життєві цінності людини та конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного та соціального самовизначення [6].

Соціально-економічні умови, відносини в професійному колективі, професійний розвиток і кризи, а також вікові аспекти — всі ці чинники впливають на професійне самовизначення особистості. Проте ключове

значення в цьому процесі належить самій особистості, її активності та відповідальності за власний професійний розвиток. Професійне самовизначення є важливим елементом самореалізації особистості в конкретній професії та загальній культурі. Постійний пошук свого місця у світі професій дозволяє особистості знайти сферу діяльності для повної самореалізації [22]. Суть професійного самовизначення полягає в самостійному та усвідомленому знаходженні смислів у виконуваній роботі та усьому життєвому шляху в конкретній культурно-історичній та соціально-економічній ситуації.

З цих точок зору професійне самовизначення розглядається як «Я-концепція» індивіда, відображаючи його розуміння, переживання, та наміри, а також конкретні дії в професійній сфері. Перераховані підходи до професійного самовизначення визначають його якість. Професійне самовизначення передбачає формування суб'єкта, який має високу мобільність і широку орієнтацію в світі професійної діяльності, при цьому не обмежуючи можливостей особистісного розвитку, тобто відображає єдність професійного та особистісного самовизначення в єдиному контексті [35].

Учені описують професійне самовизначення як процес, який включає в себе самопізнання та об'єктивну оцінку індивідуальних особливостей, порівняння важливих професійних якостей та здібностей з необхідними вимогами для конкретної професії. Вчені Д. Закатнов та О. Капустіна розкривають професійне самовизначення як свідомість особистості про себе як суб'єкта професійної діяльності, що включає в себе: 1) самооцінку індивідуально-психологічних якостей та порівняння їх з психологічними вимогами професії; 2) усвідомлення своєї ролі в соціальних відносинах і відповідальності за успішне виконання діяльності та реалізацію здібностей; 3) саморегуляцію поведінки, спрямовану на досягнення поставленої мети [12].

Процес професійного самовизначення, як відзначає А.А. Деркач, представляє собою динамічний процес, що охоплює значну частину

життєвого шляху особистості і вносить свій унікальний внесок у її розвиток на кожному етапі становлення. Розкриття психічних функцій та форм поведінки підпорядковані своєрідним закономірностям. Незважаючи на цю специфіку, особистісно-професійний розвиток узагальнюється загальними законами, які можна простежити в процесі розвитку професійного самовизначення особистості. Тут мається на увазі вивчення та пояснення не випадкових аспектів, а основних тенденцій, які визначають хід цього процесу. Цей комплекс проблем пояснюється терміном «професійне самовизначення» [65].

Як вказує С. Куровська, професійне самовизначення є процесом, під час якого особистість самостійно обирає професію, аналізуючи власні дані та їх відповідність вимогам обраної сфери. Цей процес розпочинається з обдумувань щодо майбутнього, що призводить до вибору конкретної професії, і завершується самим фактом здійснення цього вибору [40]. Є.В. Кучеренко розглядає професійне самовизначення як самодетерміновану особистісну діяльність, орієнтовану на поєднання сучасної професійної реальності і майбутнього професійного шляху. Цей процес розкривається на рівні самопізнання, встановлення цілей та саморегуляції поведінки особистості, розглядає як суб'єкта професійної діяльності. Результатом цієї інтеграції є сформована концепція професійної самоідентифікації особистості, що включає когнітивний, проєктивний та регулятивно-поведінковий аспекти [30].

За словами Є. Клімова, професійне самовизначення представляє собою активну діяльність особи, що включає в себе вибір конкретного напрямку професійної діяльності, особливості усвідомлення власної особистості і місця в системі бізнес-міжособистісних відносин [41]. Якщо розглядати діяльність як ключовий елемент психологічного аналізу поведінки та життєдіяльності особи, то самовизначення, за думкою Є. Клімова, визначається як цілеспрямована діяльність з метою трансформації внутрішньої психологічної структури, її збереження та розвитку. Отже, самовизначення, розглядане як

психічна діяльність, включає такі цілі, як інтеграція особистості, психологічний захист, розв'язання завдань інтеграції та інше. Процес самовизначення в структурі особистості реалізується лише через вчинки, тобто активне втілення цього трансформаційного процесу у зовнішньому середовищі [44]. Суть професійного самовизначення полягає в самостійному та свідомому визначенні змісту обраної або вже виконуваної роботи, а також встановленні смислу всієї життєдіяльності в конкретній культурно-історичній та соціально-економічній ситуації, також, установа змісту протягом самого процесу професійного самовизначення.

Існують різні підходи до визначення сутності терміну «професійне самовизначення»; проте, усі вони передають думку, що професійне самовизначення у загальному розумінні представляє собою процес вибору, що ґрунтується на вивченні особистісних можливостей суб'єкта та порівнянні їх із вимогами обраної професії. Таким чином, професійне самовизначення слід розглядати не як ізольований момент, але як тривалий процес, що включає кілька етапів, тривалість яких залежить не лише від зовнішніх обставин, але й від індивідуальних особливостей суб'єкта професійного самовизначення [45]. Важливо провести розрізнення між термінами «вибір майбутньої професії» старшокласниками та «професійне самовизначення» старшокласників. Згідно з точкою зору І. Дубровіної та В. Моляко, професійне самовизначення учнів означає не лише вибір майбутньої професії, а й його практичну реалізацію. Таким чином, дослідники включають до поняття професійного самовизначення не лише вибір професії, а й адаптацію особи до конкретного робочого місця. Отже, це дозволяє стверджувати, що вибір майбутньої професії та професійне самовизначення старшокласників не є ідентичними поняттями [47].

Більшість вчених, узагальнюючи розуміння терміну «професійне самовизначення», акцентують на тому, що це процес вибору, що базується на самоаналізі особистісних можливостей суб'єкта та їх порівнянні з вимогами майбутньої професії. Продовженням цього процесу є час, який визначається



тривалістю зовнішніх умов та індивідуальними особливостями суб'єкта [71]. Самовизначення розглядається як етап соціалізації, під час якого особа набуває готовності до самостійної, творчої діяльності на підставі усвідомлення та співвіднесення своїх потреб, можливостей та здібностей із соціальними вимогами, що визначається системою її ціннісних орієнтацій. Згідно із формулою самовизначення, запропонованою В. Ф. Сафінім, компонентами його змістовного ядра є мотиви (компонент «хочу»), самопізнання як усвідомлення своїх якостей (компонент «є»), самооцінка (компонент «можу»); вимоги суспільства та суспільні норми життя (компонент «вимагають»).

Суть професійного самовизначення полягає в усвідомленні особистістю того, наскільки її власні здібності, інтереси та прагнення відповідають вимогам обраної професії, а також усвідомленні власної відповідальності за можливі наслідки вибору професійного шляху. Основною метою професійного самовизначення за таких умов поетапне формування внутрішньої готовності особистості до самостійного та усвідомленого планування, коригування та реалізації перспектив власного розвитку. Результатом цього процесу є самостійний вибір професії та шляхів професійної освіти, освідомлення власного стану здоров'я, здібностей та можливостей у вивченні обраної професії, а також адекватний, відповідний власним можливостям, вибір оптимального професійного напрямку [71].

У більшості дітей вибір майбутнього професійного шляху відбувається на завершальному етапі шкільного навчання і формується під впливом професійної орієнтаційної роботи, проведеної школою, сім'єю та громадськістю. Важливо відзначити, що визначення професійного самовизначення особистості в ранньому юнацькому віці відбувається в умовах суттєвих змін в діяльності та соціальному оточенні особистості, що викликає значні трансформації в її самосвідомості та формуванні нових аспектів образу «Я». Чим більш точно та свідомо здійснюється процес

самовизначення, тим імовірніше суспільство отримає якісного фахівця-професіонала. Д.О. Закатнов розглядає професійне самовизначення як процес самореалізації особистості в професійній діяльності, заснований на повному використанні своїх здібностей і індивідуально-психофізіологічних можливостей [11].

Сучасні дослідження у науковій літературі підкреслюють, що професійне самовизначення охоплює не лише відповідність вимогам обраної професії та суспільства, але й внутрішню гармонію з самим собою, врахування власного образу «Я» та формування майбутніх планів, враховуючи особистісні особливості, у контексті сучасних соціально-економічних вимог суспільства [67].

Наукові вивчення показують, що учні 10-х класів основний вплив на вибір професії отримують від батьків, ровесників, а також від засобів масової інформації, включаючи Інтернет. Однак учні 11-го класу спостерігають помітні зміни у факторах, що впливають на їхній вибір професії. Навчально-виховна робота школи, за висновками учнів, має невеличкий вплив на цей процес. Гурткова та інші форми педагогічної позашкільної діяльності, хоча втрачають певний вплив із зростанням віку, залишаються важливими орієнтирами для окремих учнів [36].

Значущим джерелом для поетапного розкриття можливостей особистості, модифікації окремих її компонентів та структур, є орієнтація на конкретну діяльність у динаміці самовизначення. Процес вибору, створення системи цілей, досягнення яких потребує відповідної активації психологічних структур і їхньої консолідації, а також напруженості для досягнення визначеного результату, слугує джерелом розвитку психічної організації особистості [16]. Цей механізм розвитку самовизначення особистості тісно пов'язаний із процесом формування та уточнення мотивів діяльності, регуляції діяльності на основі мотивацій та потреб. На різних етапах трудового процесу ці мотиви розкриваються та збагачуються

конкретним змістом і напрямком діяльності, виступаючи як позитивні фактори психічного розвитку [15].

Згідно із В. Васильєвим, визначаються ряд характеристик, які істотно впливають на особливості професійного самовизначення сучасної молоді. Зокрема, динаміка ринкового середовища, яка не гарантує стабільності у вже сформованих стратегіях самореалізації в певній професії та загалом у різних сферах життя. Також важливою є активність та свобода вибору напряму професійного розвитку, але в той же час повна відповідальність за цей вибір. Ще однією ключовою ознакою є розуміння соціальної справедливості, яка визначається не лише як рівність у розподілі доходів, але й як рівність можливостей для строгого дотримання правових та моральних норм у справах. Інші визначальні риси включають індивідуалізм, самостійність, розсудливість, готовність до ризику та певний рівень жорстокості та агресивності у захисті та реалізації власних інтересів [37].

Загально визначаючи, можна зазначити, що професійне самовизначення представляє собою процес формування як фахівця та його соціалізації. Під час цього процесу майбутній спеціаліст набуває готовності до самостійної та творчої професійної діяльності, базуючись на свідомому сприйнятті та особистісному відношенні до суспільних вимог, а також своїх потенційних і наявних здібностей. Цей процес також включає в себе усвідомлення комплексу внутрішніх умов. Разом з цим, майбутній фахівець розвиває здатність до самостійного прийняття рішень стосовно значущих професійних цілей, які мають сенс як для нього особисто, так і для суспільства [10].

В психологічній літературі вивчений достатньо детально перший етап професійного самовизначення, який включає в себе формування професійних намірів та вибір професії випускниками загальноосвітньої школи. Відзначено, що прагнення знайти своє місце у житті, включаючи професійну сферу, та потреба в професійному самовизначенні є значущими психологічними аспектами підліткового віку [28].

На етапі формування професійних намірів значущий вплив на розвиток професійного самовизначення особистості здійснюється через збалансованість різноманітних чинників, таких як життєві перспективи, втілені в уявленнях про майбутні професійні досягнення, особистий досвід, рівень розвитку спеціальних здібностей, об'єктивні потреби у різних видів праці, освітній зміст, престижність обраної професії чи спеціальності, а також рівень первинного орієнтування у різних сферах професійної діяльності і інші. Одні з цих факторів продовжують впливати на професійне самовизначення особистості і на подальших етапах [29].

## **1.2. Складові та чинники професійного самовизначення особистості**

Розвиток професійного самовизначення особистості, обумовлений характером майбутньої професійної діяльності, відбувається унікальним чином, враховуючи внутрішні та зовнішні фактори (особистісні та діяльнісні). Цей процес забезпечує надійну професійну орієнтацію особистості в життєвих і професійних умовах, сприяючи формуванню мотивації, професійної сфери та емоційно-вольового контексту, а також стійких особистісних рис, що є специфічними для конкретних видів діяльності [72]. Інтереси учнів і плани батьків щороку зазнають змін, відображаючи еволюцію уявлень про престижність професій. Не завжди вдається переконати учнів і батьків у тому, що вибір професії не повинен базуватися лише на її престижності в суспільстві, але й враховувати індивідуальні інтереси, здібності, успішність та темперамент. Важливо підкреслити, що хоча внутрішні психологічні чинники, такі як мотивація та переконання, грають визначальну роль у професійному самовизначенні, зовнішні впливи, такі як престиж професії, рівень матеріального забезпечення та інші аспекти, впливають на початковий вибір професійної діяльності та вибір навчального закладу.

Крім того, в психологічній науці існують різні підходи до виділення компонентів та показників готовності старшокласників до професійного самовизначення. В дослідженні І. Бушай вони включають когнітивний, емоційно-оцінний та поведінковий компоненти. Структурна побудова готовності особистості до професійної діяльності В. Семиченко розглядається з точки зору операційної, функціональної й особистісної готовності. У «Я–концепції» Р. Бернса самооцінка та професійні домагання характеризують самосвідомість, мотиваційну і когнітивну складову, що представляють динамічний, оцінний та емоційний характер уявлень особистості про себе й спонукають індивіда до певної поведінки [5].

Процес самовизначення особистості в сфері професійного вибору є динамічним та свідомим. У ньому всі складові взаємодіють та взаємозалежні. Згідно з О. Л. Моріном, структуру цього психологічного новоутворення формують пізнавально-рефлексивний, мотиваційний і процесуально-результативний компоненти [40]. Пізнавально-рефлексивний компонент є ключовим фактором у створенні підґрунтя для формування адекватного ставлення учня до себе як суб'єкта професійного самовизначення. Критеріями цього компоненту є глибина і міцність уявлення учня про себе, світ праці та майбутню професію. Мотиваційний компонент визначається необхідністю та потребою учня у прийнятті рішення щодо вибору майбутнього професійного шляху. Критеріями цього компоненту є ефективність інтересів, сформованість мотивів і змістовність його ціннісних орієнтацій. Процесуально-результативний компонент визначається перетворювальною діяльністю учня, проектною діяльністю і відзначається набуттям ним практичного досвіду. Критеріями цього компоненту є точність умінь і навичок, сформованість професійно важливих якостей, необхідних для обраної професії [66].

Самовизначення у виборі професії серед старшокласників представляє собою складний феномен, який залежить від різноманітних чинників. Розглянемо дослідження, що розкривають основні чинники вибору професії

старшокласниками та які характеризують ситуацію їхнього професійного самовизначення та якість професійних планів. О.І. Зеліченко і О.Г. Шмельов ідентифікували систему зовнішніх і внутрішніх мотиваційних чинників професійного вибору. До зовнішніх чинників вони віднесли: 1. тиск: рекомендації, поради, вказівки оточуючих, а також вплив героїв кіно, літературних персонажів і інші об'єктивні вимоги (служба в армії, фінансове становище сім'ї тощо); індивідуальні обставини (стан здоров'я, здібності тощо); 2. тяжіння – відштовхування: вплив навколишнього середовища, приклади від оточуючих, а також стандарти соціального успіху (мода, престиж, уявлення про успішне життя); 3. інерція: утверджені соціальні ролі (сімейні, приналежність до неформальних груп); стандартні заняття (виниклі під впливом шкільних предметів, захоплень) [61].

Початковим елементом, з якого, на погляд деяких авторів, слід розпочати відтворення структури психологічних чинників професійного самовизначення, є задатки. Це генетично визначені анатомо-фізіологічні особливості головного мозку та нервової системи, що втілюють в собі індивідуальні передумови для розвитку схильностей та здібностей людини. У даному визначенні важливо висвітлити роль задатків як елементарних, природних анатомо-фізіологічних передумов для розвитку ключових компонентів процесу професійного самовизначення, таких як схильності та здібності [68].

Схильності представляють собою наступний етап в структурі професійного самовизначення і виникають внаслідок взаємодії задатків і «даних». За переконанням більшості психологів, саме під впливом цих факторів у людини формується вибіркоче ставлення до діяльності та потреба в ній. Іншими словами, схильності формуються під впливом задатків і «даних» і ведуть до пробудження та мобілізації прихованих людських потенцій, сприяючи виявленню та розвитку здібностей і визначаючи професійну спрямованість. Таким чином, розвиток здібностей, як наступного елементу в структурі професійного самовизначення, не може відбуватися

поза впливом схильностей, а схильність неминуче призводить до розвитку здібностей. З наукової точки зору цей феномен розглядається як закон відповідності схильностей та здібностей. Здатність професійної діяльності відповідати схильностям і здібностям стає значущим критерієм успішного вибору професії. Важливо відзначити, що здібності завжди є результатом взаємодії особистості з умовами її життя та діяльності. У діяльності здібності не лише проявляються, але й формуються. Наступним і вирішальним, фундаментальним елементом структури професійного самовизначення особистості є сформована у ній потреба. Потреба в самовизначенні виступає своєрідним інтегратором вже сформованих в особистості психологічних властивостей, якостей та відносин, що надає можливість ефективно вирішувати проблему професійного самовизначення [76].

Іншими словами, інтереси базуються на потребах людей, але їх спрямованість не обов'язково зосереджена на самому об'єкті потреби, а скоріше на соціальних умовах, які забезпечують доступність цього об'єкта. Вони стосуються конкретних матеріальних та духовних цінностей, що призводять до задоволення потреб. Перед описом професійної самосвідомості, для кращого розуміння її ролі в структурі професійного самовизначення, слід розглянути поняття професійного наміру як необхідного компонента. В психологічній літературі цей термін визначається як свідоме ставлення до конкретної професійної діяльності, що включає знання про її призначення, бажання обрати саме цю професію та отримати відповідну освіту [43].

У свою чергу, свідоме ставлення до обраної професії включає наступні компоненти: усвідомлення суспільного та особистісного сенсу обраного професійного шляху, що визначається мотивацією, пов'язаною зі смисловим виміром (смыслотворчий мотив); усвідомлення відповідності особистості обраній професії та об'єктивна оцінка, наскільки вона відповідає обраному шляху (адекватність самооцінки відповідності професії); розуміння відповідності власних потреб і можливостей об'єктивним обставинам,

включаючи усвідомлення труднощів, що виникають при реалізації професійних планів (усвідомлення труднощів реалізації власних професійних планів). Найбільш важливою умовою формування професійного наміру є наявність стійкого професійного інтересу. Отже, професійна самосвідомість виступає як основний елемент професійного самовизначення, що поєднує всі вищезазначені психологічні складові (схильності, здібності, потреби, інтереси, наміри, мотиви, ціннісні орієнтації) у єдину концептуальну модель професійного образу особистості [65].

У питанні професійного самовизначення значущим аспектом є те, які фактори впливають на сам вибір. Цей процес взаємодіє з такими елементами, як особисті здібності та наміри, особисті бажання та попит на певну професію. Загалом, цей процес визнається як складний, оскільки на нього впливає безліч різних факторів. Внаслідок досліджень цього явища були визначені та класифіковані різноманітні чинники, які мають важливий вплив на цей процес та конкретні його аспекти. До внутрішніх мотиваційних чинників відносяться: 1) Власні мотиваційні чинники професії, які охоплюють предмет праці, процес праці (включаючи його аспекти, такі як привабливість, різноманітність, трудомісткість), та результати праці. 2) Умови праці, включаючи фізичні (кліматичні та динамічні характеристики роботи), територіально-географічні (розташування та необхідність роз'їздів), організаційні (самостійність—підпорядкованість, об'єктивність—суб'єктивність в оцінці праці) та соціальні умови (трудність—легкість отримання професійної освіти, можливості подальшого працевлаштування, соціальний мікроклімат). 3) Можливості для реалізації позапрофесійних цілей, такі як участь у громадській роботі, досягнення певного соціального статусу, створення матеріального благополуччя, відпочинок і розваги, збереження та зміцнення здоров'я, психічне самозбереження та розвиток, а також спілкування [46].

Теоретичний розгляд чинників, що визначають професійне самовизначення особистості, дозволив Р.В. Мотрук створити вичерпну та деталізовану систему, де всі фактори розділені на дві категорії. Перша



категорія (суб'єктивні чинники) включає такі аспекти: а) психофізіологічні, такі як генетичні задатки, статеві різниці, вікові особливості організму та тілесна конституція; б) ціннісно-мотиваційні, які охоплюють інтереси, бажання, нахили, життєві цілі, перспективи, плани, соціальні установки, ціннісні орієнтації та потребу в самоактуалізації; в) рефлексивно-феноменологічні, що включають его-ідентичність, самоприйняття, самоповагу, самооцінку, образ Я та рівень домагань; г) ортобіотичні, які охоплюють стресостійкість, фрустраційну толерантність, внутрішню картину здоров'я; г) психодинамічні, такі як психологічний захист, копінг-поведінка, особливості морально-вольової саморегуляції тощо. Друга категорія (об'єктивні чинники) включає: а) економічні та соціально-політичні аспекти, такі як ситуація в суспільстві, стан ринку та попит на професії, рівень заробітної плати; б) соціально-педагогічні, включаючи інститути соціалізації (сім'я, дитячий садок, школа, ВНЗ тощо); в) соціо- (зокрема, етно-) культурні аспекти, такі як звичаї, традиції, менталітет, фольклор тощо; г) екологічні аспекти, включаючи стан природного середовища, умови і режим праці; г) інтерактивно-символічні аспекти, такі як престиж, імідж, соціальний статус, мода, реклама [42]. Дослідження Л.В. Повалій викликає наш інтерес, оскільки в ньому зазначається, що ключовим соціальним інститутом, який має значущий вплив на формування професійного самовизначення дитини, є сім'я. Водночас, цей вплив залежить від конкретних соціально-демографічних умов [49].

М. М. Захаров виокремлює три основні групи чинників, що визначають професійне самовизначення особистості: 1) загальні чинники макросередовища, що залежать від соціально-економічного ладу. Ці чинники включають умови життя, громадські організації, культурні аспекти суспільства і засоби масової інформації; 2) регіональні (зовнішні) чинники, які визначаються конкретними особливостями економічного та демографічного розвитку регіону. Сюди входить мережа навчальних закладів, культурно-освітній рівень сім'ї, форми проведення дозвілля та інші

аспекти; 3) індивідуальні (внутрішні) чинники, які охоплюють індивідуальні психологічні та фізіологічні особливості людини, такі як стать, рівень розвитку свідомості, здібності, інтереси, ідеали та рівень знань [2].

Відповідно до більшості авторів, елементами професійного самовизначення є професійна спрямованість (яку складають професійно значущі мотиви, професійний інтерес та інформованість, вибірково-позитивне ставлення до професії), професійна самосвідомість, а також плани та наміри. Процес розвитку суб'єкта професійного самовизначення розглядається як формування професійної спрямованості, що визначається соціальними, культурними, умовами освіти та виховання, а також психічною та соціальною активністю самої особистості, що виражається у зрілій внутрішній позиції. Таким чином, професійна спрямованість розглядається як психологічний компонент професійного самовизначення і розвитку особистості [17].

Соціально-економічні умови, міжособистісні відносини в професійному колективі, професійний розвиток і вікові чи професійні кризи також активно впливають на професійне самовизначення особистості. Проте визначальне значення в цьому процесі приділяється самій особистості, її активності та відповідальності за власне становлення. Професійне самовизначення виступає ключовим фактором самореалізації особистості в конкретній професії і в широкому культурному контексті. Постійний пошук свого місця у світі професій дозволяє особистості знайти сферу діяльності для повної самореалізації. Суть професійного самовизначення полягає у самостійному та усвідомленому знаходженні смислів у виконанні роботи та у всій своїй життєдіяльності в конкретних культурно-історичних (соціально-економічних) умовах [22].

Соціально-економічні умови, взаємини у професійному колективі, професійний розвиток та вікові або професійні кризи – всі ці фактори впливають на професійне самовизначення особистості. Проте важливу роль в цьому процесі відіграє сама особистість, її активність та відповідальність за

власний професійний шлях. Професійне самовизначення, що є ключовим аспектом самореалізації, має визначальний вплив на конкретну професію та культуру загалом. Постійний пошук свого місця у професійному світі допомагає особистості знайти сферу діяльності, в якій вона може повністю самореалізуватися. Усвідомлене виявлення смислів у виконанні роботи та усьому життєвому шляху в конкретній соціально-економічній ситуації є сутністю професійного самовизначення.

У структурі самовизначення особистості в професійному контексті можуть виявлятися психологічні механізми, такі як багаторівнева структура мотивів, цінностей, особистісних смислів та здібностей, які визначають важливість певних якостей для професійного розвитку. Розгляд основних компонентів професійного самовизначення вказує на різні підходи до розуміння його структурних елементів. Згідно з поглядами Е. Пряжнікова, компоненти професійного самовизначення виокремлюються наступним чином: ціннісно-моральний аспект, який передбачає пошук сенсу у професійній діяльності та відповідність цінностям особистості; інформаційний компонент, що визначає рівень інформованості про обрану професію; емоційний аспект, який включає привабливість професійних варіантів та позитивну самооцінку як професіонала; морально-вольовий елемент, що стимулює до дії; планування, яке відображає ступінь розвиненості особистісного професійного плану з урахуванням його визначеності, повноти, усвідомленості, обґрунтованості та стійкості, включаючи формулювання професійних цілей, етапів досягнення та системи резервних варіантів; а також контроль-коригувальний аспект, який передбачає постійне переосмислення та удосконалення професійних перспектив [55].

У визначенні проблеми професійного самовизначення за О.І. Вітківською розрізняються три основні аспекти: 1) проблема самореалізації; 2) проблема вибору; і 3) проблема адаптації. Вирішення завдань самореалізації передбачає особистий шлях самопізнання та саморозуміння,

усвідомлення «реалізаційної спрямованості» та її впровадження в сфері професійної діяльності. Особистість здійснює свідомий вибір шляхом формування ціннісної вихідної позиції і вирішення мотиваційних протиріч. Адаптивний аспект проблеми професійного самовизначення включає узгодження всіх елементів індивідуальної профорієнтаційної ситуації: ціннісно-сміслової структури особистості, її здібностей і потреб, актуальних процесів розвитку, а також обставин і ситуацій, що охоплюють як соціальне середовище в цілому, так і існуючу професійну структуру [6].

Самостійність учня при виборі професії є необхідною частиною правильного професійного самовизначення. Одночасно при проведенні професійної орієнтації важливо враховувати вплив як макросередовища, так і мікросередовища на погляди школярів. В. Кавецький включає до чинників макросередовища соціальну структуру суспільства, механізми соціальної стратифікації та роль освіти в цих механізмах. До чинників мікросередовища він відносить соціальне становище, освіту та позицію батьків, особливості їхнього виховання, расову та етнічну приналежність оптанта, успішність його навчання в школі тощо [14].

Отже, аналіз наукових досліджень стосовно сутності та структури професійного самовизначення особистості дозволяє виокремити загальні структурні компоненти, такі як ціннісно-моральний, інформаційний, емоційний, морально-вольовий, контрольнo-корегувальний та професійно-плановий.

Аналіз психологічної літератури вказує, що більшість авторів розглядає мотивацію та професійну спрямованість (засновану на професійно значущих мотивах, професійному інтересі та освіченості, позитивному відношенні до професії), професійну самосвідомість, плани та наміри як ключові складові професійного самовизначення. У контексті розвитку професійного самовизначення особистісний компонент розглядається як процес формування професійної спрямованості, обумовлений впливом на особистість сукупності соціальних і культурних умов, освіти та виховання, а

також психічною і соціальною активністю самої особистості та виражається у зрілій внутрішній позиції. Таким чином, мотивація, професійна спрямованість, особистісна та емоційно-вольова сфери вважаються провідними компонентами професійного самовизначення і розвитку особистості.

Н. Пряжніков визначає такі рівні професійного самовизначення, які включають: формування загальної готовності до самостійного та осмисленого професійного та життєвого самовизначення; вибір конкретної професії, навчального закладу чи місця роботи; оволодіння професією та уточнення спеціалізації під час професійної підготовки; самостійне удосконалення та перепідготовка під час трудової діяльності; оволодіння суміжними та новими видами професійної діяльності. На етапі оптації (14–16 років) відбувається формування професійних намірів, зміна акцентів в навчальній діяльності та зміна мотивації. Провідна діяльність переходить від навчально-пізнавальної до навчально-професійної. Перед завершенням шкільного навчання (16–17 років) виникає криза навчально-професійної орієнтації, пов'язана з необхідністю обрати спосіб отримання професійної підготовки. Відчуття кризи та самоаналіз можливостей призводять до корекції професійних намірів та «Я-концепції» [8].

Рівень професійного самовизначення в професіогенезі залежить від числа факторів. По-перше, це визначається ступенем адекватності, з яким суб'єкт відображає об'єкт своєї діяльності, тобто того, що він намагається пізнати і змінити в навколишньому світі та конкретних трудових ситуаціях. По-друге, самовизначення суб'єкта визначається професійною мотивацією особистості, її спрямованістю, інтересами, установками і іншими аспектами. По-третє, важливим фактором формування самовизначення є розвиток у суб'єкта індивідуальних методів розв'язання типових життєвих та кризових проблем, уявлень про своє місце в житті і праці, самовизначення в суспільстві та уявлення про себе, системи самооцінки і самовдосконалення. Це визначає індивідуальні можливості суб'єкта щодо виявлення рівня

професійного самовизначення та управління цією характеристикою (розвитком, корекцією) [23].

Отже, ключовим механізмом формування особистості та досягнення визначеного рівня професійного самовизначення є адаптація психічної організації до вимог діяльності. Проте в умовах жорстко детермінованих нормативів та вимог діяльності особистість та її психіка проявляють не лише різноманітність форм та способів пристосування та самоорганізації, але й активно виявляють конструктивну особистісну активність у пошуку та розробці механізмів та прийомів регуляції діяльності [20].

Аналіз наукових джерел розкриває фактори, які визначають професійне самовизначення, такі як система загальнолюдських цінностей, соціально-економічні умови, вплив «значущих інших» (сім'ї, друзів, вчителів), вікові та статеві характеристики особистості, спрямованість, самоактуалізація та рівень домагань, престижність професії, ступінь інформованості, професійні інтереси, схильності та здібності. Велике значення у професійному самовизначенні має взаємодія сім'ї та державно-суспільних структур [62].

Існує вісім ключових факторів, які визначають самовизначення та повинні ідеально взаємодіяти: позиція старших членів сім'ї, однолітків, «значущих інших» та вихователів; особисті професійні плани; професійна спрямованість, здібності та навички; досягнутий рівень розвитку особистості як суб'єкта діяльності; рівень домагань; прагнення до суспільного визнання; інформованість щодо професійного майбутнього; схильність до певних видів діяльності та соціально-економічних викликів [2].

За характером впливу на суб'єкт професійного самовизначення виділяють наступні аспекти:

– Об'єктивні фактори, чий вплив однаково проявляється в однорідних групах, такі як соціально-економічні умови, етап навчання та професійна спрямованість.

– Суб’єктивні фактори, що відображають особистісні характеристики учнів, такі як рівень мотивації, усвідомлення, цілеспрямованість і, загалом, наявність професійно-важливих якостей.

– Соціально-психологічні фактори, які пов’язані з індивідуалізованим впливом оточуючих «значущих інших» учнів [14].

До зовнішніх чинників, які впливають на розвиток готовності старшокласника до професійного самовизначення в умовах змін, можна віднести: внутрішній стан у країні (війна); світові тенденції у виникненні нових професій; економічну ситуацію в країні; громадську думку про престиж та важливість певних професій; рівень заробітної плати; можливість творчого самовираження у вибраній сфері; підтримку і турботу батьків; очікування батьків, пов’язані з вірою, порядком та дисципліною в сім’ї; турботу та підтримку однолітків і друзів; участь та взаємодію молоді в школі; турботу та підтримку суспільства (доступність ресурсів для здорового розвитку: охорона здоров’я, житло, освіта, робота та відпочинок) і т.д. Внутрішні чинники включають лише психічні детермінанти, які формуються внутрішнім світом особистості та розвиваються протягом її життя та виховання [5]. Це – важливість події або явища для особистості, визначені цінності, особисті потреби, здібності, компетенції, мотивація досягнень, особисті якості, самосвідомість, прагнення до максимального розвитку власних здібностей та здатність до рефлексії та осмислення майбутньої професійної діяльності в умовах змін у суспільстві. Також слід відзначити, що професійна орієнтація – це система науково обґрунтованих методів і засобів, що допомагає особистості вибрати чи змінювати професію, а також пристосовуватися до вимог ринку праці, враховуючи її індивідуально-психологічні особливості, інтереси, можливості та потреби [54].

Згідно з Я.М. Раєвською, активність, якою є професійне самовизначення, представляє собою специфічну форму виявлення особистістю своєї ініціативи в власному житті. В цьому процесі старшокласник формує свою особистісну позицію відносно цінностей та

смислів, пов'язаних з конкретною професією. Зазначається, що зовнішні психологічні чинники мають більший вплив на професійне самовизначення старшокласника, ніж внутрішні. Це підтверджується тим, що більшість старшокласників обирає професію під впливом сучасних суспільних мод, популярних та високооплачуваних професій, несвідомо слідуючи соціально бажаним образам та ідеалам. Можна зробити висновок, що система професійної орієнтації школярів, спрямована на усвідомлений вибір професії з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей, має вирішальне значення як для конкретної особистості, так і для суспільства в цілому [57].

Відомо, що формування психологічної готовності молодих людей до вибору професії визначається системою мотивів і потреб, які вони мають намір реалізувати через обрану професію. Більшість авторів виділяють чотири рівні розвитку професійної спрямованості: початковий рівень, коли особистість зовнішньо приймає рішення засвоїти конкретну професію; другий рівень, де особистість має фіксовану установку на професію та більш стійкі інтереси; третій рівень, коли особистість володіє чіткою установкою на професію, стійким інтересом та схильністю до неї; четвертий рівень, який характеризується пристрасним захопленням своєю обраною професією [16].

У моделі Є. А. Клімова «Восьмикутник основних факторів вибору професії» всі названі елементи, що визначають ситуацію професійного самовизначення, можна розглядати як мотиви конкретного вибору, які відповідають на питання, чому саме обрана та чи інша професійна траєкторія. Одночасно враховуються особисті схильності та інтереси, здібності та можливості, престиж обраної професії, рівень інформованості про неї, а також думки та позиції батьків, однокласників, друзів і однолітків. Усе це враховується разом із задоволенням виробничих потреб, а також урахуванням наявності конкретного плану дій для досягнення професійних цілей. Кожен підліток потребує підтримки в узгодженні цих мотивів і вимог суспільства [18].



### 1.3. Специфіка професійного самовизначення старшокласників

Професійне самовизначення представляє собою важливий аспект загального процесу соціалізації молоді і є необхідною передумовою для їх успішності та конкурентоспроможності в умовах сучасного соціально-економічного середовища. Ця тема залишається актуальною протягом багатьох років у контексті психологічної теорії та практики. Суспільству особливо потрібні індивіди, які мають високий рівень загальноосвітньої та професійної підготовки та здатні вирішувати складні соціальні, економічні, політичні, науково-технічні завдання [21].

Основи професійного самовизначення особистості закладаються ще під час періоду шкільного навчання, на яке суспільство покладає завдання готувати дитину до самостійного визначення свого місця та самореалізації в житті, зокрема в сфері професійного вибору. Саме в рамках загальноосвітньої школи молоді люди стикаються з першим вибором, який визначає їхній майбутній професійний шлях. Цей етап є надзвичайно важливим для розвитку особистості і є обов'язковою умовою подальшої професійної самореалізації. Під час цього процесу формується ставлення особистості до себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності, а результатом є її готовність до самостійного визначення професійного шляху, тобто обрання варіантів самореалізації в конкретній професійній сфері в умовах сучасного ринку праці [66].

Перед освітою стоїть завдання готувати старшокласників до самостійного визначення свого місця в житті та вибору професійного шляху, що є важливою основою для їхньої подальшої самореалізації у професійній сфері. Цей процес є ключовою частиною розвитку особистості та обов'язковою передумовою для її подальшого професійного росту. Під час цього етапу формується ставлення особистості до себе як до суб'єкта майбутньої професійної діяльності, а результатом є готовність особистості

визначати варіанти самореалізації у конкретній професійній галузі в умовах сучасного ринку праці [53].

У сучасному українському суспільстві відзначається швидкий приріст числа професій, що призводить до викликів у перебудові стереотипів і традиційних форм професійної ідентифікації. Згідно з віковою періодизацією, що застосовується більшістю вітчизняних дослідників, існує етап формування професійної спрямованості, що припадає на ранню юність (15-17 років). Цей період визначається підготовкою до дорослого життя, праці, а також свідомим і відповідальним плануванням і обиранням професійного шляху. Ключовим моментом у процесі професійного самовизначення є вибір професії, що пов'язаний з завершенням навчання в школі. Основними чинниками, що впливають на цей вибір школярів, є їхнє усвідомлення власних інтересів, здібностей, цінностей і рівня домагань, що включає оцінку своїх об'єктивних можливостей [25].

Період юнацького віку є часом, коли відбуваються значущі трансформації в психіці особистості. Цей етап визначається інтенсивним ростом самосвідомості, що взаємодіє з розвитком особистісної рефлексії. У цей період молодь уважно вивчає саму себе, взаємодію з оточуючими, власні можливості та амбіції, розглядаючи свої сильні і слабкі сторони та збагачуючи самосвідомість новими враженнями. Ця рефлексія охоплює як минуле, так і майбутнє, об'єднуючи дитячі враження про себе з очікуваннями від себе в дорослому житті. Молодь постійно аналізує навколишній світ, взаємодію з іншими людьми, свою власну особистість і навіть власну рефлексію. Саме тому особливості цього вікового етапу, як стверджують В.І. Слободчикова і Г.А. Цукерман, визначаються формуванням нового типу пізнавальних інтересів, які породжують внутрішню рефлексію [32]. Професійне самовизначення виступає важливою складовою професійного розвитку особистості у юнацькому віці і слугує показником професійної зрілості, що є однією з форм особистісного росту. Цей процес розглядається як суттєвий та серйозний вибір для старшокласників, який є важливим

аспектом соціально-психологічної зрілості особистості. Закінчуючи шкільне навчання, старшокласник повинен вирішити свій подальший життєвий шлях та розпочати процес професійного самовизначення, який розглядається на чотирьох етапах. Перший етап включає дитячу гру, де діти приймають різні професійні ролі та експериментують з різними аспектами поведінки. Другий етап представляє собою підліткові фантазії, коли старшокласники уявляють себе у ролях обраної майбутньої професії. Третій етап, охоплюючи весь підлітковий та юнацький період, визначає попередній вибір щодо професії. Різні види діяльності в юнацькому віці оцінюються та ранжуються з урахуванням інтересів та захоплень старшокласника. Останній, четвертий етап, передбачає конкретний вибір професії і включає дві основні складові: визначення рівня кваліфікації майбутньої роботи та тривалості необхідної підготовки, тобто вибір конкретної спеціальності [5]. Важливо відзначити, що юнацьке самовизначення має комплексний характер, оскільки воно поширюється не лише на професійну сферу (вибір майбутньої трудової діяльності), але й на сімейну (вибір шлюбного партнера, створення родини), громадянську (активна соціальна позиція, вибір друзів) і т. д.

Проаналізувавши результати досліджень [7], спрямованих на вивчення професійного самовизначення у юнацькому віці, деякі автори ідентифікували основні чинники формування професійного самовизначення юнаків та розподілили їх за двома групами: зовнішніми, пов'язаними із впливом соціуму, та внутрішніми, які обумовлені особистісними психологічними характеристиками. Сім'я відіграє ключову роль у першій групі. Батьки впливають різними методами, сприяючи прямому успадкуванню своєї професії чи продовженню сімейного бізнесу. Вони активно стимулюють розвиток відповідних інтересів у дітей вже з раннього віку та формують певну сімейну атмосферу, яка також впливає на вибір професійного шляху [75].

Так, С.В. Кузнецова, досліджуючи вплив батьківських установок на професійний вибір молоді, наголошує на важливості взаємодії батьків із

дітьми для успішного професійного самовизначення. Зокрема, вона рекомендує: 1) більше часу приділяти спілкуванню про власний професійний вибір та пріоритети в цьому виборі; 2) допомагати усвідомлювати дітям їхні власні можливості та внутрішній світ, підкреслюючи їхню унікальність та вплив на вибір професії; 3) готувати дітей до змін у суспільстві, враховуючи динаміку та складність сучасного світу, що вимагає гнучкості та активності в умовах мобільності; 4) розуміти дітей, виявляти увагу до їхніх бажань та бути готовими прийняти їхню точку зору у виборі професії. Уникати авторитарності у відносинах з дітьми [26].

Ще одним важливим чинником формування професійних планів юнаків є вплив близьких друзів, товаришів та однокласників. Багато молодих людей узгоджують свої професійні плани як з батьками, так і з друзями (за компанію обирають той чи інший навчальний заклад під впливом товаришів). Важливу роль також відіграють вчителі старших класів на професійному виборі. Вчителі можуть виявити природні здібності та інтереси учня та спрямувати його на обрання певної професії або зацікавити відповідною дисципліною своїм власним прикладом. Важливим фактором є також наявність освітніх закладів в місці проживання майбутніх абітурієнтів. Зазвичай, у невеликих містах та особливо в сільських районах може бути обмежений вибір освітніх закладів, що призводить до вузького спрямування інтересів більшості юнаків. Престижність певної спеціальності відіграє значущу роль у виборі старшокласниками «модних» напрямків, які, однак, не завжди відповідають реальним потребам на ринку праці. Також важливо враховувати недостатню інформованість учнів старших класів щодо особливостей кожної професії, її вимог і обов'язків. Стереотипи стосовно статі та ролей також можуть впливати на те, що хлопці виявляють більший інтерес до науково-технічних галузей, тоді як дівчата можуть бути більш схильними до сфери мистецтва або обслуговування. У процесі становлення професійного самовизначення особистості у юнацькому віці внутрішні фактори також відіграють важливу роль. Здібності та спрямованість

визначають успішність в певній діяльності і формують індивідуальний інтерес до конкретного виду роботи. Зазначено, що деякі молоді люди обирають професії, які є нереалістичними для їхніх задатків, але при цьому важливо враховувати вплив мотивації та інтересів на досягнення успіху у обраній сфері, порівняно зі здібностями [36].

Здібності та спрямованість впливають на інтереси учня і його успішність у вибраній сфері; інтернальний локус контролю визначає відчуття відповідальності за життя та професійний вибір; рівень самооцінки відображає почуття власної цінності та самоповаги, впевненість в собі та емоційну стабільність. Важливою роллю в юнацькому професійному самовизначенні відіграє педагогічний вплив, спрямований на виявлення та розвиток індивідуальних потенціалів школярів. Крім того, сімейне оточення, вплив друзів та сприятливість умов у місці проживання також визначають професійний вибір. У виборі професії важливу роль відіграє інформованість про різні сфери діяльності та їх вимоги. Таким чином, внутрішні фактори юнацького самовизначення формуються через взаємодію здібностей, інтересів, внутрішньої відповідальності та самооцінки, що визначають ключові аспекти професійного становлення особистості [32].

Чим більш адекватно юнаки оцінюють свої можливості, тим позитивніше це впливає на їх професійне самовизначення. Рівень домагань, що відображає розуміння своїх здібностей, актуальних установок та цінностей особистості, є важливим фактором у процесі життєвого вибору. Такий вибір визначається не лише особистими переконаннями, але і зовнішніми впливами. Рівень мотивації до навчальної діяльності, пов'язаний із відповідністю мотивів та мети навчання, визначає можливість реалізації актуальних та виникнення нових мотивів у професійному навчанні. Зацікавленість у майбутній професії, виражена свідомою потребою в адекватному виборі професії та виявленням активності, також визначає професійні уподобання. Важливо враховувати гендерні відмінності, де жінки можуть надавати перевагу роботі з людьми та вважати важливими відносини,

тоді як чоловіки віддають перевагу свободі і автономії. У дівчат властиве об'єднання "жіночих" цінностей життя та ієрархії соціальних відносин [39].

Вибір, який роблять юнаки, може свідчити про формування двох різних типів самоідентифікації чоловіків. Перший тип орієнтується на традиційний стереотип чоловіка, що включає в себе відвагу, натиск, боротьбу, в той час як другий враховує нейтральні характеристики, незалежні від статі. Хлопці та дівчата спільно визначають прийнятні та неприйнятні життєві цінності, проте самі пріоритети життя можуть трохи змінюватися не лише в залежності від статі, але і від обраної професії. Більшість юнаків обирають професії, які відповідають їхнім гендерним ролям. Рівень рефлексивності виступає ключовим чинником у становленні професійного самовизначення [32].

У процесі особистісного розвитку, рефлексія виявляється на різних рівнях та в різних виявах. Як властивість індивіда, рефлексивність не тільки відображає образ "Я", але й усвідомлює сутність взаємодії з іншими особами. У взаємовідносинах між людьми, рефлексія виступає як важливий аспект моральної поведінки особистості. З точки зору деяких авторів, одним з ключових елементів формування професійного самовизначення юнаків є рівень рефлексивності. Розвиток цього аспекту, за словами О.А. Ляшенка, визначає прогрес багатьох інших факторів, таких як самооцінка, ціннісні мотивації, усвідомлення власних здібностей та постановка адекватних цілей у професійному розвитку. Водночас, еволюція цього аспекту сприяє формуванню особистої суб'єктивності юнака і, отже, свідомому вибору професії. [31]. Також, І. М. Семенов висловлює важливість формування рефлексивного оточення, вказуючи на його зв'язок із відкриттям, аналізом та переосмисленням всіх аспектів діяльності: інтелектуального, регулятивного, комунікативного, мотиваційного. Це створює сприятливу платформу для свідомого вибору цінностей, смислів, форм і засобів самореалізації, дозволяє визначити унікальний спосіб життєтворчості та виявити власний конструктивний потенціал [53]. Оволодіння навичками рефлексії, спроможністю до критичного самоаналізу, збагачує концепцію особистості.

Спостерігаючи за собою у різних ситуаціях, оцінюючи свої здібності та можливості, порівнюючи себе з іншими, людина краще усвідомлює свої сильні та слабкі сторони, індивідуальні особливості. Отриманий в процесі рефлексії самопізнавальний досвід розширює її уявлення про себе, надаючи можливість створювати більш адекватні майбутні цілі.

Ряд авторів вважають, що вивчення професійного самовизначення у юнацькому віці повинно враховувати взаємозв'язок із процесами самовизначення у світогляді, особистісному і соціальному самовизначенні, що є невіддільною частиною цілісного процесу. Професійне самовизначення повинно бути тісно пов'язане як ситуативно, так і змістовно з аспектами соціального самовизначення: вибором соціального оточення та вираженням готовності приєднатися до певної професійної сфери як соціальної діяльності, а також виявленням інтересу до розширення соціальної взаємодії. При цьому неможливо розглядати професійне самовизначення окремо від самовизначення особистості у сферах світогляду, моральної позиції та життєвого сенсу, оскільки ці аспекти визначають різноманітні зв'язки особистості з навколишнім світом, включаючи характер, спрямування, мету і ціннісний зміст її діяльності [70].

Основні аспекти процесу професійного самовизначення особистості та його впливу з точки зору оточуючого середовища можуть бути розглянуті як внутрішні механізми та процесуальні аспекти. Старшокласники часто стикаються із труднощами при виборі майбутньої професії, що може бути пов'язано як з внутрішніми мотиваційними конфліктами, так і з недостатньою готовністю прийняти рішення. Ці труднощі можуть виникнути через незавершеність розвитку деяких особистісних характеристик, "незрілість" самих обставин, недостатню їх розкритість чи недостачу необхідної інформації. Готовність до вибору професії залежить від внутрішнього стану особистості старшокласника, який визначається зрілістю особистісних структур. Ця зрілість є результатом конструктивної взаємодії різноманітних соціально-психологічних чинників у ситуації професійного

визначення. Багато психологів розглядали проблему професійного самовизначення старшокласників і умов їх самореалізації, тому числі на ринку праці [80]. Аналіз цієї проблеми теоретично ускладнений через широкий спектр значень поняття «самовизначення». Воно використовується в літературі у різних контекстах: від психологічного змісту процесів індивідуального самовизначення особистості до акцентів у вивченні цих процесів різними галузями психології, такими як «життєве самовизначення», «соціальне самовизначення», «моральне самовизначення», «професійне самовизначення» та інші, за словами В. Рибалки [58]. У віковій психології фокус на самовизначенні старшокласників вивчається в контексті юнацького віку, процесів формування світогляду, соціалізації і вибору сфери професійної діяльності (відзначено Л. Божович, Р. Бернс, В. Журавльов, А. Кухарчук, П. Шавір).

В монографії В. Сафіна ретельно розглядається проблема самовизначення старшокласників. Процес самовизначення особистості описується як цілеспрямована та творча поведінка, спрямована на систематичне оволодіння різними сферами життя, що ґрунтується на концепції, що повністю включає суб'єкта і виникає в результаті особистісної переробки і внутрішніх переживань. Основними динамічними силами цього процесу слугують вирішення сутнісних протиріч між внутрішніми силами індивіда («хочу», «можу», «маю»), між особистістю та цілями інших, між бажаним і досяжним, а також між внутрішніми принципами і зовнішніми умовами. Щоб подолати обмеження загальноприйнятих підходів до розкриття суті проблеми самовизначення старшокласників, деякі автори використовують терміни «життєвого самовизначення» (В. Журавльов) та «життєвих перспектив» (Є. Головаха). Життєві перспективи особистості аналізуються через її життєву мету і плани. Мета, яку людина ставить перед собою, є «предметною і хронологічною межею актуального майбутнього», а плани «заповнюють проміжок до цієї мети» [73]. У процесі реалізації життєвих перспектив значущу роль відіграють ціннісні орієнтації.



У роботах, які досліджують проблему самовизначення старшокласників, часто використовується термін «особистісне» для вказівки на ширший зміст використання цього поняття. Наприклад, у М. Гінзбурга особистісне самовизначення описується опосередковано через поняття смислового майбутнього, яке представляє «ідеальну самопроекцію особистості в майбутнє і ділянку, що ціннісно мотивує процес розвитку особистості» [58].

Визначено, що особистісне самовизначення старшокласників є ціннісно-смысловим явищем, яке має генетично вихідний характер і визначає всі інші форми самовизначення (Т. Буякас, М. Гінзбург, З. Карпенко, Р. Пасічняк, В. Сафін та ін.). Особистісне самовизначення здійснюється через ієрархізацію та організацію ціннісно-смыислової сфери старшокласника. Дослідження аспекту цінностей у самовизначенні тісно пов'язане з розглядом природи та сутності цінностей як регуляторів поведінки, уявлень старшокласника про майбутнє, формування сенсу життя та розвитку суб'єктного потенціалу людини. За словами В. Сметаняка, «ціннісне самовизначення безпосередньо пов'язане з вибором, оскільки при його здійсненні старшокласник має обрати певні цінності» [64].

У роботі О. Мельника поняття готовності старшокласника до самостійного вибору майбутньої професії описано як комплексне особистісне утворення, що складається з різних компонентів, що взаємодіють, розвиваються і піддаються систематичному формуванню, і в цілому забезпечують здатність до самостійного вибору майбутньої професії [38]. В контексті готовності старшокласників до професійного самовизначення в сфері технічної діяльності В. Мачуський визначає це як інтегральне особистісне утворення, що включає стійке бажання займатися професійною діяльністю в галузі розробки, виготовлення та експлуатації технічних об'єктів, наявність спеціальних знань, умінь і навичок, а також комплекс індивідуально-психологічних, психічних і характерологічних особливостей, які гарантують ефективність їхньої подальшої професійної діяльності у даній галузі.

Професійне самовизначення старшокласників є складовою частиною їхнього життєвого та особистісного самовизначення, відбувається в умовах обмеженої свободи вибору, і його взаємозв'язок з особистісним самовизначенням залишається неповністю з'ясованим. Професійне самовизначення старшокласників нерозривно пов'язане із вибором професії. За класифікацією психолога Є. Климова існує п'ять основних типів професій, які визначаються ставленням людини до різних об'єктів оточуючого світу. Перший тип охоплює професії «людина – людина», такі як вчителі, вихователі, лікарі, менеджери тощо. Другий тип включає професії «людина – техніка», такі як водії, інженери, слюсарі тощо. Третій тип професій охоплює сферу «людина – природа», включаючи садівників, лісників, агрономів, лікарів ветеринарів, тваринників, меліораторів, геологів, біологів, виноградарів, пасічників. Четвертий тип об'єднує професії «людина – знакова система», такі як економісти, бухгалтери, програмісти, інспектори відділів кадрів, штурмани авіації, перекладачі. П'ятий тип включає професії «людина – художній образ», такі як архітектори, фотографи, скульптори, художники, бутафори-декоратори, модельєри, музиканти, співаки, танцюристи, настроювачі інструментів [7].

Зрозуміло, що старшокласник може мати не тільки вподобання або здібності лише до однієї професії, але й до кількох. У таких випадках виникає потреба обрати між ними. Ситуація ускладнюється, коли стає зрозуміло, що для обраної професії відсутні необхідні навички чи знання. Тоді можна або звернутися до чогось подібного, але більш-менш схожого, або розглядати можливість компенсації – властивості психіки, що передбачає перебудову функцій організму, порушених чи втрачених через захворювання чи травматичні ушкодження.

У психологічних дослідженнях відзначається, що на професійне самовизначення старшокласників впливає низка факторів: активність самого суб'єкта у визначенні свого майбутнього, соціальні та економічні чинники, аспекти культури (М. Пряжников), відповідальність за своє життя (К.

Абульханова–Славська), особливості обраної професійної галузі (Є. Клімов, В. Зірег), особистісна зрілість та готовність до здійснення вибору (Д. Леонт'єв), рефлексивні здібності (С. Неверкович, Н. Самоукіна), особливості самосвідомості (П. Шавір), індивідуально-типологічні особливості старшокласника (Т. Кудрявцев, А. Сухарев).

У контексті пошуку професійного шляху старшокласника виникають значущі аспекти спілкування. На цьому етапі вперше проявляється самостійна схильність до здобуття нових знань. Цей період має свої відмінності: у шкільний час учень не має можливості самостійно обирати знання для свого навчання, тому для розширення професійного спектру йому необхідно конструктивне спілкування з оточенням. Тут важливо враховувати співпадіння їхніх очікувань із прагненнями, підтримку вибору професії, а також надання матеріальної та моральної підтримки. Спілкування визначає формування загальних поглядів на професійну діяльність, особистісних професійних цінностей, впливає на первинний романтичний ідеал старшокласника щодо професійного розвитку – узагальнене уявлення про максимально можливий професійний рівень власного розвитку та бажану форму реалізації свого потенціалу [11].

Вивчено, що важливою складовою усвідомленого професійного визначення є самосвідомість. Її зміст включає в себе оцінку взаємин з іншими людьми, уявлення про бажане і реальне «Я», а також усвідомлення власних якостей. Готовність старшокласника до професійного самовизначення проявляється через усвідомлення ситуації вибору, розуміння особливостей різних професій та їхнє об'єктивне порівняння з власними можливостями і інтересами, а також активну спрямованість на пошук необхідних ресурсів для реалізації професійного самовизначення [13].

Економічне положення, в якому знаходиться старшокласник, часто слугує основою для зміни його професійного вибору, щодо якого він шукає вияву власного «Я». Наслідком цього може бути позначений вплив стереотипів, пов'язаних із економічною привабливістю конкретних галузей.

Таким чином, економічні фактори та вплив стереотипів значно впливають на те, щоб старшокласник відмовлявся від своїх первісних професійних нахилів. Іншим мотиватором для зміни професійного вибору є соціально-політична обстановка в країні, а також тенденції моди та тенденції до наслідування [74].

Проведений нами теоретичний аналіз наукової літератури демонструє, що на формування професійного самовизначення впливає ряд факторів, проте для молоді на даному етапі ключовим завданням є знаходження власного бачення майбутньої професії. Основні умови та чинники, які сприяють свідомому професійному самовизначенню, включають можливість досліджувати світ професій, об'єктивну оцінку власних якостей при виборі професії, адекватну оцінку ситуації вибору професії та визначення індивідуальної ієрархії мотивів. Успішне самовизначення на юнацькому етапі також вимагає вміння рефлексувати щодо власної поведінки, здібностей та навичок, а також розуміння причин, які впливають на вибір конкретних спеціальностей.

Визначено, що процес формування професійної ідентичності підлітка є взаємодією його особистісних психологічних рис з навколишнім оточенням. Передача зовнішніх соціальних впливів через внутрішні психологічні умови є основою особистісного досвіду підлітка. Сформування особистісного досвіду під впливом соціально-психологічних чинників є підґрунтям для становлення професійної самосвідомості старшокласника.

## РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

### 2.1. Методики дослідження показників професійного самовизначення особистості

Згідно з метою та завданнями магістерської роботи нами був підібраний комплекс психологічних методик для визначення показників професійного самовизначення старшокласників. У експериментальному дослідженні взяли участь 30 осіб, учнів 10-11 класів Кубейського ліцею з початковою школою та гімназією Кубейської сільської ради (віком респондентів 16 – 17 років).

Означенні вище завдання детермінували хід емпіричної частини роботи і дозволили виділити такі її етапи: підготовчий, діагностичний і аналітичний.

Підготовчий етап супроводжується системою методів до якої входять: спостереження, бесіди, опитування, тестування.

Тому зміст підготовчого етапу полягає в створенні психодіагностичного комплексу, спрямованого на вивчення професійного самовизначення особистості. Так, для дослідження психологічних особливостей синдрому емоційного вигорання у майбутніх психологів було проведено наступні методики: «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова); Диференційно-діагностичний опитувальник Є. О. Клімова (ДДО); методика «Опитувальник професійних переваг» (I частина модифікації тесту Голанда); «Професійна готовність» (А.П. Чернявська) [78].

Перша методика, яку ми розглядаємо, називається «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчаров). Ця методика надає можливість визначити конкретний тип мотивації, який є одним із основних складників професійної спрямованості та виступає провідним фактором під час вибору майбутньої професії. Вона включає двадцять тверджень, які ретельно описують

характеристики, що підходять до будь-якої професії, та спрямовані на подальшу оцінку впливу вибору професії [77].

Ця методика дає можливість визначити вид мотивації, який переважає серед інших у списку, включаючи зовнішні негативні та позитивні мотиви, внутрішні соціально значущі та індивідуально значущі мотиви. Внутрішні мотиви переважно пов'язані з задоволенням досягнення конкретної мети під час виконання поставлених завдань, що врешті-решт приносить суб'єкту відчуття успішної реалізації прагнень. Ці мотиви виникають з потреб самої людини та використовуються під час професійної діяльності з великим задоволенням, незалежно від зовнішніх впливів або тиску.

Внутрішні мотиви при виборі професії можуть включати різноманітні чинники, серед яких методика особливо виділяє такі аспекти: значущість для особистості (як у соціальному, так і в особистісному плані), відчуття задоволення від виконаної роботи та її процесу, можливість творчого самовираження (розкриття внутрішнього потенціалу), можливість встановлення комунікації (створення нових зв'язків, участь у професійній спільноті та колективі), а також можливість управління людьми (в контексті виконання конкретних обов'язків, делегування завдань та контролю за процесами, задоволення відчуття важливості). Зовнішні мотиви, як ключові фактори, що виникають із зовнішнього середовища, також мають суттєвий вплив на вибір професії. До таких мотивів зазвичай відносять заробітну плату, додаткову винагороду, прагнення до престижу, страх перед осудом чи невдачею, наслідки перемоги чи програшу, та інші.

Зовнішні мотиви можна класифікувати на негативні та позитивні. До негативних, як правило, відносять вплив на особистість через безжальну критику, цілеспрямований тиск, руйнівне засудження, жорстке покарання та інші деструктивні елементи впливу. З іншого боку, позитивні мотиви спонукають особу вкладати зусилля у досягнення результату, покращуючи її становище. Сюди входять схвалення від колективу, кар'єрне просування, отримання престижу та матеріальне стимулювання.

Наступним методом дослідження є Диференційнодіагностичний опитувальник Є. О. Клімова (ДДО), який має за мету визначити тип професії, найбільш відповідний майбутньому фахівцю [17]. Цей інструмент характеризує рівень розуміння та відповідність образу його майбутньої професії та визначає її належність до конкретного типу. Зазвичай опитувальник використовується для проведення професійної орієнтації та діагностики схильності досліджуваного (незалежно від віку, чи то дорослого, чи підлітка) до певної професійної сфери, визначаючи його інтереси через відбір тверджень та їх подальшу фіксацію. Опитувальник включає п'ять категорій професій: «людина – природа», «людина – знакова система», «людина – техніка», «людина – художній образ» та «людина – людина». Фахівці, які обирають професії типу «людина – природа», найбільше цінують взаємодію з органічним світом, таким як рослини, бактерії, тварини, мікроорганізми тощо. Їхня діяльність спрямована на вивчення умов проживання та особливостей цих організмів, а також на підтримання їхньої життєдіяльності. Ці фахівці часто проявляють здатність до уточненого спостереження за життєвим циклом природи, мають прогностичне мислення і відзначаються високою працездатністю. Важливі риси характеру для фахівців типу «людина – природа» включають уважність, активність та ініціативність. Ці професіонали виявляють терпіння в очікуванні результату, проявляють спостережливість у фіксації змін, мають стійкість до очікуваних змін, систематичність у веденні щоденника життєвого циклу та готовність до довгострокового результату.

Спеціалістам типу «людина – знакова система» притаманна привабливість взаємодії зі схемами, формулами, графіками, символами, цифрами та іншими знаковими системами. Вони цінують оперативну пам'ять із можливістю довгострокового збереження даних для подальших маніпуляцій, мають терпіння та стійкість під час переважно одноманітної праці та володіють точністю сприймання та аналізу інформаційних потоків. Ці професії часто не передбачають комунікації з людьми, що відповідає

фахівцям, які віддають перевагу роботі з документами та можливістю проводити робочий час усамітнено.

До категорії професій «людина – техніка» відноситься взаємодія з неживою природою, що зазвичай відповідає таким навчальним предметам, як креслення, інженерія, математика, конструювання, хімія, фізика та інші подібні. Представники цього типу професій мають особливу потребу у технічному мисленні та сприйнятті, що сприяє їх взаємодії з об'єктами цієї професійної діяльності. Для успішної роботи важлива точність рухів, що передбачає добре розвинену моторику, а також гнучкість розуму, включаючи координацію, об'єктивне сприйняття та увагу до деталей.

Професії та види діяльності у категорії «людина – художній образ» охоплюють такі сфери, як кінематограф та мультиплікація, архітектура, ландшафтний дизайн, твори образотворчого та декоративно-ужиткового мистецтва, імпровізації, літературні твори, постановки та вистави. Важливими характеристиками для цього типу професій є розвинена уява, виражена креативність, здатність мислити образами та естетична чуттєвість. Цей тип професій об'єднує не лише тих, хто безпосередньо займається мистецтвом, але й тих, хто надає їм підтримку та обслуговує.

Інший напрямок професій, що включає взаємодію з людьми, отримав назву «людина – людина». Це включає області обслуговування (наприклад, робота офіціанта чи продавця), медицини (лікар), освіти (викладач, учитель), права (юрист, адвокат), виховання (вихователь), управління (керівник), ведення заходів (ведучий), розвитку (психолог, тренер, наставник), а також знайомства та спілкування (соціальний працівник). Ключовими характеристиками для успішної комунікації представників цього типу професій є цінності, ставлення до інших людей, емоційна стійкість, емпатія, моральні принципи, спостережливість та рівень комунікативних навичок. Елементами цього типу є люди різного віку, що належать до різних соціальних груп і формують специфічні соціальні спільноти.



Для діагностики показників професійної спрямованості та придатності ми використали методику «Опитувальник професійних переваг» (I частина модифікації тесту Дж. Голанда) [78].

Тест містить 42 пари професій, і вам необхідно обрати одну професію з кожної пари. Завдання для учнів полягає в тому, щоб у своїх зошитах вказати порядковий номер обраної вами професії та, поруч з цим номером, вказати варіант відповіді «А» або «В». Наприклад, у першій парі, якщо ви обрали професію інженера-технолога, ви записуєте - 1А, а якщо ваш вибір зупинився на професії інженера-конструктора, то відповідь буде 1В. Так само вибирається відповідь у другій парі: професії електрорадіотехніка відповідає запис 2А, а лікар-терапевт - 2В. Під час виконання тесту учням надаються роз'яснення, пов'язані з особливостями кожної з професій. Для розрахунку балів необхідно у своєму листку відповідей відзначити збіги за шістьма шкалами таблиці. Чим більше збігів із однією із шести типових шкал, тим вища схильність до конкретного виду діяльності. Спочатку фіксуються збіги щодо першої шкали, і сума балів обчислюється за кількістю виявлених збігів, далі проводиться аналогічний процес для другої шкали і так далі.

Щодо інтерпретації результатів, Дж. Голландом запропоновано класифікацію типів особистості за критерієм професійної спрямованості та придатності. Згідно з цією класифікацією існують шість типів професійного середовища і, відповідно, шість професійних типів особистості.

Для визначення рівня готовності до професійного вибору респондентів була використана діагностична методика «Професійна готовність» (А.П. Чернявська) [78]. Цей опитувальник включає 35 питань та призначений для осіб у віці 16-17 років. Опитувальник розділений на п'ять шкал: «автономність», «інформованість», «орієнтація в часі» (планування), «прийняття рішень» та «емоційне відношення».

В методиці наявні ряд шкал, які коротко описуються. Одна з таких шкал – «Автономність», яка визначається за кількома параметрами. Серед них – розуміння цілісності власної особистості та бажання реалізувати свої

можливості у практичних діях, володіння глибокими знаннями та навичками хоча б у одній області. Також важливою характеристикою є загальна орієнтація на успіх та знання кроків, які потрібно зробити для отримання необхідних компетенцій. Прийняття відповідальності за власні дії є ще одним важливим аспектом цієї шкали. Здатність до самостійного планування власних дій та співвіднесення їх з суспільними вимогами, прогнозування професійного зростання та сталість професійних вподобань протягом тривалого періоду – це ключові аспекти автономності. Також важливими є особиста активність у здобутті інформації та вибір професійного шляху, а також здатність до компромісів між власними бажаннями та реальними можливостями. Виникнення ознак автономності вимагає формування концепції власного Я, відчуття незалежності від батьків у справах, думках і діях, а також переходу від зовнішньої детермінації поведінки до самодетермінації.

Ступінь інформованості в галузі професій визначається обсягом знань про різноманітні аспекти світу професій загалом, а також конкретних професій або їх груп. Поняття «інформованість про світ професій» охоплює розуміння структури та мети праці, використання робочих інструментів, знання трудової дисципліни та культури праці, а також аспекти організації підприємства і принципи оплати праці. Це також включає знання різних професій, навички та знання, пов'язані із здобуттям професії, пошуком і знаходженням роботи, а також необхідні рівні освіти для різних професій. Інформованість стосовно конкретних професій або їх груп передбачає знання фізичних та соціально-економічних умов праці в цих сферах, вимог до працівників, таких як психофізіологічні особливості, пізнавальна сфера та особистісні якості. Важливим аспектом є розуміння вимог до рівня освіти та можливостей її здобуття, перспектив професійного зростання, а також усвідомлення соціально-економічних потреб суспільства та конкретного регіону, а також потреб підприємств у фахівцях.

Планування, або «орієнтація у часі», передбачає оцінку тимчасової перспективи у професійному вимірі: «Яким фахівцем я планую стати?», «Де я збираюся отримувати освіту?», «Яким буде мій перший робочий досвід та які перспективи відкриваються далі?». Включає в себе такі етапи, як знайомство з обраною сферою, випробування власних сил, самоосвіта, а також оцінку ймовірних зовнішніх перешкод, власних можливостей та альтернативних варіантів. Особливо важливим є емоційне ставлення до ситуації вибору професії, яке включає в себе відношення до різних професій, професійних груп та свідомість необхідності ухвалення рішення щодо вибору свого професійного шляху. Цей аспект включає як ставлення до різних варіантів вибору, так і ставлення до планування та відповідальності за ухвалені рішення. Емоційний аспект професійної готовності виявляється у загальному настрої особистості та тісно пов'язаний із емоційним розвитком особистості. Це включає в себе позитивний емоційний настрій, життєвий оптимізм, емоційну врівноваженість і толерантність до невдач. Відсутність емоційного ставлення часто не свідчить про зайву раціональність, а скоріше про відсутність значущості ситуації прийняття рішення для даної особи [3].

## **2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей емоційного вигорання у студентів -психологів**

Результати дослідження за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова) свідчать про те, що більшість учасників (50% - 15 осіб) виявили внутрішні індивідуально значущі мотиви. Це свідчить про те, що старшокласники мають бажання обирати професії, які відповідають їхнім особистісним інтересам, здібностям та схильностям. Вони прагнуть до того, щоб робота приносила радість і задоволення, і це часто пов'язано з творчими професіями та сферою спілкування з людьми. Третина учасників (30% - 9 осіб) виявили внутрішні соціально значущі мотиви, що вказує на їхню увагу до соціальної популярності обраної професії, можливості займати високі

посади та бажання приносити користь суспільству та досягати визначених цілей. 20% (6 осіб) опитуваних показали зовнішню позитивну мотивацію, виявивши бажання працевлаштуватися на високооплачуваній та престижній роботі, мріючи про кар'єрне зростання та використання професійних навичок поза робочим контекстом. Важливо відзначити, що серед учнів старших класів не було виявлено показників зовнішньої негативної мотивації (наказ, критика, зовнішній тиск), що свідчить про загальну тенденцію до самореалізації та самоствердження в цій групі.

Результати дослідження респондентів представлені в таблиці 2.1. та на рисунку 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати дослідження показників типів мотивації учнів при виборі професії за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова)

№ з/р	Типи мотивації	Кількість осіб	% показник
1	Внутрішні індивідуально значущі мотиви	15	50
2	Внутрішні соціально значущі мотиви	9	30
3	Зовнішні позитивні мотиви	6	20
4	Зовнішні негативні мотиви	Не виявлено	Не виявлено

Результати дослідження показників типів мотивації учнів при виборі професії за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова) схематично наведено у вигляді діаграми (Рис.2.1.)

Отже, під час вибору професії у старшокласників найбільш характерними є внутрішні мотиви, які виникають з особистісних потреб. На їхній основі людина може працювати без зовнішнього тиску і відчувати задоволення від обраної професійної діяльності. Це свідчить про те, що у більшості сучасних учнів старших класів сформована вірна мотивація до професійного самовизначення, і, ймовірно, це досягнуто завдяки впливу педагогів та батьків.

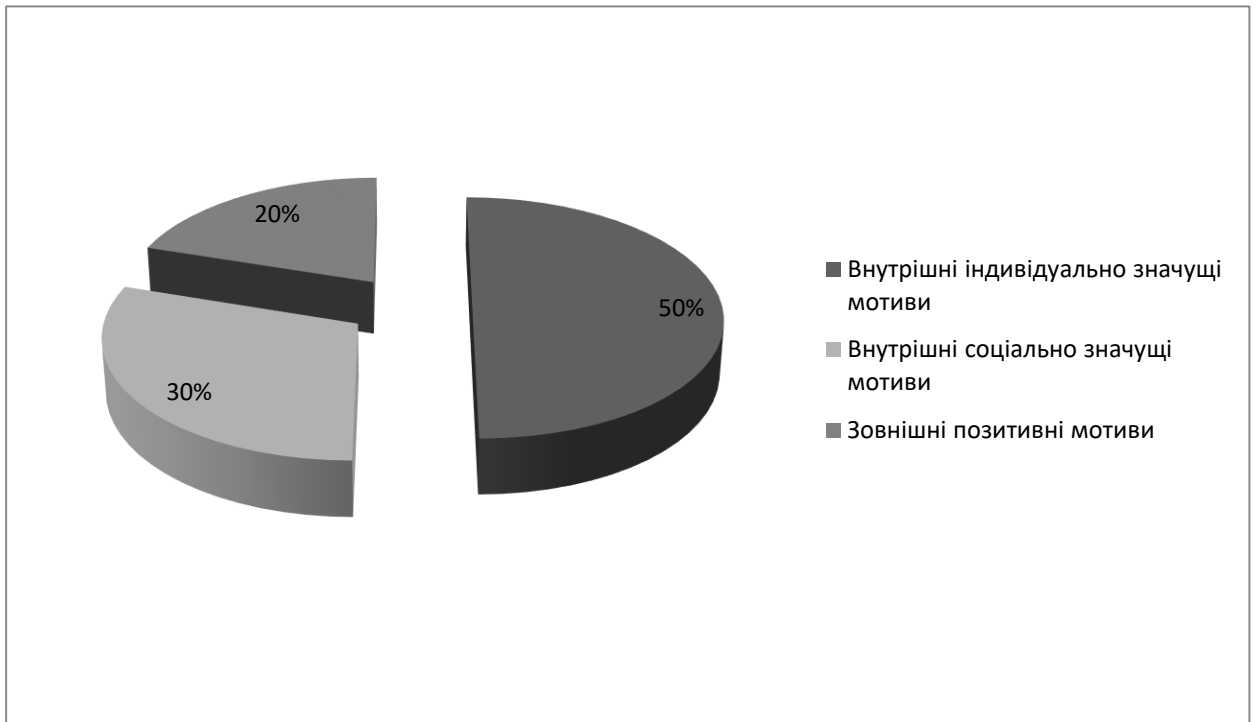


Рис.2.1. Показники типів мотивації за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова)

У кожної особистості існують властивості, які визначають її схильність до конкретної професійної діяльності, і виявлення цих схильностей є важливим етапом для визначення шляху у виборі професії. Однією з ознак цих схильностей є інтереси особи, які виявляють її прагнення до пізнання та виражаються у спрямованості на певний вид діяльності. Виявлення інтересів сприяє професійному самовизначенню особистості. З цією метою була використана методика «Диференційно-діагностичний опитувальник» Є. О. Клімова (ДДО), яка спрямована на виявлення схильностей до різних типів професій відповідно до розробленої вченим класифікації: «людина-природа», «людина-техніка», «людина-людина», «людина-знак», «людина-художній образ».

За Диференційно-діагностичним опитувальником Є.О. Клімова найбільшу схильність (5 - 8 балів) досліджувані продемонстрували до професій типу «людина-людина» (33% - 10 осіб) та «людина-художній образ» (20% - 6 осіб) та «людина-техніка» (20% - 6 осіб). Порівняно меншу – до професії типу «людина-знак» (17 % - 5 осіб). І значно нижчу схильність

досліджувані виявили до професій типу «людина-природа» (10% - 3 особи) (Табл 2.2, Рис.2.2.).

Таблиця 2.2.

Показники схильностей до типів професій старшокласників за методикою «Диференційно-діагностичний опитувальник» Є. О. Клімова (ДДО)

схильність до типів професій	Кількість осіб	Показник у %
"людина-природа"	3	10
"людина-техніка"	6	20
"людина-людина"	10	33
"людина-знак"	5	17
"людина-художній образ".	6	20

Результати дослідження показників схильностей до типів професій старшокласників за методикою схематично наведено у вигляді діаграми (Рис.2.2.)

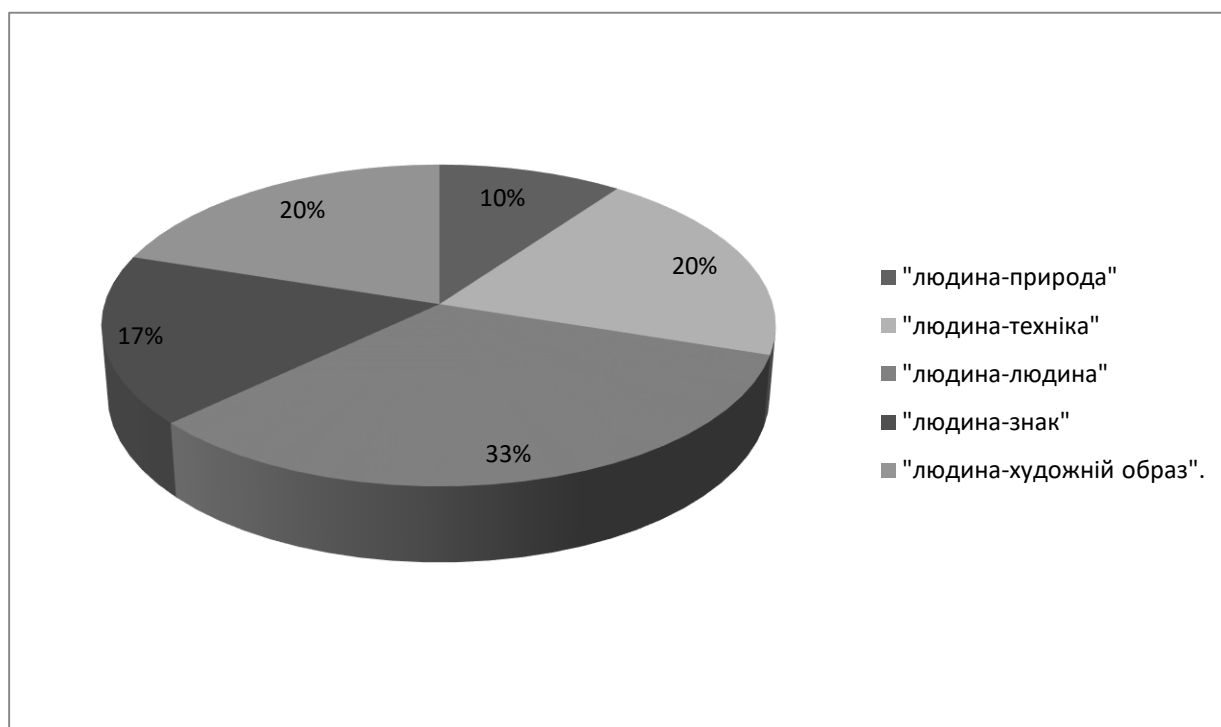


Рис.2.2. Показники схильностей до типів професій старшокласників за методикою «Диференційно-діагностичний опитувальник» Є. О. Клімова (ДДО)

В результаті проведеного дослідження було встановлено, що 10 % (3 особи) респондентів виявляють схильності до професій, пов'язаних із рослинництвом, тваринництвом, аграрним та лісним господарством, тобто, найменша кількість учнів. Ці особи проявляють інтерес до предметів, таких як біологія, хімія, природознавство та інші природничі науки. Виявлено 20% (6 осіб) старшокласників, схильності яких, відносяться до типу професії «Людина-техніка». Переважна більшість цього типу – хлопці. Вони мають ще з дитинства інтереси до транспортних засобів (машин, тракторів, поїздів, мотоциклів, тощо), і ставлячи в приклад своїх тат або старших братів, хлопці намагаються теж бути вправними майстрами цієї діяльності. 33 % (10 осіб) учнів, які мають схильності до типу «Людина-людина», вони визначають себе комунікабельними, намагаються завжди відноситися до інших людей з розумінням та повагою, завжди готові прийти на допомогу. Ці учні частіше мають нахил до гуманітарних наук. До типу професії «Людина-знак» прагнуть 17% (5 осіб) досліджуваних, тобто мають інтереси до точних наук, вивчення математики, фізики, мовознавства. Схильність до професій типу «Людина-художній образ» продемонстрували 20 % (6 осіб) учнів, які мають творчі здібності, прагнуть проявити себе у творчих професіях.

Далі розглянемо отримані результати методики «Опитувальник професійних переваг» (І частина модифікації тесту Дж.Голланда).

Результати дослідження показали, що серед учнів переважає «підприємницький» (23% - 7 осіб), «соціальний» (20% - 6 осіб) та «конвенційний» (20% - 6 осіб) типи професійної спрямованості. Інші типи виявилися менш вираженими: «реалістичний» (13% - 4 особи), «артистичний» (13% - 4 особи) та «інтелектуальний» типи (10% - 3 особи) (Табл 2.3, Рис.2.3.).

Детальний аналіз дослідження показників схильності до типів професійної діяльності старшокласників вказує на те, що за шкалою «підприємницький» тип було виявлено у 23% (7 осіб) респондентів.

Підприємницький тип обирає собі цілі, цінності і завдання, які дозволяють виявити йому енергію, ентузіазм, імпульсивність та домінантність, реалізувати свою любов до пригод. Він віддає перевагу виключно "чоловічим" ролям, де може задовольнити свої потреби в домінантності і визнанні. Це включає такі професії, як директор, телерепортер, завідувач, менеджер, журналіст, дипломат і інші. Для цього професійного типу характерно дуже широке коло діяльності. Йому не подобаються заняття, пов'язані з ручною працею, а також ті, що вимагають сидіння, великої концентрації уваги і інтелектуальних зусиль. Він віддає перевагу невизначеним вербальним задачам, пов'язаним з керівництвом, високим статусом і владою. Найбільших досягнень відноситься до управління, бізнесу і спорту.

Показники схильності до різних типів професійної діяльності, що визначалася за методикою «Опитувальник професійних переваг» (І частина модифікації тесту Дж.Голланда) представлені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Результати дослідження показників схильності до типів професійної діяльності старшокласників за методикою

№ з/р	Компоненти схильності до типів професійної діяльності	Кількість осіб	% показник
1	реалістичний	4	13
2	інтелектуальний	3	10
3	соціальний	6	20
4	артистичний	4	13
5	підприємницький	7	23
6	конвенційний	6	20

Серед учнів старших класів шкали «соціальний» та «конвенційний» (20% - 6 осіб) типи професійної спрямованості показали по 20% - 6 осіб. Соціальний тип ставить перед собою завдання, спрямовані на встановлення



тісних зв'язків з навколишнім середовищем. Цей тип особистості володіє соціальними вміннями та виражає потребу у соціальних контактах. Його характер відзначається соціальністю, бажанням навчати та виховувати, гуманністю та жіночністю. Соціальний тип надає перевагу заняттям у галузі навчання, лікування та обслуговування. Головні представники цього типу – лікарі, вчителі, психологи. Вони уникають інтелектуальних проблем, проявляють активність і вміють пристосовуватися. Розв'язуючи проблеми, вони головним чином опираються на емоції, почуття і вміння спілкуватися, і в них притаманні хороші вербальні, але відносно слабкі невербальні здібності.

Конвенційний тип виявляє попередження до чітко структурованої діяльності. Він обирає цілі, завдання і цінності з оточуючого його середовища, які формуються зі звичаїв і визначаються станом суспільства. Його підхід до вирішення проблем є стереотипним, практичним і конкретним. Спонтанність і оригінальність для нього нехарактерні. Він виявляє ригідність, консервативність та залежність. Обирає професії, пов'язані з розрахунками та канцелярією, такі як бухгалтер, касир, економіст, статистик, комірник, банківський працівник, ревізор і т.д. Цей тип особистості володіє хорошими навичками спілкування та моторними навичками. Його математичні здібності розвинуті краще, ніж вербальні. Йому не властиве керівництво і організаторські вміння, і його рішення в основному залежать від оточуючих людей.

Також в дослідженні було виявлено такі типи спрямованості до професійної діяльності, як «реалістичний» (13% - 4 особи) та «артистичний» (13% - 4 особи). Реалістичний тип особистості відзначається чоловічими рисами, несоціальністю та емоційною стабільністю, орієнтований на сучасність. Представники цього типу працюють з конкретними об'єктами та використовують їх у практиці, такими як інструменти, предмети, тварини, машини. Вони надають перевагу професіям, які потребують моторних навичок, спритності та конкретності, таким чином обираючи роботу

механіка, електрика, інженера, агронома, садівника, токаря, водія, будівельника і т. ін. Для цього професійного типу характерні переважно невербальні інтелектуальні здібності, при цьому психомоторні навички переважають над математичними та мовними здібностями. Артистичний тип особистості відхиляється від жорстко структурованих проблем та видів діяльності, які передбачають велику фізичну напругу. У взаємодії з оточуючими він наділяється своїми безпосередніми почуттями, емоціями, інтуїцією та уявою.

Результати дослідження показників схильності до типів професійної діяльності старшокласників наведено у вигляді гістограми (Рис.2.3.)

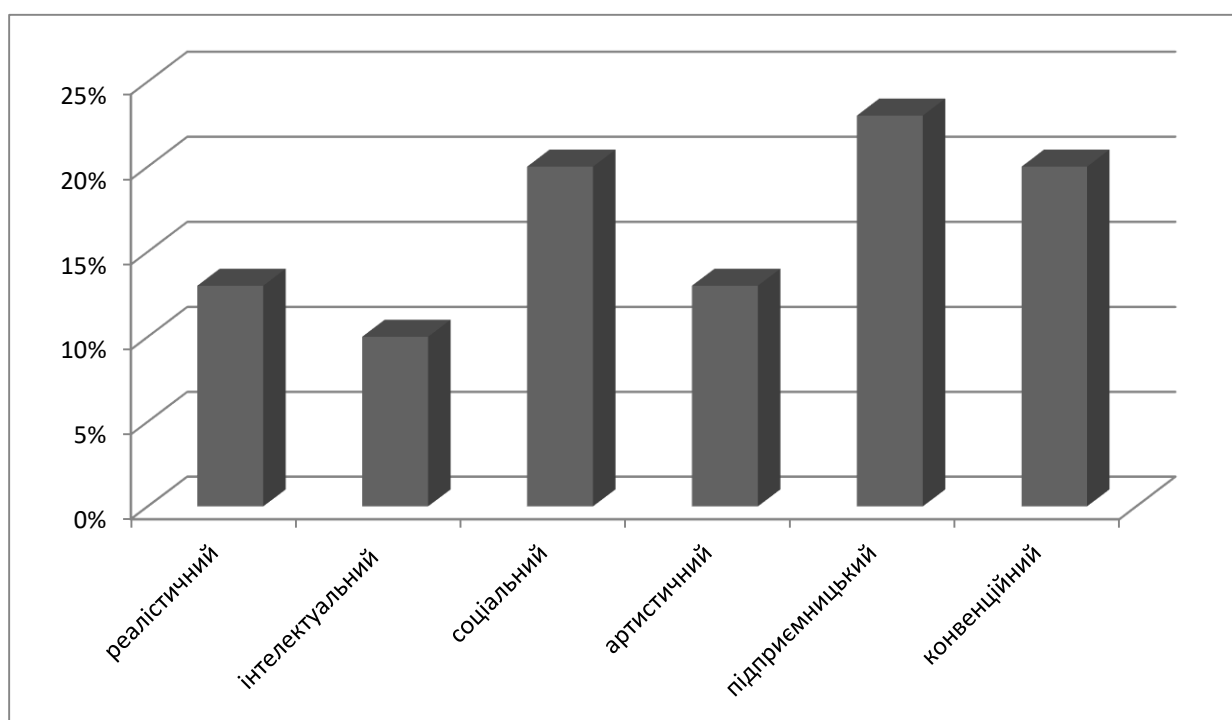


Рис.2.3. Показники схильності до типів професійної діяльності старшокласників за методикою «Опитувальник професійних переваг» (І частина модифікації тесту Дж.Голланда)

Найменш вираженим у досліджуваних був виявлений «інтелектуальний» тип – 10% (3 особи). Інтелектуальний тип орієнтується на розумову діяльність та вирізняється аналітичністю, раціональністю, незалежністю та оригінальністю. Інтелектуал любить вирішувати завдання,

які вимагають абстрактного мислення, тому віддає перевагу науковим професіям, таким як ботанік, астроном, фізик, математик і т.д.

Отже, в результаті діагностики показників схильності до типів професійної діяльності старшокласників за методикою «Опитувальник професійних переваг» (І частина модифікації тесту Дж.Голланда) нами було виявлено, що більшість учнів старших класів мають «підприємницький» (23% - 7 осіб), «соціальний» (20% - 6 осіб) та «конвенційний» (20% - 6 осіб) типи професійної спрямованості. Менш всього старшокласників показали «інтелектуальний» тип.

Результати методики «Професійна готовність» (А.П. Чернявська) розподіляються по шкалам наступним чином, які представлені в таблиці 2.4. та рисунку 2.4.

Шкала «Автономність» має такі показники: високий – 12 осіб (40%); середній – особи (53% - 16 осіб); низький – 2 особи (7%). Переважно спостерігається середній рівень автономності. Це вказує на те, що більшість учасників виявляють прагнення до самостійності, реалізації своїх можливостей та здібностей, виявляють достатню ініціативу. Проте іноді можливі труднощі, пов'язані з обмеженим досвідом і вмінням визначати свої цілі у контексті зовнішніх впливів.

Результати за шкалою «Інформованість» високий рівень показали 5 осіб (17%); середній – 22 особи (73%); низький – 3 особи (10%). 73% учасників дослідження відзначаються середнім рівнем інформованості, що свідчить про обмежену свідомість учнів щодо характеристик їхньої майбутньої професії. Хоча вони володіють базовими знаннями, для здійснення якісного професійного самовизначення їм не вистачає докладного розуміння особливостей своєї майбутньої професії, різноманітних кар'єрних шляхів та можливостей навчання.

Таблиця 2.4.

Результати дослідження показників рівня готовності до професійного вибору старшокласників за методикою «Професійна готовність» (А.П. Чернявська)

шкали	Рівні	Респонденти (кількість осіб), показник у %
Шкала «Автономність»	Високий рівень	12/40%
	Середній рівень	16/53%
	Низький рівень	2/7%
Шкала «Інформованість»	Високий рівень	5/ 17%
	Середній рівень	22/ 73%
	Низький рівень	3/ 10%
Шкала «Прийняття рішень»	Високий рівень	13/ 44%
	Середній рівень	16/53%
	Низький рівень	1/ 3%
Шкала «Планування»	Високий рівень	11/37%
	Середній рівень	18/60%
	Низький рівень	1 /3%
Шкала «Емоційне ставлення»	Високий рівень	13/43%
	Середній рівень	16/ 53%
	Низький рівень	1 /3%

Щодо шкали «Прийняття рішень», то високий рівень виявлено у 13 осіб (44%); середній у 16 осіб (53%); низький – у 1 особи (3%). Більшість старшокласників у вибірці демонструють середні показники за шкалою. Це вказує на недостатню вибірккову готовність обирати між різними варіантами та приймати рішення в умовах невизначеності. У сучасному світі існує множина кар'єрних альтернатив, навіть в межах однієї спеціальності. Учні зіштовхуються з професійним вибором ще під час навчання в школі, вибираючи предмети чи теми для глибшого вивчення. Таким чином, активізація розвитку цієї навички є важливою.

За шкалою «Планування» високий рівень показали 11 осіб (37%); середній – 18 осіб (60%); низький – 1 особа (3%). У середній показник є домінуючим. Під час навчання, формування кар'єрних цілей, початку професійного шляху необхідно вміти планувати свою діяльність. Респонденти мають певні навички для цього, проте недостатньо розвинуті, що може ускладнити процес самовизначення. В даній вибірці переважає середній показник. Під час навчання, формування кар'єрних цілей та початку професійного шляху важливо мати вміння ефективно планувати свою діяльність. У респондентів є певні навички у цьому напрямку, але вони розвинуті недостатньо, що може ускладнити процес самовизначення.

Шкала «Емоційне ставлення» має такі показники: високий рівень у 13 осіб (43%); середній виявлено у 16 осіб (53%); низький – у 1 особи (3%). Професійне самовизначення представляє собою довготривалий процес, який супроводжується численними завданнями, сумнівами, ризиками і труднощами. Таким чином, емоційне ставлення людини до цього процесу, її залученість та інтерес важливі для досягнення успішних результатів.

У даній вибірці спостерігаємо вираженість середнього та високого показників по шкалі «Емоційне ставлення». Це свідчить про наявність певних емоційних переживань щодо професійного становлення у частини вибірки, а також високий рівень зацікавленості та сподівань щодо цього процесу у інших.

Отже, на основі проведеного емпіричного дослідження можемо стверджувати, що у більшості старшокласників вже сформована внутрішня мотивація, однак існують учні, які мають зовнішні мотиви. Серед учнів переважає «підприємницький», «соціальний» та «конвенційний» типи професійної спрямованості. Найбільшу схильність досліджувані продемонстрували до професій типу «людина-людина», «людина-художній образ» та «людина-техніка». Також учні виявили високий та середній рівень готовності до професійного вибору, але є старшокласники з низьким рівнем, що потребує психологічної допомоги.

## **РОЗДІЛ III. МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ**

### **3.1. Методи активізації професійного самовизначення старшокласників**

У науковій літературі традиційно виділяють п'ять класів професій: людина-людина, людина-знакова система, людина-техніка, людина-природа, та людина-художній образ. Однак залежно від культурного та історичного контексту суспільства, акценти у важливості та актуальності різних професій можуть змінюватися. Сучасні реалії визначають попит на конкретні спеціальності, серед яких особливо високий попит і зацікавленість стосуються таких областей як ІТ-фахівець, менеджер з продажу, топ-менеджер, відповідальний за стратегічне керівництво та управління персоналом, а також креативний дизайнер, який об'єднує в собі естетичний та ергономічний підходи [37].

Естетичність, екологічність та функціональність, враховуючи індивідуальні уподобання клієнта, стають важливими критеріями в області дизайну; HR-менеджер – професіонал, що замінює традиційний «кадровик», відповідає за управління людськими ресурсами; коуч – фахівець у розвитку навичок та досягненні результатів; системний аналітик – експерт, який аналізує дані в певній сфері діяльності компанії; вертикальний агроном – фахівець, який вирощує культури у містах (на балконах та дахах будівель) та інше. Умови сучасного світу вносять свої вимоги до професійного вибору, і хоча професії лікаря, юриста, архітектора, аграрія і сфери обслуговування залишаються популярними, для успішної кар'єри необхідно володіти широким спектром навичок. Суспільство відтримує традиційний розподіл професій, збагачуючи їх сучасним контекстом. Аналізуючи цю ситуацію, виділяються такі соціальні траєкторії особистісного розвитку молоді [54].

Це свідчить про те, що суспільство залишається прихильним до традиційного розподілу професій, але збагачує їх сучасним виглядом.

Аналізуючи цю ситуацію, виділяються декілька соціальних траєкторій особистісного розвитку молоді, таких як здобуття престижної роботи для високого соціального статусу, відданість високооплачуваним професіям, організація роботи за принципом фрілансу, розвиток soft skills, володіння декількома мовами та комп'ютерна грамотність.

Головні риси методики активізуючої профконсультації включають цікавість, що спонукає клієнтів приділяти увагу процедурі та відчувати особистий інтерес до обговорюваних питань. Добровільність участі визначається бажанням клієнтів долучитися до методики, оскільки примусові заходи не сприяють активізації, а можуть викликати негативні реакції. Двоплановість дій передбачає наявність реальних та уявних аспектів взаємодії між консультантом і клієнтом. Це може включати переміщення в часі або використання абстрактних образів для самовизначення. Такий підхід надає додаткові можливості для активізації, дозволяючи більше уваги приділяти уявним сценаріям та емоційним аспектам [69].

Методи активізації професійного самовизначення включають у себе:

1) Профорієнтаційні ігри з класом проводяться в урочний час, сприяють динамічній роботі та взаємодії, хоча їх вплив може бути менш помітним порівняно з тривалими групами та консультаціями. Ігрові профорієнтаційні вправи, схожі на терапевтичні, розраховані на підгрупу та сприяють ефективній взаємодії клієнтів [6].

2) Карткові профконсультаційні методики поділяються на інформаційно-пошукові системи (ІПС), що нагадують розкладання «пасьянсів», та ігрові карткові методики, спрямовані на моделювання життєвого шляху та досягнення цілей через ігрові «труднощі». Застосування карткових технологій може викликати труднощі виготовлення, навчання та вимагати значного часу (від 40 хвилин до 2,5-3 годин), урахування стереотипів щодо швидкості та легкості у профорієнтації є ключовим аспектом.

3) Активізуючі методи включають в себе профорієнтаційні ігри, які проводяться в урочний час і сприяють динамічній роботі та взаємодії, але

можуть мати менш помітний вплив порівняно з тривалими групами та консультаціями. Ігрові профорієнтаційні вправи призначені для роботи з підгрупою та сприяють ефективній взаємодії клієнтів. Карткові профконсультаційні методики включають інформаційно-пошукові системи (ПС), що нагадують розкладання «пасьянсів», та ігрові карткові методики, які спрямовані на моделювання життєвого шляху та досягнення цілей через ігрові «труднощі». Використання карткових технологій може викликати труднощі виготовлення та навчання, а також вимагати значного часу (від 40 хвилин до 2,5-3 годин). Урахування стереотипів щодо швидкості та легкості у профорієнтації є ключовим аспектом.

4) Карткові настільні ігри спочатку розроблялися як самостійний засіб, призначений для задоволення інтересів підлітків до настільних ігор. Однак практика показала, що їх також можна успішно використовувати професійним консультантом, зокрема в позаурочній роботі, в психологічних центрах або в дитячих таборах. Також існують бланкові карткові методики, які передбачають створення учасниками своїх карток та ігрових бланків. У ході гри учасники використовують ці бланки для фіксації результатів та відображення їх на власних картках.

5) Профорієнтаційні анкети виявляються як «гра-тести», оскільки їхній основний замір полягає у виклику обдумування тих питань, які, при їх обговоренні у формі дискусії чи звичайного спілкування, можуть здатися «нудними». У випадку активізації через анкету ці складні питання автоматично включаються в процес заповнення анкети. Здебільшого, досвід свідчить, що ці методики не лише стимулюють, але і мають певний діагностичний ефект, адже деякі з них обладнані приблизними нормами, що представляє собою рідкість у традиційних профорієнтаційних опитувальниках [12].

6) Гри з класом, в яких використовуються бланки, створюють основну концепцію взаємодії з усім класом, а також із кожним учасником окремо (психолог активно взаємодіє на дошці, в той час як кожна присутня особа



заповнює власний бланк). Ці методики дозволяють відтворювати моральні аспекти "престижних" професій, таких як бізнесмен чи юрист, що є актуальними сьогодні.

Професійно-орієнтаційна робота в загальноосвітній школі представляє собою систему дій, спрямованих на професійне самовизначення старшокласників, враховуючи їхні індивідуальні особливості та суспільні потреби у кадрах. Загальна діяльність школи має сприяти професійному самовизначенню старшокласників, зокрема розвитку інтересів до професій, виявленню та розвитку здібностей, нахилів та намірів. Важливо враховувати соціально-психологічні фактори, що впливають на вибір професії, і надавати своєчасну підтримку у саморозкритті старшокласників. Професійна орієнтація та допомога у виборі професії мають бути вбудовані в комплексну систему шкільної навчально-виховної роботи, оскільки школа готує учнів до самостійного життя. Враховуючи важливість свідомого вибору професії випускниками, слід враховувати вплив соціально-психологічних чинників, таких як наслідування, соціально-політичний клімат, економічний статус, здібності та таланти, цінності, мода, стереотипи та самосвідомість [18].

Автори також визначають основні стратегії організації профорієнтаційної допомоги. Зазвичай розрізняють дві основні стратегії професійного самовизначення: діагностичну (з фокусом на діагностиці та рекомендаціях) та розвиваючу. Але можна подивитися на них більш детально, розділивши на дві групи: прийнятні підходи та небажані неприпустимі підходи. До прийнятних стратегій входять: тестова (з використанням стандартизованих тестів професійної придатності), інформаційно-освітня, раціональна. Сучасні тенденції включають в себе активне використання комп'ютерних методів у процесі прийняття рішень, враховуючи комп'ютер як лише допоміжний інструмент [24].

На сьогодні важливо відзначити, що дослідження змісту, форм і методів формування готовності старшокласників до професійного самовизначення були об'єктом глибокого аналізу у працях таких науковців,

як О. Мельник, О. Морін, Л. Гуцан, І. Ткачук, З. Охріменко, О. Скалько, що працюють у лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України. Цей колектив розробив комплекс програм і методичних матеріалів для профорієнтації старшої школи, який включає програми для загальноосвітніх навчальних закладів під назвою «Побудова кар'єри», робочі зошити, що супроводжують навчальні програми профорієнтаційного спрямування, та щоденник вибору профілю навчання. Важливо зауважити, що в рамках цих програм передбачено проведення учнями професійних випробувань у формі проектних, технологічних, пошукових, аналітичних, дослідницьких та творчих завдань [51]. Така профорієнтаційна діяльність особистості, яка відбувається під час вибору майбутньої професії, за словами вчених, сприятиме наступним аспектам: виробленню у учнів позиції щодо себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності, усвідомленню їхньої індивідуальної унікальності, відповідальності та віри в досягнення майбутнього професійного успіху; активізації процесів самопізнання, самооцінки та підсилення потреби у самовдосконаленні; створенню системи знань учнів про сутність та структуру професійного світу, сучасні вимоги соціального оточення до фахівців на ринку праці, а також стратегії та тактики реалізації визначених шляхів кар'єрного зростання у майбутньому; ознайомленню учнів з методами та прийомами прийняття обґрунтованих рішень щодо вибору майбутньої професії, надання їм практичного досвіду пошуку необхідної інформації для розробки або вдосконалення стратегії професійного зростання у майбутньому [50]. Серед визначених вище цілей впровадження програмно-методичного комплексу профорієнтаційного спрямування в сучасній профільній школі, «кейс-методи» належать до тих, що активно збагачують досвід юнаків і дівчат у розв'язанні проблемних профорієнтаційних ситуацій. Це охоплює область пошуку інформації про професію, розробки або корекції програми професійного самовдосконалення, розробки стратегії і тактики вибору професії, аналізу сучасного та майбутнього працевлаштування тощо.

Зазначимо, що термін «метод» вказує на спосіб руху або досягнення бажаного результату і характеризується трьома важливими рисами: визначенням мети діяльності, способом набуття знань і формою взаємодії між суб'єктами. В рамках професійної орієнтації учнів, «методи» відносяться до способів спільної діяльності педагога та учнів, спрямованих на підготовку школярів до професійного самовизначення. Методи професійної орієнтації можна розділити на декілька видів: пояснювально-ілюстративні або репродуктивні (бесіда, розповідь, пояснення, лекція, демонстрація та ілюстрація явищ і процесів); інформаційно-пошукові (проблемний виклад, евристичні бесіди, методи організації дослідницької діяльності, спостереження, робота з навчальною та іншою літературою); активні методи (ділові ігри, метод занурення з елементами гри, «мозковий штурм», контекстне навчання, ігри-вправи, розгляд і аналіз профорієнтаційних ситуацій, тематичні дискусії, виробничі задачі з використанням технічних, технологічних і економічних ситуацій, змагальні методи і ін.) [37]. Зазначена раніше класифікація методів професійної орієнтації вказує на те, що «кейс-методи» входять до категорії активних методів, зокрема до методу розгляду та аналізу профорієнтаційних ситуацій.

Кейс-методи, згідно з уточненням Г. Багієва та В. Наумова, представляють собою підхід до навчання і виховання, орієнтований на вирішення реальних ситуацій. До цієї категорії входять кейс-стаді (вивчення ситуацій), кейс-сторрі (ділові історії) та безпосередньо метод кейсів (заповнення кейсів рішеннями). Залежно від мети використання їх розрізняють на ілюстративні, аналітичні та пов'язані з необхідністю прийняття рішення. Ці методи відзначаються тим, що під час занять обговорюються практичні ситуації та завдання, які педагог готує заздалегідь на основі досвіду фахівців у галузі. Важливо відзначити, що «кейс-методи» відрізняються тим, що проблеми для аналізу та пошуку рішень виникають безпосередньо з реальної практики і вирішуються самостійно учасниками навчально-виховного процесу. Функції педагога при використанні цього

методу включають підготовку переліку проблемних ситуацій, надання інструкцій та опосередковане керівництво процесом дискусії. Зрозуміло, що ця характеристика обумовила вперше використання таких методів в системі підготовки менеджерів, де вони слугували засобом накопичення досвіду у прийнятті управлінських рішень [30]. На сьогодні ці методи розповсюджені і в інших сферах загальноосвітньої і професійної підготовки майбутніх фахівців. Зазначимо, що до цього часу вони не використовувалися в системі професійної орієнтації учнівської молоді, за винятком окремих елементів для стимулювання професійного самовизначення старшокласників, особливо на завершальному етапі їхньої загальноосвітньої школи. Проблемні виробничі ситуації, які наповнюють кейси для старшокласників, розглядаються в контексті різних професій. Наприклад, для групи професій у сфері торгівлі, готельного та ресторанного бізнесу, прикладами можуть служити ситуації, де необхідно пояснити туристові особливості національної кухні, враховуючи різні часові або просторові обмеження. Для фахівців, які співпрацюють на міжнародному рівні, проблемні ситуації можуть включати перебування учасника в іншомовному середовищі та вирішення проблем, таких як самообслуговування, непередбачувані ситуації та збереження самостійності у прийнятті рішень.

Організація та проведення семінарів, круглих столів, зустрічей та переговорів виступають як проблемні виробничі ситуації для групи професій, пов'язаних із суспільно-гуманітарним напрямом профільного навчання. Ці напрями профорієнтаційної роботи зі старшокласниками, що моделюють конкретні виробничі ситуації, можуть розглядатися як професійні випробування. В процесі цих заходів формуються адекватні професійні домагання учнів у вибраній або бажаній професії. Таким чином, цей метод профорієнтаційної роботи зі старшокласниками доповнює розроблений у лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України програмно-методичний профорієнтаційний комплекс щодо формування готовності старшокласників до професійного

самовизначення. Використання «кейс-методу» дозволяє вирішити конфлікт між бажаннями учнів, вираженими у вигляді професійних домагань, та вимогами обраної професії шляхом випробувань своїх здібностей у практичних умовах, що моделюються за допомогою цього методу [52].

Профконсультативні заходи, які систематизують та упорядковують внутрішній процес професійного самовизначення особистості серед старшокласників, сприяють не лише психотерапевтичному впливу, зменшуючи рівень проблематичності та сприяючи формуванню позитивного ставлення до майбутнього професійного самовизначення, але й підвищують впевненість юнаків у успішному розв'язанні проблеми вибору професії. Ефективна партнерська взаємодія між учнем, сім'єю та педагогічними працівниками навчального закладу створить сприятливі умови для адекватного професійного самовизначення старшокласників

### **3.2. Програма профорієнтаційного тренінгу та рекомендації щодо оптимізації професійного самовизначення учнів старших класів**

Під час теоретичного аналізу та емпіричного дослідження було виявлено, що у учнів старших класів недостатній рівень інформованості щодо особливостей процесу професійного самовизначення, власних схильностей та прагнень, а також розуміння як найбільш ефективно використовувати час для подолання даних проблем. Також в контексті аналізу зв'язку формування професійної ідентичності та професійного самовизначення було підкреслено важливість розвитку навичок прийняття рішень, планування та стимулювання автономності. У своїй роботі, ми спирались на практичний досвід фахівців щодо корекційно-профілактичних програм, які базувалися на наступних роботах: «Програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Побудова кар'єри» (для 10 – 11 класів загальноосвітніх навчальних закладів) (І.Д.Бех, О.В.Мельник, Л.А.Гуцан, О.Л.Морін, І.І.Ткачук, О.В.Скалько, С.М.Дятленко, М.Л.Шабдінов) [50];

«Програма тренінгу з професійної орієнтації для учнів 9–12 кл. «Хочу» + «Можу» + «Треба» = «Правильний вибір професії» (Н.Дем'янчук) [9]; «Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності профорієнтаційної роботи як засобу надання досвіду спілкування і розвитку психологічних особливостей старшокласників (О. Ю.Середа ) [63].

Центральними компонентами корекційно-профілактичної програми є персоналізація підходу до кожного учасника, аналіз його потреб і можливостей, а також розробка ефективних стратегій втручання. Програма передбачає формування навичок самоаналізу, допомогу старшокласникам у визначенні своєї мети стосовно майбутньої професії, надання рекомендацій щодо правильного вибору професії, формування в учнів потреби у самовдосконаленні. Вона охоплює такі основні компоненти: блок адаптації та інформації, формування професійної самосвідомості та практичний блок (розвиток навичок).

Розглянемо більш детально кілька вправ та методик, що застосовуються у програмі психологічної роботи для підвищення ефективності професійного самовизначення учнів старших класів.

1. Вправа «Ланцюжок професій» має на меті розвивати навички виділення спільних елементів у різних видах трудової діяльності. Щоб це зробити, учасники розташовуються у колі, де будується "ланцюжок професій". Ведучий називає першу професію, наприклад, металурга, і наступний учасник називає професію, яка є чимось близьким до металурга, наприклад, кухар. Далі наступний учасник називає професію, схожу з кухарем, і так далі. Важливо, щоб кожен учасник міг пояснити, в чому полягає схожість між названими професіями, наприклад, і металург, і кухар мають справу з вогнем, високими температурами та печами. Під час обговорення важливо звернути увагу учасників на те, що між різними професіями іноді можуть виявитися цікаві загальні лінії схожості. Наприклад, при створенні ланцюжка професій, пов'язаних з металообробкою на початку, з автотранспортом в середині, і з балетом наприкінці, можна

відзначити цікаві взаємозв'язки між різними сферами. Наприклад, в такому ланцюжку: металург – кухар – м'ясник – слюсар (який також рубає, але метал) – автослюсар – таксист – естрадний сатирик – артист драмтеатру – артист балету і т.д. Такі несподівані зв'язки між різними професіями свідчать про те, що не варто обмежуватися тільки одним професійним вибором, оскільки те, що ви шукаєте в одній професії, може виявитися в інших, більш доступних сферах [59].

2. Вправа «Професія – спеціальність» має на меті підвищити рівень усвідомлення учнів щодо поняття спеціалізації в межах різних професій та розширити їх інформованість про різноманітність професійної праці. Учасникам роз'яснюють, як взаємодіють поняття «професія» та «спеціальність», наводячи приклади, такі як професія – вчитель, спеціальність – вчитель фізкультури і т.д. Інструкція проста: «Зараз будуть називатись професії, а вам потрібно по черзі вказувати відповідні спеціальності». Щоб ускладнити ігровий процес, можна запропонувати учасникам називати спеціальності за принципом «пінг-понгу», де учень, який щойно назвав одну спеціальність, визначає, хто повинен назвати наступну, і так далі.

3. У вправі «Подарунок» мета полягає в допомозі учасникам краще зрозуміти деякі специфічні аспекти професійної діяльності. Інструкція передбачає, що учасники уявляють, що у них є спільний друг, який запрошує їх на свій день народження. Протягом 30 секунд кожен учасник повинен придумати, як подарує подарунок своєму уявному другові. Важливо врахувати три умови: 1) подарунок повинен асоціюватися з його професією; 2) він має бути оригінальним і веселим; 3) подарунок повинен бути доступним за ціною. У процесі уточнення з групою ведучий конкретизує, чи це чоловік чи жінка, наводить приблизний вік і обов'язково визначає професію уявного друга. Потім учасники по черзі представляють свої задумані подарунки, під час чого ведучий або інші учасники можуть ставити уточнювальні питання. Пояснюючи свої варіанти подарунків, учасник

повинен розкрити найцікавіші аспекти конкретної професійної діяльності. Також можна запропонувати інший варіант проведення вправи, де учасники розділяються на невеликі команди (від 2 до 5 учнів) і обговорюють, який подарунок кожен хоче подарувати своєму уявному другові [60].

4. Вправа «Хто є хто?», мета якої є надання можливості учасникам порівняти свій образ із різними професіями на основі їх взаємних знань. Провідний називатиме професії, і кожен учасник має кілька секунд, щоб подивитися на товаришів і визначити, хто з них найбільше підходить для цієї професії. Після цього, за командою ведучого, всі одночасно вказують на обраного учня (того, який найбільше підходить для певної професії). Перед початком гри, ведучий може запитати у учасників, які професії їх цікавлять найбільше, і записати їх на дошці (10–15 назв), використовуючи цей перелік для подальших ігор.

5. Вправа «П'ять кроків» має на меті підвищити готовність учасників визначати пріоритети при плануванні своїх життєвих і професійних перспектив, а також готовність порівнювати свої професійні цілі та можливості. Під час цієї вправи, ведучий пропонує групі обрати будь-яку цікаву професійну мету, наприклад, вступ до навчального закладу, отримання цікавої роботи або здійснення щось значущого в майбутньому професійному житті. Сформульована групою мета записується на дошці. Далі, ведучий закликає учасників уявити собі особу, яка має досягти цієї мети. Учасники повинні назвати основні (вигадані) характеристики цієї особи з позицій таких критеріїв, як стать, вік (бажано, щоб ця особа була ровесником учасників), успішність у школі, матеріальний стан та соціальний статус батьків і близьких людей. Усе це коротко фіксується на дошці. На окремому аркуші паперу педагог пропонує кожному учаснику записати 5 основних етапів (5 кроків), які сприятимуть досягненню визначеної цілі. Після цього усі учасники розподіляються в групи по 3–4 особи, і в кожній групі відбувається обговорення. Учасники обговорюють, який варіант етапів досягнення поставленої мети є найбільш оптимальним та цікавим,



враховуючи особливості вигаданої особи. В результаті обговорення кожна група фіксує на новому аркуші паперу 5 найоптимальніших етапів, які потім представляє всім учасникам через свого представника. Інші учасники можуть ставити уточнюючі питання.

6. Мозковий штурм «Професійне самовизначення»: Мета: Ознайомитись із поняттям професійного самовизначення та професіонала. Учасники висловлюють свої думки з цього питання. Психолог може навести визначення на ватмані або просто озвучити: Професійне самовизначення – це активний процес вибору особистістю роду діяльності відповідно до інтересів, нахилів та потреб суспільства. Зміст професійного самовизначення – обізнаність про світ професій, шляхи їх вибору, способи освоєння професії, самоаналіз і самооцінка. Висновок: Логічним завершенням успішного професійного самовизначення є не лише вибір професії, але й формування професіонала, майстра своєї справи [50].

7. Вправа «Мозковий штурм»: Мета: Розвивати вимоги до особи для різних типів професій, розвивати мислення, систематизувати знання про вибір професії. Учасники об'єднуються в п'ять груп. Кожна група має розробити вимоги до особи певного типу професій та привести приклади цих професій. Після цього групи презентують свої роботи.

8. Вправа «Це моє»: Мета: Конкретизувати знання про вимоги до особи для різних типів професій, підводити до власного вибору. Учасники ознайомлюються з таблицею «Вимоги до особи професій різних типів». Після цього вони підкреслюють типи професій, за якими набрали високий показник, і позначають ті, що їм подобаються та відповідають їхнім навикам. Далі порівнюють, чи співпадають їхні уподобання із професіями, які їм підходять. Якщо в списку відсутня яка-небудь професія, учасники можуть додати її до відповідного розділу [9].

9. Вправа «Помилки у виборі професії». Мета: проаналізувати та усвідомити помилки, яких слід уникати при виборі професії. Щоб уникнути

невдач та невірних виборів у професійній сфері, пропоную розглянути Пам'ятку «Основні помилки у виборі професії»:

1) Надто велике значення престижу професії. Деякі важливі для суспільства професії часто вважаються менш престижними, але це не повинно впливати на ваш вибір. Обирайте професію, яка приносить вам задоволення.

2) Вплив товаришів на вибір професії. Не слід сліпо копіювати вибір друзів. Кожна людина унікальна, і вибір професії має відповідати вашим власним уподобанням та потребам.

3) Вплив товаришів на вибір професії. Не слід сліпо копіювати вибір друзів. Кожна людина унікальна, і вибір професії має відповідати вашим власним уподобанням та потребам. Наслідування кумирів у виборі професії. Обирайте професію не тільки через приклад кумирів, але й з урахуванням особливостей самого виду діяльності.

4) Захопленням зовнішнім або частковим аспектом професії. За легкістю, з якою актор виконує роль на сцені, стоїть клопітка буденна праця. А бажання носити білий халат лікаря передбачає величезну відповідальність за життя людини.

5) Ототожнення навчального предмета із професією. Є такий предмет, як іноземна мова. А професій, де потрібні ці знання, багато: перекладач, екскурсовод, менеджер готелю. Тому при виборі професії треба це враховувати.

6) Застарілі уявлення про характер праці, особливо в робітничих професіях, втрачають актуальність завдяки широкому впровадженню комп'ютерних технологій, які спрощують фізичні навантаження у цій галузі.

7) Необізнаність та небажання розбиратися у своїх особистісних якостях можна подолати завдяки допомозі психологів та Центрів зайнятості, де можна пройти відповідне тестування. Також існують відповідні веб-ресурси та література.

8) Під недооцінюванням фізичних особливостей при виборі професії маємо на увазі, що існують професії, які можуть бути протипоказані людині через стан її здоров'я. Тому важливо мати свідомість про своє здоров'я та враховувати його при виборі професії.

9) Ставлення до вибору професії як до сталої величини є помилковим підходом. У будь-якій сфері діяльності відбуваються зміни у заняттях та посадах з ростом кваліфікації. Ті, хто успішно проходить початкові етапи, досягають найбільшого успіху. З'являються нові професії, тому важливо бути готовими постійно підвищувати кваліфікацію чи освоювати суміжні професії. Підсумок: Кожен із вас зараз може висловити свій вибір, починаючи фразу «Я зробив вибір. Я стану... або...».

10. Вправа «Маршрутна карта». Тема: Планування кар'єри за допомогою «Маршрутної карти». Мета: Розробити стратегічний план для досягнення професійного росту, розвивати навички довгострокового планування та формувати системний підхід до вирішення проблем [63].

Для підвищення ефективності професійної орієнтаційної роботи вчителів зі старшокласниками можна використовувати низку рекомендацій: інтегрувати профорієнтаційну роботу в навчальні програми, забезпечуючи ефективний досвід спілкування з питань професійного вибору; розширювати знання учнів про можливості використання їх вмінь та навичок у різних професійних сферах, пов'язаних із різними предметами діяльності; сприяти вираженню власної думки старшокласниками, розвивати комунікативні навички та використовувати метод конструктивного діалогу для уточнення правильності чи неправильності їхніх поглядів; акцентувати увагу на практичних аспектах застосування науки серед учнів старших класів, досліджувати біографії відомих особистостей та вчених, розкриваючи їхні шляхи професійного самовизначення та виявлення талантів; враховувати об'єктивні умови професійного вибору та емоційний стан старшокласників під час проведення профорієнтаційної роботи в класі; адаптувати розуміння старшокласниками професійного світу до сучасних умов, враховуючи

соціально-політичний клімат, економічну ситуацію, можливості самореалізації та особливості наслідування. Також слід пояснювати динаміку зазначених тенденцій у суспільстві. Зосереджуватися на розвитку самопізнання в контексті можливостей особистого росту в різних професіях; проводити професійні розмови та консультації із старшокласниками, спрямовані на уточнення їхнього майбутнього професійного шляху та визначення далекої перспективи; акцентувати увагу під час обговорень з батьками на подіях, предметах і заходах, де старшокласник проявив конкретні здібності та таланти. Розглядати професії, навчальні заклади, факультети та подальші перспективи старшокласника враховуючи виявлені здібності; практично ознайомлювати учнів з різними галузями діяльності, професіями у цих галузях та можливостями розкриття їхніх здібностей в професійній сфері. Висвітлити тенденції розвитку нових професій у сучасному суспільстві та, в міру можливостей, надати старшокласникам шанс виявити ініціативу та творчо самостійно діяти [79].

Щодо рекомендацій для шкільного психолога, його профорієнтаційна робота повинна включати такі елементи: професійна інформація, професійна діагностика, професійна консультація та професійний відбір. З урахуванням об'єктивної ситуації професійного вибору старшокласників, шкільний психолог повинен сприяти учням у виборі майбутньої професії, використовуючи результати тестувань. Профорієнтація повинна бути спрямована на розв'язання завдання пошуку власної ідентичності та самопізнання в контексті вибору професії. Активно впроваджувати ефективне спілкування з урахуванням індивідуальної ситуації та впливу соціально-психологічних факторів на професійний вибір старшокласників [54].

Таким чином, можна рекомендувати психологу:

- 1) Виступати як активне джерело інформації про вибір професії, представляючи різноманітну інформацію щодо змісту та можливостей реалізації здібностей старшокласників, умов праці та вимог до працівника.

2) Сприяти творчому підходу старшокласників до ситуації професійного самовизначення, допомагаючи їм самоактуалізуватись у професійному виборі та знаходженні можливостей саморозкриття у обраній професії.

3) Здійснювати профорієнтаційну роботу на основі цілісного розуміння професійного самовизначення, враховуючи соціально-психологічні чинники, такі як каузальні події, комунікативні властивості та досвід спілкування.

4) Організовувати сімейні профорієнтаційні заходи, де обговорюються професійний шлях, перспективи, розчарування, вподобання та спрямованість батьків і старшокласників.

5) Проводити глибоке професійне діагностичне обстеження для визначення ситуації професійного вибору за допомогою відповідних методик.

6) Організовувати заходи для розвитку комунікативних навичок учнів, створюючи можливість для вираження їхніх думок з питань професійного вибору та взаємодії на рівних, з метою забезпечення належної інформації.

7) Залежно від ситуації професійного вибору та виявленої професійної орієнтації, надавати рекомендації старшокласникам та їхнім батькам щодо можливих варіантів вибору навчальних закладів, факультетів та місць роботи.

8) Звертати особливу увагу на старшокласників із деструктивним професійним вибором, виступаючи як арбітр та інформаційний ресурс для їхнього професійного самовизначення. Сприяти позитивному досвіду спілкування зі старшокласниками. Надавати батькам підтримку в розумінні та відкритті особливостей своєї дитини, а також допомагати їм подолати труднощі у взаємодії [63].

Нижче подані рекомендації для батьків. Профорієнтаційна робота у сім'ї має велике значення. Під час аналізу каузальних подій виявлено суттєвий вплив ситуацій наслідування, що мають важливий вплив на професійний вибір старшокласників, і це взаємодія в поєднанні з фактором

самосвідомості. Спроби батьків швидше або докорінно вплинути на процес вибору професії через прямий психологічний тиск, зазвичай, мають негативні наслідки, викликаючи у старшокласників відчуття негативного ставлення до будь-якого самовизначення та відмови взагалі щось обирати. Надана допомога повинна бути актуальною протягом всього життєвого шляху, що включає розширення кругозору та інтересів, ознайомлення з різними видами діяльності та стимулювання до праці. Це також включає уважне врахування здібностей, навичок та талантів, а також створення умов і можливостей для саморозкриття та самовиявлення. В контексті сімейного виховання вивчення інтересів до професії, виявлення здібностей та професійних нахилів старшокласників проводиться більш індивідуалізовано, враховуючи їхні особисті характеристики. Батькам випадає найкраща можливість розпізнавати та сприяти виявленню в старшокласників їхніх здібностей, інтересів та нахилів, які мають вирішальний вплив на формування їх професійного вибору [25].

Таким чином, батьки мають:

1) Протягом усього життєвого шляху своєї дитини забезпечувати ефективний досвід спілкування щодо професійного вибору, приділяючи увагу ознайомленню з різноманіттям професійного світу та забезпечуючи дитину необхідною інформацією. Також важливо бути готовими до того, що професійний шлях дитини повинен відповідати її власним нахилам, і активно заохочувати її до комунікативних ініціатив.

2) Надавати допомогу старшокласникам у навчанні, визначати предмети, до яких вони виявляють певні здібності, та активно сприяти розвитку цих здібностей, підтримуючи їхню ініціативність та самовияв.

3) Організовувати практичні дії дітей в умовах сім'ї, спрямовані на розвиток їхніх здібностей, з урахуванням особливостей процесу формування професійної самосвідомості.

4) Сприяти розвитку інтересів старшокласників та ураховувати їхні професійні типи, здібності і таланти стає важливим аспектом підготовки до майбутньої професійної діяльності.

5) Забезпечувати адекватне розуміння професійного світу та уважно ставитися до емоційного стану старшокласників при прийнятті рішень щодо вибору професії — це важливі аспекти, і в разі потреби звертатися до фахівця чи психолога. Зосереджувати увагу на конкретних навчальних предметах, що викликають інтерес, і виявляти здібності до них.

б) Активно розвивати комунікативні навички, відвідувати тренінги та пройти психодіагностичне обстеження. Розробляти власний професійний план і чітко визначати мету професійної діяльності.

Встановлення послідовності подій для досягнення поставленої мети вимагає ретельного розгляду життєвих перспектив. Загалом профорієнтаційна робота є результатом спільних зусиль вчителів, шкільного психолога, батьків та старшокласників.

Висновок полягає в тому, що профорієнтаційна робота в школі повинна базуватися на вивченні соціально-психологічних чинників професійного вибору: каузальних подій, комунікативних властивостей і якостей досвіду спілкування старшокласників, як центрального аспекту професійного визначення. Задачею профорієнтаційної роботи є підготовка старшокласників (випускників) до майбутнього професійного навчання, і бажано, щоб ця підготовка передбачала диференціацію з урахуванням різних типів вибору професії. Введення широкого етапу підготовки може зробити систему шкільної освіти більш гнучкою і пристосованою до життєвих умов, потреб та можливостей різних категорій старшокласників.

## ВИСНОВКИ

Аналіз результатів проведеного теоретико-емпіричного дослідження надав можливість сформулювати такі висновки:

Вивчення теоретико-методологічної літератури показало, що «професійне самовизначення» старшокласників розуміється як довготривалий інтеграційний етап у професійний світ, спрямований на задоволення їхніх особистих потреб та амбіцій у соціальному контексті. Цей процес включає ряд взаємопов'язаних рішень, і його характер визначається бажанням старшокласників реалізувати свої особисті цілі в сфері професійної діяльності. В роботі було надано модель професійного самовизначення випускників, яка розглядається як інтегрована система з взаємопов'язаними компонентами та їх конструктами. Ці компоненти включають когнітивний аспект (розуміння світу професій, самооцінка власних здібностей, усвідомлення зовнішніх впливів), емоційно-ціннісний аспект (ціннісне ставлення до обраної професії, задоволеність своїм професійним вибором) та орієнтовно-поведінковий аспект (навички планування професійного майбутнього, здатність приймати рішення).

В психологічній літературі з проблеми професійного самовизначення виділено наступні критерії успішності підготовки старшокласників до самостійного визначення професійного шляху: когнітивний (здатність до самоаналізу, аналіз професій, наявність професійних знань, адекватна самооцінка), мотиваційний (формування ієрархії мотивів вибору професії, стійкий інтерес до певної професії, формування професійних намірів) та практичний (наявність обґрунтованого особистого професійного плану та виконання практичних заходів для його реалізації).

Зазначено, що відповідно до особливостей віку та соціального контексту, старшокласники перебувають на етапі оптації та формують свій вибір професії під впливом об'єктивних, суб'єктивних та соціально-психологічних факторів.



Аналіз психологічної літератури виявив, що на професійне самовизначення старшокласників впливає низка факторів: активність самого суб'єкта у визначенні свого майбутнього, соціальні та економічні чинники, аспекти культури, відповідальність за своє життя, особливості обраної професійної галузі), особистісна зрілість та готовність до здійснення вибору, рефлексивні здібності, особливості самосвідомості, індивідуально-типологічні особливості старшокласника. Виявлено, що готовність старшокласника до професійного самовизначення проявляється через усвідомлення ситуації вибору, розуміння особливостей різних професій та їхнє об'єктивне порівняння з власними можливостями і інтересами, а також активну спрямованість на пошук необхідних ресурсів для реалізації професійного самовизначення.

Аналіз емпіричних даних виявив, що більшість досліджуваних мають внутрішню мотивацію, але деякі керуються зовнішніми мотивами. Серед учнів переважає «підприємницький», «соціальний» та «конвенційний» типи професійної спрямованості. Найбільшу схильність досліджувані продемонстрували до професій типу «людина-людина», «людина-художній образ» та «людина-техніка». Також учні виявили високий та середній рівень готовності до професійного вибору, але є старшокласники з низьким рівнем, що потребує психологічної підтримки.

В роботі досліджено методи та технології забезпечення професійного самовизначення учнів старших класів. Серед основних методів активізації професійного самовизначення виокремлюють: ділові ігри, метод занурення з елементами гри, «мозковий штурм», ігри-вправи, розгляд і аналіз профорієнтаційних ситуацій, тематичні дискусії, виробничі задачі з використанням технічних, технологічних і економічних ситуацій та ін. Було запропоновано програму профорієнтаційного тренінгу та рекомендації щодо оптимізації професійного самовизначення учнів старших класів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бербец В. Сутність професійного самовизначення учнівської молоді як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс]. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. Умань, 2012. Ч. 2. С. 19-25.*
2. Болкун Т. А. Чинники, що впливають на професійне самовизначення особистості. Науковий часопис *Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2010. Вип. 16. С. 257–260.*
3. Боришевський М. Самосвідомість як фактор психічного розвитку особистості. *Психологія і суспільство: український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис. Тернопільський національний економічний університет. Тернопіль, 2016. № 4 (38).*
4. Бохонкова Ю. О. Психологічні умови професійного самовизначення старшокласників на сучасному етапі розвитку суспільства. *Актуальні проблеми психології. 2015. Т. 6. №10. С. 14–21.*
5. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: монографія. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
6. Вітковська О.І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. К., 2002. 21 с
7. Гріньова О.М. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку : дис...д-ра. психол. наук : 19.00.07. Національний пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2018. 562 с.
8. Гуцан Л. Сучасні проблеми професійного самовизначення учнівської молоді. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання населення: матеріали V Міжнародної науково-практичної*

- конференції (24 листопада 2011 р., м. Київ): у 2 ч. Ч. 1. уклад.: Л.М. Капченко, С.О. Тарасюк та ін. К.: ІПК ДСЗУ, 2011. С. 40–48.
9. Дем'янчук Н. “Хочу” + “Можу” + “Треба” = “Правильний вибір професії”: прогр. тренінгу з проф. орієнтації для учнів 9–12 кл. Психолог. 2009. Лип. (№ 25/27). С. 54–64.
  10. Дубінка М. Специфіка професійного самовизначення особистості майбутнього фахівця. *Наукові записки. Ред. кол.: В. В. Радул, В. А. Кушнір та ін. Вип. 140. Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2015. (Серія: Педагогічні науки). С. 47–51.*
  11. Закатнов Д. О. Технології підготовки учнівської молоді до професійного самовизначення [Електронний ресурс]: монографія. Київ: Пед. думка, 2012. 160 с.
  12. Закатнов Д.О., Капустіна О.В. Професійне самовизначення старшокласників: методичний посібник. К.: КНЕУ, 2003. С. 37.
  13. Ігнатюк О.А., Проблема професійного самовизначення особистості: теоретичний аспект. *Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут». Наукові праці. Том 46. Випуск 33. 215 с.*
  14. Кавецкий В.Є. Чинники впливу на професійне самовизначення школярів. *Наукові записки. Серія: педагогіка. 2015. № 2. С. 158–162.*
  15. Карамушка Л.М. Мотивація підприємницької діяльності : монографія. Л.М. Карамушка, Н.Ю. Худякова. Київ. Львів : Сполом, 2011. 208 с.
  16. Карамушка Л.М. Психологія підготовки майбутніх менеджерів до управління змінами в організації : монографія. Л.М. Карамушка, М.В. Москальов. Київ Львів : Сполом, 2011. 216 с.
  17. Карамушка Л.М., Креденцер О.В., Філь О.А. Система діагностичних методик для вивчення психологічних особливостей підприємницької діяльності. *Актуальні проблеми психології. Т. 1: Економічна психологія. Організаційна психологія. Соціальна психологія: зб. наук. праць; за*

- наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ: Міленіум, 2005. Ч. 14. С. 10–16.
18. Кириченко В. В. Психологічні основи професійної адаптації та вибору професії: Навчальний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. С. 62-80.
19. Клибанівська Т. Професійне самовизначення та професійне становлення старшокласників. *Актуальні проблеми психології. Т. 1. Вип. 57.* С. 32–38.
20. Клименко В.В. Психологія творчості: навч. посіб. Київ : Центр навч. літ., 2006. 480 с.
21. Кокурн О. М. Життєве та професійне самоствердження як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота. 2013. № 9.* С. 1-5.
22. Кокурн О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: Монографія. К.: ДП "Інформ.-аналіт. агенство", 2012. 200с.
23. Корольчук М.С. Методичні та теоретичні проблеми в психології: навч. посіб. М.С. Корольчук., В.І. Осьодло. Київ : Ельга; Ніка-Центр, 2013. 336 с.
24. Коропецька О.М. Профорієнтація та профпідбір: Навчальний посібник. Івано-Франківськ, 2005. 236 с.
25. Коропецька О.М. Психологічні основи професійної орієнтації та самореалізації особистості. Навчальний посібник. К. : КНТ, 2016. 438 с.
26. Кравченко Т. В. Батьківське виховання і його вплив на професійне самовизначення дітей старшого шкільного віку. *Сучасний виховний процес: Сутність та виховний потенціал: м-ли звіт. наук.-практ. конф. Інституту проблем виховання НАПН України за 2011 рік.* Івано-Франківськ : НАІР, 2012. Вип. 2. С. 230–232.
27. Кучеренко Є.В. Професійне самовизначення майбутнього психолога: теорія і практика: навчально-методичний посібник. К.: Видавничий Дім «Слово», 2014. 192 с.

28. Кучеренко Є. В. Професійне самовизначення особистості як психолого-педагогічна проблема. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. №22 (46). С. 230 – 237.*
29. Кучеренко Є. В. Професійна самовизначеність як чинник психічного здоров'я особистості. *Стрес та захист психологічного здоров'я в умовах сучасного суспільства: Збірник матеріалів I Міжнародного науково-практичного конгресу. Миколаїв: Вид-во Південнослов'янського інституту КСУ, 2010. С.65 – 67.*
30. Кучеренко Є. В. Розвиток професійного самовизначення майбутніх психологів: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». К.: НПУ імені М. п. Драгоманова, 2011. 254 с.
31. Ляшенко О. А. Розвиток рефлексивності як чинника становлення психологічної позиції рівності майбутніх викладачів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки: зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 6 (51). С. 190-196.*
32. Ляшенко О.А. Чинники професійного самовизначення особистості в юнацькому віці. О.А. Ляшенко, О.А. Достатня. *Гуманітарний корпус: [збірник наукових статей з актуальних проблем філософії, культурології, психології, педагогіки та історії]. Випуск 23 (том 1). Вінниця : ТОВ НіланЛТД, 2019, С. 86-90.*
33. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : ТОВ “КММ”, 2006. 240 с.
34. Максименко С. Д. Прогнозування розвитку особистості як наукова проблема. *Наук. Вісник Миколаївського держ. пед. ун-ту ім. В. О. Сухомлинського; серія «Психологічні науки». Миколаїв: ТОВ «Фірма «Іліон», 2010. Т. 2, вип. 5. С. 3 – 19.*

35. Мартиненко О. Загальні особливості професійного самовизначення сучасних старшокласників. *Габітус. Психологія особистості*. 2020. Вип. 16. С. 151–155.
36. Мачуська І. М. Основні чинники професійного самовизначення старшокласників. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. праць*. Кіровоград: Імекс-ЛТД. 2013. Вип. 17, кн. 1. С. 483–491.
37. Мельник О.В. Зміст, форми та методи профконсультаційної роботи зі старшокласниками в процесі профільного навчання: науково - методичний посібник для педагогічних працівників, практичних психологів, соціальних педагогів. К.: „Мегапринт”, 2008. 76 с.
38. Мельник М. Готовність до професійного самовизначення на етапі ранньої юності як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс]. *Навчання і виховання обдарованої дитини : зб. наук. пр. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, Ін-т обдарованої дитини НАПН України*. Київ, 2013. Вип. 1. С. 75-80.
39. Мерзлякова О.Л. Професійне самовизначення старшокласників як впливовий чинник їх саморозвитку. *Професійне самовизначення особистості в системі «людина–техніка»: еколого-аграрний напрям: матер. Всеукр. наук.-практ. конф. Кам'янець-Подільський, 2008*. С. 54-62
40. Морін О. Л. Теоретичні основи дослідження проблеми професійного самовизначення учнівської молоді [Електронний ресурс]. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. пр. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т проблем виховання*. Київ, 2016. Вип. 20(2). С. 21-32.
41. Мосол Н. О. Психологічні аспекти професійного самовизначення старшокласників [Електронний ресурс]. *Проблеми сучасної психології :*

- зб. наук. пр. *Ин-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, Запоріж. нац. ун-т. Запоріжжя, 2012. № 1. С. 108-112.*
42. Мотрук Р. В. Етнокультурні чинники професійного самовизначення особистості: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Острог, 2013. 250 с.
43. Мудрик А. До питання професійного самовизначення особистості. *Актуальні проблеми загальної та соціальної психології : зб. наук. статей. гол. ред. Л. В. Засекіна; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Факультет психології, Кафедра загальної та соціальної психології. Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2015. Вип. 2. С. 51–56.*
44. Нікітіна І. В. Суб'єктивне самовизначення молодшої людини в період повноліття. Київ : КНТ, 2008. 192 с.
45. Оліховська Л. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Вип. 2(39). С. 161–164.*
46. Підгайна В. М. Проблеми професійного самовизначення сучасних учнів старшої школи [Електронний ресурс]. В. М. Підгайна, О. Г. Видра. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки. Чернігів, 2013. Вип. 108.*
47. Піддячий М. Підготовка старшокласників до професійної діяльності в умовах профільного навчання. Київ : Педагогічна думка, 2008. 288 с.
48. Побірченко Н.А. Проблема самовизначення особистості юнацького віку в трансформаційному суспільстві. *Збірник. м-лів Міжнар. наук.-практ. конф. 13 грудня 2012 р. Київ : КУБГ, 2012. С. 192–196.*
49. Повалій Л.В., Мачуська І.М. Професійне самовизначення старшокласників: методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут проблем виховання. Кіровоград : Імекс-ЛТД. 2014.
50. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Побудова кар'єри» (для 10 – 11 класів загальноосвітніх навчальних закладів).

- І.Д.Бех, О.В.Мельник, Л.А.Гуцан, О.Л.Морін, І.І.Ткачук, О.В.Скалько, С.М.Дятленко, М.Л.Шабдінов. Трудова підготовка в закладах освіти. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. №3 (55). С. 43 – 56.
- 51.Професійна орієнтація старшокласників: теорія і практика: науково-методичний посібник для вчителів. За ред. О.В.Мельника. К., 2009. 223 с.
- 52.Професійне самовизначення старшокласників: методичні рекомендації. І.М. Мачуська Л.В. Повалій. К., 2013.
- 53.Професійне самовизначення старшокласників в умовах освітнього округу: посіб. Л. А. Гуцан, О. Л. Морін, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко, Л. І. Гриценко, І. І. Ткачук. Харків: «Друкарня Мадрид», 2020. 220 с.
- 54.Психологія професійної діагностики та професійного консультування: практичний посібник. Ігнатович О. М., Татаурова-Осика Г. П., Шевенко А. М.; за ред. О. М. Ігнатович. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. 225 с.
- 55.Психологія професійного самовизначення особистості: монографія. М.С. Корольчук, Ю.В. Дроздова, В.М. Корольчук, В.І. Осьодло, А.М. Сипливий; за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2018. 280 с.
- 56.Радчук Г.К. Особистісне та професійне самовизначення як чинник професійного становлення особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України.- 2012. Випуск 5. С.47-54.*
- 57.Раєвська Я.М., Герасимчук А.В. Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників (за результатами дослідження) *Габітус. Вікова та педагогічна психологія. 2023. Вип. 48.С. 81–87.*
- 58.Рибалка В.В. Психологія професійного самовизначення. К.: Деміург, 2004. 224 с.
- 59.Робочий зошит навчальної програми профорієнтаційного спрямування «Людина і світ професій» (для 9 класів загальноосвітніх навчальних



- закладів) (35 годин). О.В.Мельник, О.Л.Морін. К.: «Четверта хвиля», 2009. 45 с.
- 60.Робочий зошит навчальної програми профорієнтаційного спрямування «Людина і світ професій» (для 9 класів загальноосвітніх навчальних закладів) (9 годин). О.В.Мельник, І.І.Ткачук. К.: «Четверта хвиля», 2009. 41 с.
- 61.Саприкін Ю.М. Психологічні чинники процесу професійного самовизначення. *Проблеми сучасної психології*. 2016. № 1. С. 88-96.
- 62.Середа О. Ю.Особливості впливу соціально-психологічних чинників на професійне самовизначення старшокласників. *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5, № 11. С. 268-282.
63. Середа О.Ю. Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ, 2021. 16 с.
- 64.Сметаняк В.І. Особистісне самовизначення і свобода в ракурсі взаємної детермінації. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано–Франківськ : Плай, 2003. Вип. 8. Ч. 2. С. 53–59.
- 65.Становських З.Л. Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2005. 20, [1] с.
- 66.Сучасні проблеми професійної орієнтації учнівської молоді в умовах ринкової економіки: збірник матеріалів круглого столу, 12 травня 2011 року, м. Київ. [за ред. Д. О. Закатнова]. К.: Видавничий центр ІПТО НАПН України, 2011. 168 с.
- 67.Технології проектування в практиці роботи загальноосвітнього навчального закладу: теоретико-практичний аспект: Посібник. К.: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2014. 336 с.

- 68.Ткаченко М. В. Чинники професійного самовизначення учнів як фактор самореалізації особистості. *Освіта та розвиток обдарованої дитини. Київ, 2013. № 19. С. 70–78.*
- 69.Ткачук І.І. Підготовка старшокласників до професійного самовизначення у роботі практичного психолога. Організація та науково-методичне забезпечення діяльності психологічної служби і ПМПК. за наук. ред. В.Г. Панка та І.І. Цушка. Електрон. дані. К., Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013.
- 70.Ткачук Л. В. Професійне самовизначення та його емпатійні детермінанти у сучасного юнацтва : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Одеса: Південний науковий центр АПН України, 2003. 186 с.
- 71.Торба Н.Г.Професійна самовизначеність та вибір професії майбутнього фахівця. *Вісник післядипломної освіти. 2015. Вип. 15. С.246-253.*
- 72.Федоренко Л. П. Психологічні детермінанти професійного самовизначення старшокласників. *Науковий часопис Національного пед-го університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 7 (52). С. 143–149.*
- 73.Формування професійно-ціннісних орієнтацій учнів до трудової діяльності в умовах сучасного освітнього середовища: монографія.З. В. Охріменко, О. Л. Морін, А. М. Шевенко, Д. О. Закатнов, М. І. Піддячий; за ред. З. В. Охріменко. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2022. 152 с.
- 74.Хом'юк І. В. Фактори впливу на професійне самовизначення особистості в умовах ринкової економіки [Електронний ресурс]. І. В. Хом'юк, В. А. Петрук, В. В. Хом'юк. *Педагогіка безпеки. 2017. № 1. С. 6-11.*
- 75.Циба Н. В. Професійне самовизначення та феномен професійної деформації психологів. *Збірник наукових праць Хмельницького*

- інституту соціальних технологій Університету «Україна».*2019. №2. С. 145-149.
- 76.Чечко І. Професійне самовизначення старшокласників як передумова успішної самореалізації та кар'єрного розвитку. *Психологія праці.* 2020. Т. 31(70). № 3. С. 39–45.
- 77.Щербакова І.М. Психологія: теорія і практика. Навч. посібник . І. М. Щербакова, Т. Г. Харченко. Суми: Вид-во СумДПУ, 2023. 364 с.
- 78.Щербакова І.М., Стаднік Г.А. Психодіагностика професійного самовизначення особистості Навчально-методичний посібник. Суми: Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка, 2012. 324 с.
- 79.Щоденник вибору профілю навчання: колективний методичний посібник (для 8-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів). О.В.Мельник, І.І.Ткачук, Л.А.Гуцан, О.Л.Морін. К.: , 2010. 84 с.
- 80.Яновська Т. Психологічні особливості професійного самовизначення у підлітковому та юнацькому віці. *Молодий вчений.* 2017. № 4(44). С. 270.