

Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА ДИПЛОМНА РОБОТА

Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти

Рівень вищої освіти

ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК СКЛАДОВА
ЇХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ

Назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 20047

номер ІНП

Виконала: здобувачка V курсу, групи ППЗ-20-1



Катерина КОВАЛЬ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент



Олена ВАСИЛЕНКО

науковий ступінь, вчене звання

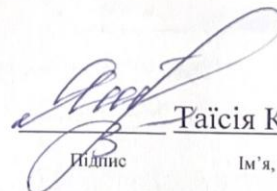
Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор



Тайсія КОМАР

Підпис

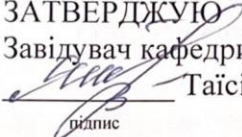
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

30 травня 2025 р.

Хмельницький, 2025

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки
Освітній рівень перший (бакалаврський)
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри психології та педагогіки

Гайсія КОМАР
протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ ДИПЛОМНУ РОБОТУ Катерини КОВАЛЬ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної дипломної роботи: «Професійне самовизначення старшокласників як складова їх професійного становлення»
Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Олена ВАСИЛЕНКО, кандидат педагогічних наук, доцент

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, науковий ступінь, вчене звання

Затверджено наказом ректора університету від 07 лютого 2025 р. № 23

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 30 травня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак); «Методика вивчення професійних намірів старшокласників»; методика «Діагностика професійної готовності»; «Методика діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн».

4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Теоретичні аспекти професійного самовизначення учнів старших класів, проблема професійного самовизначення та професійного становлення особистості у наукових джерелах, соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників, діяльність фахівців психологічної служби закладів освіти з формування професійного самовизначення сучасних старшокласників, висновки до розділу; розділ 2 Емпіричне дослідження особливостей професійного самовизначення сучасних

старшокласників, діагностика особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників, тренінг з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень) 4 рисунки, 1 таблиця.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної дипломної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 12 грудня 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної дипломної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10.2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12.2024 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02.2025 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03.2025 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04.2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01.05.2025 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 30.05.2025 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	<u>22</u> травня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	<u>20</u> червня 2025 р.	виконано

Здобувач _____

Катерина КОВАЛЬ

Ім'я, прізвище

Керівник роботи _____

Олена ВАСИЛЕНКО

Ім'я, прізвище

АНОТАЦІЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ ДИПЛОМНОЇ РОБОТИ

Тема кваліфікаційної дипломної роботи «Професійне самовизначення старшокласників як складова їх професійного становлення»

Здобувач Катерина КОВАЛЬ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Олена ВАСИЛЕНКО

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна дипломна робота включає 50 сторінок, 1 таблиця, 4 рисунки, перелік джерел посилання складає 50 найменувань.

Ключові слова: професія, професійне самовизначення, професійне становлення, старшокласники.

Об'єкт дослідження: процес професійного становлення особистості.

Предмет дослідження: особливості професійного самовизначення старшокласників як складової їх професійного становлення.

За результатами дослідження розроблено тренінг з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії.

Одержані результати можуть бути використані у профорієнтаційній діяльності фахівців закладів середньої освіти з учнями старших класів.

Дипломник



Підпис

Катерина КОВАЛЬ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної дипломної роботи до захисту 30 травня 2025 р.

ЗМІСТ

СКОРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАКИ	6
ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ	10
1.1 Проблема професійного самовизначення та професійного становлення особистості у наукових джерелах	10
1.2 Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників	14
1.3 Діяльність фахівців психологічної служби закладів освіти з формування професійного самовизначення сучасних старшокласників	19
Висновки до розділу	25
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СУЧАСНИХ СТАРШОКЛАСНИКІВ	27
2.1 Діагностика особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників	27
2.2 Тренінг з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії	34
Висновки до розділу	46
ВИСНОВКИ	48
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	51

СКОРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАКИ

ЗМІ – засоби масової інформації.

ЗСО – заклад середньої освіти.

ХМР – Хмельницька міська рада.

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У зв'язку із зміною соціально-економічної ситуації в Україні, що спостерігається в останні декілька років, відбувається зміна потреб і цінностей усього населення держави. Ці зміни стосуються також і молодих людей, зокрема старшокласників, для яких актуальною постає проблема вибору майбутньої професії. Проте досить часто чіткої професійної орієнтації в старшокласників не спостерігається, що зумовлено здебільшого їх низькою здатністю до побудови життєвих планів і пошуку шляхів їх реалізації.

Намагання віднайти сенс життя, успішно самореалізуватися та самоствердитися є провідними потребами сучасних старшокласників, тому їхня навчальна діяльність спрямована в майбутнє – на вибір власної позиції у житті та усвідомлене професійне самовизначення, в основі якого лежить розуміння себе як суб'єкта певної професійної діяльності. Вибір майбутньої професії є результатом проміжних рішень професійного самовизначення старшокласників та ознакою впливу на них зовнішніх або внутрішніх чинників. Усе це зумовлює необхідність модернізації наявних і пошуку нових підходів до забезпечення процесу усвідомленого й самостійного вибору майбутньої професії учнями старших класів.

Проблема професійного самовизначення та професійного становлення особистості розглянута в наукових дослідженнях О. Василенко, О. Винославської, М. Козирева, Ю. Козловської, О. Рудюк, М. Чобітько та інших науковців.

Дослідженню соціально-психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників присвячені праці А. Герасимчук, О. Коханка, Н. Ляховченко, Є. Павлютенкова, В. Петрук, Я. Раєвської, М. Скиби, Л. Федоренко та багатьох інших.

Проте, не зважаючи на напрацювання науковців, вивченню питань професійного самовизначення старшокласників як складової їх професійного

становлення приділено недостатньо уваги, що й зумовило вибір теми нашої кваліфікаційної дипломної роботи.

Об'єктом дослідження є процес професійного становлення особистості.

Предметом дослідження є особливості професійного самовизначення старшокласників як складової їх професійного становлення.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз наукових праць з проблеми професійного самовизначення та професійного становлення особистості.
2. Визначити соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників.
3. Дослідити особливості професійного самовизначення сучасних старшокласників.
4. Розробити тренінг з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії.

Гіпотеза дослідження: результативність процесу професійного становлення сучасних старшокласників значно покращиться за умови врахування у навчально-виховній роботі з ними соціально-психологічних чинників, що впливають на їх професійне самовизначення.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, класифікація та узагальнення наукових джерел з проблеми дослідження); *емпіричні* (тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак); «Методика вивчення професійних намірів старшокласників»; методика «Діагностика професійної готовності»; «Методика діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн»); *методи кількісної та якісної обробки даних.*

Практичне значення дослідження виявляється в можливості використання у профорієнтаційній діяльності фахівців закладів середньої

освіти розробленого нами тренінгу для старшокласників «Я і моє професійне майбутнє».

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження проводилось на базі ліцею № 2 Хмельницької міської ради. Участь у ньому взяли 50 учнів 11-х класів цього закладу.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження обговорювались на XIII Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців» (м. Хмельницький, 2025 р.).

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (50 найменувань). Загальний обсяг дипломної роботи – 55 сторінок машинописного тексту, основна частина – 50 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

1.1 Проблема професійного самовизначення та професійного становлення особистості у наукових джерелах

Одним з найважливіших чинників життя людини, її ставлення до себе і світу є вибір професії, від якого залежить те, як людина буде почувати себе в житті суспільства та як буде реалізувати свій потенціал у певній діяльності.

Професія (від лат. «спеціальність», «офіційно визначене заняття») є «...видом трудової діяльності, що вимагає від людини визначеної підготовки і є джерелом її матеріального забезпечення» [36, с. 297].

Професія, на думку О. Рудюк, це система знань, умінь і навичок людини [35, с. 6].

З поняттям «професія» у науковій літературі тісно пов'язані такі терміни, як: «професійна спрямованість», «професійне самовизначення», «професійне становлення».

Під *професійною спрямованістю* розуміють «...ставлення до тих чи інших професій, яке склалося на основі певного обсягу знань (зміст професії, потреба в ній, місце набуття професії тощо), позитивного чи негативного сприйняття всього, що пов'язано з професією, врахування особистих фізичних, психологічних і матеріальних можливостей» [10, с. 42].

Поняття «*професійне самовизначення*» означає вибір професії з декількох можливих варіантів. Це вузько спрямований процес, що орієнтується на співвідношення своїх можливостей з вимогами певної професії. На думку С. Гончаренка, професійне самовизначення є «...процесом прийняття рішення особистістю щодо вибору майбутньої трудової діяльності, який полягає в усвідомленні особистості себе як суб'єкта конкретної професійної діяльності та передбачає самооцінку людиною індивідуально-психологічних якостей і

зіставлення своїх можливостей з психологічними вимогами професії до спеціаліста» [9, с. 275].

Слід зауважити, що професійне самовизначення – це не лише навчання певній професії, але й активізація особистісного розвитку людини, формування її самостійності й відповідальності у прийнятті рішень про вибір конкретної професійної діяльності. Людина не тільки обирає певну професію, але й думає про те, що вона може їй дати для життя.

Відомий психолог В. Франкл розумів повноцінність людського життя як «...здатність виходити за межі самого себе та віднаходити нові смисли в конкретній справі (у професійній діяльності) і у всьому своєму житті» [35, с. 122-127].

Професійне становлення особистості є формуванням професійної спрямованості людини, розвиток її компетентності, соціальних і професійно важливих якостей, а також готовність до особистісного й професійного зростання [17].

О. Винославська стверджує, що професійне становлення особистості нерозривно тісно пов'язане з її професійним самовизначенням, що передбачає визначення людиною себе щодо відпрацьованих у суспільстві і прийнятих нею ознак професіоналізму. Так, одна особа вважає ознакою професіоналізму просто приналежність до певної професії і тому оцінює себе з цих критеріїв, а для іншої людини ознакою професіоналізму є її творчий внесок в обрану професію і тому з цієї вищої «межі» вона інакше себе самовизначає [5].

Як зауважують М. Козирєв та Ю. Козловська, особливого значення питання професійного становлення людини набувають в умовах інформатизації й технологізації професійної діяльності. Тому сучасна система освіти повинна створювати усі умови для професійного розвитку та самовдосконалення особистості, що у подальшому забезпечить високий рівень її конкурентоспроможності, продуктивності її професійної діяльності та самореалізації. З огляду на це, крім успішного оволодіння людиною системи знань і вмінь відповідно до обраної нею професії, важливим є опанування

необхідними професійними якостями й практичними навичками. Це є передумовою ефективної реалізації професійних функцій на кожному етапі професійного становлення [17].

Зауважимо, що вибір професії є не лише одним з важливих рішень у житті кожної людини, але й досить складною проблемою, суть якої полягає у свідомій реалізації життєвого шляху, дієвих способів розв'язання життєвих проблем. Процес професійного самовизначення завершується з досягненням людиною стабільного становища у тій чи іншій сфері суспільного життя [49].

Загалом процес професійного самовизначення людини складається з наступних *етапів*:

Перший етап є періодом активного пошуку особою певної професії. На цей пошук здійснює активний вплив її професійне оточення.

Другий етап є постановка особою певної мети свого професійного становлення та її значення для суспільного життя.

На третьому етапі відбувається формування життєвої позиції особи та реалізація нею своїх планів і цінностей [17].

М. Чобітько виділяє декілька підходів до розуміння співставлення професійного самовизначення з особистісним самовизначенням:

Перший підхід науковець називає «функціональний» або «маніпулятивно-прагматичний». Особистісне самовизначення людини розглядається як підґрунтя професійного у тій мірі, в якій воно забезпечує формування необхідних професійних якостей. Цей підхід базується на нормативах, еталонній структурі діяльності фахівця.

Другий підхід ґрунтується на поєднанні взаємозв'язку та співвідношення двох видів самовизначення: особистісного, що виступає як важлива умова професійного, яке, у свою чергу, є суттєвим аспектом розвитку особистості. Особистісне самовизначення, на думку вченої, є вищим рівнем життєвого самовизначення, оскільки передбачає знаходження свого образу «Я», постійний розвиток цього образу та створення його серед оточуючих людей.

А третій підхід визначається як особистісно орієнтований, в центрі якого є особистісне самовизначення людини. Професійне ж розглядається як його складова або ж процес розвитку людини в професії [43].

Отже, аналіз наукових джерел щодо проблеми професійного самовизначення в контексті життєвого шляху особистості свідчить про безпосередню залежність його від рівня її зрілості, характеру і способів ідентифікації себе з професією.

На підтвердження цьому, М. Козирев та Ю. Козловська вважають, що однією з важливих умов успішного професійного становлення особистості є «...формування й розвиток її уявлень про себе як суб'єкта професійної діяльності, тобто бачення себе в професії через перетворення суспільно виробленого еталону професії у її особистісну модель» [17]. Дослідники додають, що для успішного професійного розвитку людини необхідним є наявність індивідуально-особистісних (внутрішніх) та соціокультурних (зовнішніх) факторів. Підґрунтям особистісної самореалізації є наявність в людини творчого потенціалу [17].

На думку Л. Подоляк та В. Юрченко, *творчий потенціал* є «...особливим комплексом усіх якостей і властивостей особистості, які реалізуються у конкретному творчому акті. Мить реалізації творчого потенціалу, залучення особистості до творчої діяльності пов'язана з механізмом внутрішньої активності суб'єкта, його творчою активністю, яка є основою вияву усіх потенційних сил людини. Вона базується на здатності самореалізуватися. Діяльність є соціальною формою вияву творчої активності людини» [29, с. 120].

Професійне самовизначення людини, на думку М. Козирева та Ю. Козловської, відбувається в двох формах: самоосвіта і самовиховання. *Самоосвіта* передбачає не лише поглиблення наявних у людини знань, але їх формування умінь і навичок їх практичного застосування. Головна мета *самовиховання* полягає у досягненні згоди людини із самою собою, знаходження сенсу життя, самоактуалізація та самореалізація можливостей, здібностей та активне самоствердження у суспільному житті [17].

Вчені стверджують, що зовнішні стимули самовиховання мають перетворитися у внутрішні спонукання. Успішність процесу самовиховання виявляється в тому разі, коли навчально-професійна діяльність набуває особистісної значущості. Лише за таких умов спроби людиною успішно пройти процес професійного становлення сприятимуть її активному самозростанню [17].

Отже, сучасні наукові дослідження здебільшого спрямовані на розгляд проблем саморозвитку особистості, формуванню її унікальності, а також її самореалізацію та самоактуалізацію як важливі умови професійного становлення. При цьому відбувається поєднання суспільного та особистісного чинників: суспільство зацікавлене у розвитку індивідуальності особистості, а особистість відчуває задоволення й смисл свого життя під час проходження самовизначення, самоактуалізації й саморегуляції. Тому її власні цілі стають соціально значимими, а індивідуальність сприймається не тільки як особистісна, але й як соціальна та професійна [42, с. 8].

Таким чином, можемо зробити висновок, що проблема професійного самовизначення особистості нерозривно пов'язана з її особистісним самовизначенням, адже ці явища є взаємообумовленими та нерозривними. Тому особистість повинна прагнути до розкриття своєї індивідуальності, унікальності, свого потенціалу у професійній діяльності.

1.2 Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників

Сучасні старшокласники, обираючи майбутню професію, досить часто керуються її популярністю в суспільстві й не думають про те, що висока заробітня плата вимагає значних зусиль. Досить часто посада й матеріальна нагорода не гарантують людині задоволення своєю роботою та самою собою. Оскільки такі важливі чинники, як цікава робота, дружній колектив, зручне

місце розташування частіше приносять задоволення людині, ніж висока посада й гроші [25].

Вивченню соціально-психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників присвячені праці українських науковців: О. Василенко, А. Герасимчук, О. Каденка, О. Коханка, Є. Павлютенкова, Я. Раєвської, М. Скиби, Л. Федоренко та багатьох інших.

Науковці вважають, що на процес професійного самовизначення учнів старших класів впливають наступні *соціально-психологічні чинники*:

1. *Соціальні чинники*: дружні відносини (друзі, знайомі, випускники школи); участь у позакласній роботі (гуртки, факультативи, секції тощо); участь у позанавчальній роботі (екскурсії, зустрічі з фахівцями, відвідування Днів відкритих дверей тощо); вплив думки колективу шкільних фахівців (класного керівника, вчителів, соціального педагога, психолога); сім'я та інші родичі; засоби масової інформації (далі – ЗМІ); суспільно-корисна чи громадська діяльність [26, с. 61-63].

2. *Психологічні чинники* включають в себе: таланти, схильності та інтереси; особливості здоров'я; самооцінку; власний професійний план про те, чого і як хоче досягти людина у професійній сфері [36, с. 79].

На думку С. Карпенчук, успішним вибір професії буде тоді, коли поєднуються прагнення й можливості людини з потребами суспільства. У свою чергу, прагнення є «...бажання людини виконувати певну роботу, інтерес до неї, а можливості вказують на наявність у неї здібностей до певної діяльності та відсутність протипоказань до неї. Потреби суспільства визначаються попитом ринку праці саме на цю професію. Узгодження цих трьох умов свідчить про вдало здійснений професійний вибір» [15, с. 10-11].

З цього приводу М. Скиба та О. Коханко стверджують, що на процес професійного самовизначення учнів старших класів впливають чинники, які тісно взаємодіють один з одним, а саме: об'єктивна реальність і умови діяльності; культура, групова свідомість й поведінка людей; індивідуальність людини, її власний досвід і рівень домагань [36, с. 82].

Існують також і *негативні чинники*, які впливають на вибір професії учнів старших класів:

1. *Орієнтація на думку чужих людей*. Деякі люди дуже люблять надавати поради щодо вибору певних професій, хоча мають досить побутові, стереотипні уявлення про них. Тому давати поради про вибір конкретної професії може лише та людина, яка добре знає її специфіку й має досвід роботи в цій сфері.

2. *Вибір професії лише за зовнішніми ознаками*, без врахування внутрішньої специфіки. Багато старшокласників бачать лише «вершину айсберга» та зовсім не розуміють ту пророблену гігантську роботу, яку доводиться виконувати, щоб на цю вершину потрапити.

3. *Вибір професії «за компанію»* є досить поширеним серед сучасних старшокласників, які керуються наступним принципом: «Оскільки мої друзі збираються навчатися на цій спеціальності, то й мені це потрібно». Іноді цей вибір може виявитися досить вдалим, оскільки дружать між собою люди зі схожими потребами та інтересами. Однак частіше за все виходить по-іншому: обрана професія може підходити ініціатору, оскільки це його свідомий вибір, а от його друзям – зовсім не підходить.

4. *Вибір з критеріїв популярності та моди* є дуже нестійким при прийнятті рішень про подальше професійне життя. Адже на професії, як і на інші життєві явища, існує мода, але досить часто те, що сьогодні модно згодом може змінитися на немодне.

5. *Недостатнє врахування власних умінь і здібностей* при виборі професії. Досить часто в суспільному житті популяризують зразки «справжніх чоловічих» чи «справжніх жіночих» професій. Але ці зразки можуть не відповідати тим здібностям та умінням, які є у тих, хто їх обирає.

6. *Вибір професії всупереч комусь невиправданний* і часто є шкідливим. До прикладу, якщо в людини є вроджені дефекти мови, то вибір професії ведучого концертів навряд чи призведе до успіху.

7. *Ігнорування особливостями свого здоров'я і медичними протипоказаннями.* Особливі вимоги до стану здоров'я мають дуже багато професій, тому треба бути добре обізнаним зі специфікою майбутньої професійної діяльності, щоб не зазнати фізичних чи психічних травм в подальшому.

Вивчаючи *психологічні чинники* вибору майбутньої професії сучасними старшокласниками, Я. Раєвська та А. Герасимчук стверджують, що учнівська молодь здебільшого бачить себе в майбутньому в модних, престижних, добре оплачуваних професіях. Це говорить про потужний вплив зовнішніх психологічних чинників на професійне самовизначення старшокласників. З огляду на це, авторки наголошують на важливості профорієнтаційної роботи як з групою учнів, так і індивідуально.

У процесі навчання старшокласники повинні отримувати консультації, спрямовані на формування професійного світогляду та професійного самовизначення з урахуванням їх інтересів, індивідуальних психологічних і фізичних характеристик, стану здоров'я, здібностей та попиту на професію на ринку праці [34].

Дослідники Н. Ляховченко та В. Петрук визначають у своїх працях фактори, що впливають на вибір професії старшокласниками:

- позиція чи думка старших членів сім'ї;
- матеріальне, соціальне, культурне становище родини;
- поради товаришів, друзів, знайомих;
- думка учителів, шкільних фахівців, інших авторетних осіб;
- особисті професійні задуми, мрії і плани;
- здібності, схильності, таланти;
- рівень вимог на соціальне визнання;
- поінформованість про професію;
- особисті бажання та потреби [21, с. 128].

Л. Федоренко у своєму дослідженні визначає наступні *соціальні чинники* професійного самовизначення сучасних старшокласників сільських шкіл:

- позиція батьків та старших членів родини;
- авторитет і думка вчителя;
- погляди однокласників, друзів, товаришів.

Дослідниця зауважує, що в учнів старших класів з сільських закладів освіти спостерігаються об'єктивні умови для продовження професійної сімейної традиції, виховання спадкоємців трудових династій, які є нащадками справ своїх батьків і прадідів. З огляду на це, часто може спостерігатися низький рівень відповідальності старшокласників за здійснений ними професійний вибір і за власне майбутнє [40].

Дослідниця О. Василенко здійснила емпіричне дослідження чинників, які впливають на вибір майбутньої професії старшокласниками та з'ясувала, що на сьогоднішній день основними з них є: думка батьків, можливість навчання на денному відділенні у закладі вищої освіти державної форми власності, можливість працевлаштування за обраною професією. Ці результати говорять про те, що сучасні старшокласники адекватно оцінюють власні професійні можливості, співвідносячи їх з реальними соціально-економічними та соціально-політичними умовами життя в державі [3].

Проте, авторка зауважує, що старшокласники повинні пам'ятати про те, що вибір майбутньої професійної діяльності є значним кроком в житті і тому необхідно враховувати не лише думку батьків, друзів чи товаришів, але й, в першу чергу, розуміти те, що подобається їм самим. Також старшокласники повинні чітко визначитися з тим, що вони очікують від обраної професії. Для цього їм необхідно співставити власні професійні й особисті домагання з реальними потребами на ринку праці [3].

Таким чином, підсумовуючи результати аналізу наукових праць з проблеми чинників, що впливають на професійне самовизначення сучасних старшокласників, можемо зробити висновок, що до соціальних чинників науковці відносять: дружні відносини; участь у позакласній та позашкільній роботі; думку вчителів і шкільних фахівців; погляди членів сім'ї та інших родичів; ЗМІ; суспільно-корисну діяльність тощо. Психологічними чинниками

є: нахили та інтереси старшокласника; здібності і особливості здоров'я; самооцінка; особисті плани на професійне життя.

Нами також з'ясовано, що вдало здійснений професійний вибір старшокласником спостерігається тоді, коли поєднуються його прагнення і можливості з потребами суспільства. Тому в процесі навчання старшокласники повинні проходити професійні консультації, спрямовані на формування їх світогляду та професійного самовизначення з урахуванням їхніх інтересів, індивідуальних особливостей й стану здоров'я, здібностей та попиту на професію на сучасному ринку праці.

1.3 Діяльність фахівців психологічної служби закладів освіти з формування професійного самовизначення сучасних старшокласників

Завершальним етапом підготовки старшокласників до трудової діяльності є їхня усвідомлена професійна орієнтація. З огляду на це, головним завданням постає проведення дієвих профорієнтаційних заходів й навчально-виховної роботи з ними, спрямованої на засвоєння необхідних знань про умови правильного вибору професії та формування у них уміння аналізувати вимоги різних професій відповідно до їх психофізичних особливостей.

Під поняттям «*профорієнтація*» мають на увазі «... комплекс психолого-педагогічних і медичних заходів, спрямованих на оптимізацію процесу вибору і працевлаштування молоді відповідно до бажань, нахилів і сформованих здібностей з урахуванням потреб спеціалістів в усіх сферах діяльності» [36, с. 294]. Профорієнтація здійснюється в процесі навчально-виховної, позаурочної та позашкільної роботи з учнями.

Основною *метою профорієнтації* є: надання підтримки учням старших класів у процесі вибору ними профілю навчання і сфери майбутньої професійної діяльності, а також побудова свідомого ставлення до вибору

професії відповідно до своїх бажань, можливостей, здібностей та з урахуванням вимог ринку праці [36].

Профорієнтаційну роботу в закладі середньої освіти (далі – ЗСО) здійснюють вчителі, класні керівники, шкільні фахівці (практичний психолог, соціальний педагог, педагог-організатор та інші).

З огляду на це, управління профорієнтацією здійснюється на трьох рівнях:

- 1) соціально-педагогічному;
- 2) організаційно-педагогічному;
- 3) психолого-педагогічному.

На *соціально-педагогічному рівні* управління профорієнтацією проводиться через суспільні інститути та ЗМІ. Профорієнтаційна робота *соціального педагога* полягає у наступному:

- надавати педагогічну підтримку старшокласникам під час їхнього професійного та життєвого самовизначення;
- проводити консультації учнів із особистих і соціальних питань;
- надавати допомогу класному керівнику в аналізі та оцінці соціальних факторів, що ускладнюють процес самовизначення молодшої особистості.

На *організаційно-педагогічному рівні* управління профорієнтацією здійснюється в навчально-виховному процесі.

На *психолого-педагогічному рівні* управління профорієнтацією відбувається під час спілкування учнів старших класів з класним керівником, практичним психологом закладу тощо.

Особливістю управління профорієнтацією в ЗСО є те, що профорієнтаційний вплив на учнів здійснюється систематично й планово на протязі всього терміну навчання. Ця особливість передбачає послідовність дій і застосування індивідуального підходу у процесі управління професійним самовизначенням осіб.

Для забезпечення успішної профорієнтаційної діяльності в ЗСО створюються шкільна рада профорієнтації, головою якої є директор закладу, а заступником – практичний психолог.

Науковці виділяють наступні *функції профорієнтації*:

1. *Психолого-педагогічна*, яка полягає у виявленні та розвиткові інтересів, нахилів, здібностей учнів; визначенні шляхів і способів формування їх професійного самовизначення і професійних намірів у відповідності з потребами ринку праці [7]. Психологічний аспект профорієнтації передбачає вивчення індивідуальної структури особистості, формуванні її професійної спрямованості, а педагогічний аспект полягає у розвитку суспільно значимих мотивів вибору професії, професійних інтересів.

2. *Моральна функція профорієнтації* полягає у підготовці молоді до вибору професії та формуванні у неї міцних переконань в необхідності працювати та максимально відпрацьовувати свої сили та уміння як для власної користі, так і для користі суспільства.

3. *Психологічна функція профорієнтації* включає в себе: надання молоді знань про значення здібностей при виборі професії та шляхів їх ефективного розвитку; розуміння значення професійної придатності; розвиток адекватної самооцінки і впевненості в собі; формування прагнення до активної фізичної й розумової праці.

4. *Практична функція профорієнтації* означає: ознайомити молодь зі специфікою соціального запиту на певні кадри у конкретних професіях; допомогти їй набути знань про основні навчальні дисципліни, засоби і умови праці, способи досягнення кращих результатів; надати їй знання про норми, правила і помилки, пов'язані з процесом професійного самовизначення; познайомити з системою закладів освіти, правилами прийому до них та перспективами професійного зростання [36, с. 71-72].

Основними *напрямами* профорієнтаційної діяльності з учнями старшої школи є:

1) *Професійна діагностика* – спосіб всебічної оцінки і самооцінки особистості, прогнозування стану розвитку її поведінки, здібностей, нахилів тощо.

2) *Професійна консультація* є сукупністю організованих дій, основою яких є виявлення індивідуальні та психофізіологічні особливості особистості, яка вибирає конкретну професію. Професійна консультація в ЗСО полягає у груповій роботі з класом та індивідуальній роботі з кожним учнем.

3) *Професійна адаптація* – це процес активного входження молоді в обрану професію, пристосування до її змісту власних професійних умінь, дотримання режиму праці й інших вимог до неї.

4) *Професійний відбір* є «...науково обгрунтованим визначенням професійної придатності учня до конкретної трудової діяльності з врахуванням його особистісних якостей і потреб виробництва. Професійний відбір має проводитись на основі використання професіограм та за допомогою спеціальних психофізіологічних методик, які визначають ступінь розвитку учня і відповідність його психофізіологічних якостей вимогам обраної професії» [30].

5) *Професійна інформація* – це процес ознайомлення старшокласників з конкретними спеціальностями та з вимогами, які ставляться до людей, які прагнуть ними оволодіти. Також це ознайомлення з тими закладами, де можна опанувати ту чи іншу спеціальність. Професійна інформація полягає й в знайомстві з місцями майбутнього працевлаштування людини, що є передумовою свідомого вибору професії.

Оскільки сучасні старшокласники мають багато питань й проблем при виборі майбутньої професії, які досить часто пов'язані з їх недостатнім рівнем знань про сучасні професії та про власні здібності, то важливого значення у профорієнтаційній роботі набуває діяльність фахівців психологічної служби ЗСО.

Психологічна служба закладу освіти створюється з метою «...забезпечення умов для соціального та інтелектуального розвитку учнів,

охорони їх психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу» [30].

Соціальний педагог та практичний психолог мають забезпечити наступні *психолого-педагогічні умови* для проведення профорієнтаційної роботи:

1. Розвиток таких особистісних якостей старшокласників, як: здібності до самопізнання і саморегуляції поведінки, впевненість й довіра до себе, уміння робити вибір і нести за нього відповідальність, незалежність, цілеспрямованість, комунікабельність тощо.

2. Системно, комплексно й безперервно проводити профорієнтаційну діяльність.

3. Забезпечити взаємодію фахівців ЗСО з установами професійної освіти, а також з різними підприємствами та організаціями з метою навчання (екскурсій) і працевлаштування учнів.

4. Залучити на добровільних засадах старшокласників до роботи з професійного самовизначення.

5. Забезпечити особистий підхід у роботі фахівців ЗСО з професійного самовизначення старшокласників.

При цьому, однією з важливих умов ефективної профорієнтаційної роботи в ЗСО є взаємодія соціального педагога та психолога із закладами професійної освіти та з фахівцями різних сфер професійної діяльності. Така взаємодія здатна надати старшокласникам всебічну й глибоку інформацію про світ професій та про те, як можна здобути ту чи іншу спеціальність. Дні відкритих дверей, екскурсії на підприємства та установи допоможуть молоді краще зрозуміти ту чи іншу спеціальність з її практичного боку [8].

Також важливою умовою профорієнтаційної роботи в ЗСО є співпраця соціального педагога, психолога та вчителів з батьками старшокласників. Така співпраця дасть змогу забезпечити не лише цілісність профорієнтаційної роботи, але й дозволить спеціалістам закладу відстежувати й аналізувати результати проведених ними заходів.

Як вже зазначалося вище, профорієнтаційна робота соціального педагога та психолога повинна бути системною, комплексною, цілісною й безперервною, а також включати в себе наступні *напрями роботи*:

- 1) надання молоді глибоких й всебічних знань про особливості вибору певної професії;
- 2) створення можливостей для їх глибокого самопізнання (свого темпераменту, інтересів, здібностей, схильностей, прагнень, потреб, цінностей тощо);
- 3) сприяння активізації прагнення пошуку власного шляху оволодіння майбутньою професією;
- 4) створення умов для моделювання свого майбутнього, реалізації професійних інтересів і планів.

Діяльність психолога з професійного самовизначення старшокласників повинна будуватися на основі особистісного підходу. Це передбачає ставлення фахівця до вихованця як до особистості. З огляду на це, необхідно розвивати такі особистісні якості учнів, як: здібність до пізнання себе і навколишнього світу, до усвідомлення і зміни у тій чи іншій ситуації, незалежність, уміння робити вибір, нести за нього відповідальність та ін. Психолог повинен створювати умови для прояву активності учнів в усвідомленому, самостійному виборі майбутньої професії відповідно до своїх цінностей, власних можливостей і здібностей. У старшокласника необхідно сформувати почуття відповідальності за цей вибір та психологічну гнучкість [28].

Отже, робота фахівців психологічної служби ЗСО з професійного самовизначення старшокласників повинна повною мірою враховувати їхні вікові, психофізичні та особистісні потреби. При цьому, основною метою діяльності практичних психологів й соціальних педагогів є допомога старшокласникам у віднаходженні власного професійного шляху в житті.

Висновки до розділу

Таким чином, аналіз наукових праць з проблеми дослідження дав змогу нам зробити наступні висновки: під поняттям «професійне самовизначення» розуміють об'єктивну оцінку особою своїх індивідуальних якостей та зіставлення цих якостей і можливостей з вимогами, що висуваються до певної професії.

Основою професійного самовизначення є особистісне самовизначення людини, система її цінностей і потреб, що визначають її ставлення до себе і до життя в цілому. Тому успішне професійне самовизначення особи не можливе без позитивного особистісного самовизначення, її прагнення до розкриття своєї індивідуальності і внутрішнього потенціалу у професійній діяльності.

На професійне самовизначення сучасних старшокласників впливає безліч чинників, серед яких важливими є соціальні та психологічні чинники. До соціальних чинників науковці відносять: дружні відносини; участь у позакласній та позашкільній роботі; думка вчителів і шкільних фахівців; сім'я та інші родичі; засоби масової інформації; суспільно-корисна діяльність тощо. Психологічними чинниками є: нахили та інтереси; здібності і особливості здоров'я; самооцінка; особистий професійний план старшокласника.

Вчені виділяють також негативні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників: вплив думки випадкових людей; вибір професії за ознакою престижності і популярності на даний момент; вибір професії «за компанію» з друзями, однолітками; нездатність старшокласників враховувати власні здібності і особливості здоров'я при виборі професії; вибір професії всупереч, на зло комусь та багато інших чинників.

Діяльність фахівців психологічної служби закладів середньої освіти з формування професійного самовизначення сучасних старшокласників є провідною, оскільки взаємодія соціального педагога і психолога цих закладів із спеціалістами закладів професійної освіти та з фахівцями різних сфер професійної діяльності надає старшокласникам широку, всебічну й глибоку інформацію про світ професій і про те, як і де можна здобути ту чи іншу

спеціальність. Основною метою діяльності психологів й соціальних педагогів є допомога старшокласникам у віднаходженні власного професійного шляху у житті. Але така робота повинна враховувати їхні вікові, психофізичні, особистісні особливості й потреби.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СУЧАСНИХ СТАРШОКЛАСНИКІВ

2.1 Діагностика особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників

З огляду на визначені нами соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників, ми обрали та використали в емпіричному дослідженні наступні психодіагностичні методики:

1) тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак);

2) «Методика вивчення професійних намірів старшокласників»;

3) методика «Діагностика професійної готовності»;

4) «Методика діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн».

Емпіричне дослідження проводилось на базі ліцею № 2 Хмельницької міської ради (далі – ХМР). Участь у дослідженні взяли 50 учнів 11-х класів цього ліцею.

З метою діагностики особливостей розвитку асертивності досліджуваних як їх особистісної якості, що виявляється в умінні самоствердитися, а також у позитивному ставленні до людей, адекватній самооцінці, свідомому прийнятті вимог інших людей без страху і невпевненості, ми провели *Тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак)*. Цей тест налічує 24 питань, на кожне з яких є два можливих варіанти відповіді (позитивна і негативна). Авторами опитувальника виділено три шкали:

1 – шкала соціальної бажаності;

2 – шкала незалежності та автономності;

3 – шкала впевненості, рішучості, опори на власні сили.

Досліджуваним пропонувалося відповісти на запитання опитувальника,

які відповідають визначеним шкалам [20].

Результати проведеної діагностики рівнів розвитку асертивності старшокласників за тестом-опитувальником «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак)» відображені на рисунку 2.1.

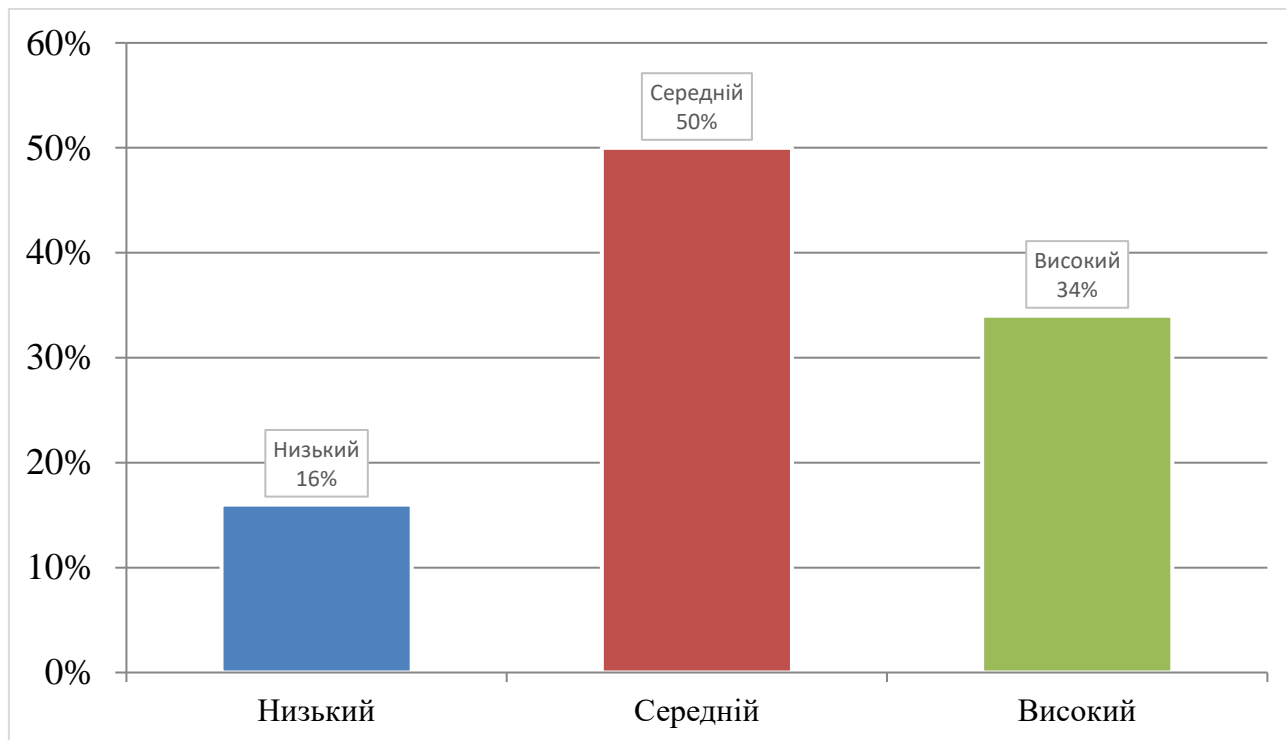


Рисунок 2.1 – Результати діагностики асертивності старшокласників (у %)

Аналіз результатів діагностики рівнів асертивності у 50 старшокласників показав, що 34% з них мають високий рівень розвитку асертивності, 50% учнів володіють середнім рівнем розвитку асертивності та 16% досліджуваних виявили низький рівень розвитку асертивності.

Наступною методикою, застосованою нами у діагностичному дослідженні стала «Методика вивчення професійних намірів старшокласників», яка дозволяє дослідити особливості готовності учнів до вибору майбутньої професії, характерні ознаки їх внутрішньої усвідомленості цього вибору, вираженість їх професійних інтересів і намірів. За допомогою цієї методики можна з'ясувати також й те, що учень знає про обрану ним професію і як може оцінити свої здібності.

Усі питання методики згруповані за п'ятьма напрямками, а відповіді свідчать про рівень усвідомленості старшокласником кожного напрямку:

1. Життєві плани досліджуваного.
2. Захоплення і професійні наміри.
3. Знання про професії.
4. Оцінка досліджуваним своєї придатності до професії.
5. Ефективність профорієнтаційної роботи.

Отримані результати дали змогу нам з'ясувати рівень усвідомленості професійних намірів старшокласників, що потрібно для надання їм допомоги у професійному самовизначенні [20].

Характеристика результатів діагностики професійних намірів учнів 11-х класів ліцею № 2 ХМР представлена на рисунку 2.2.

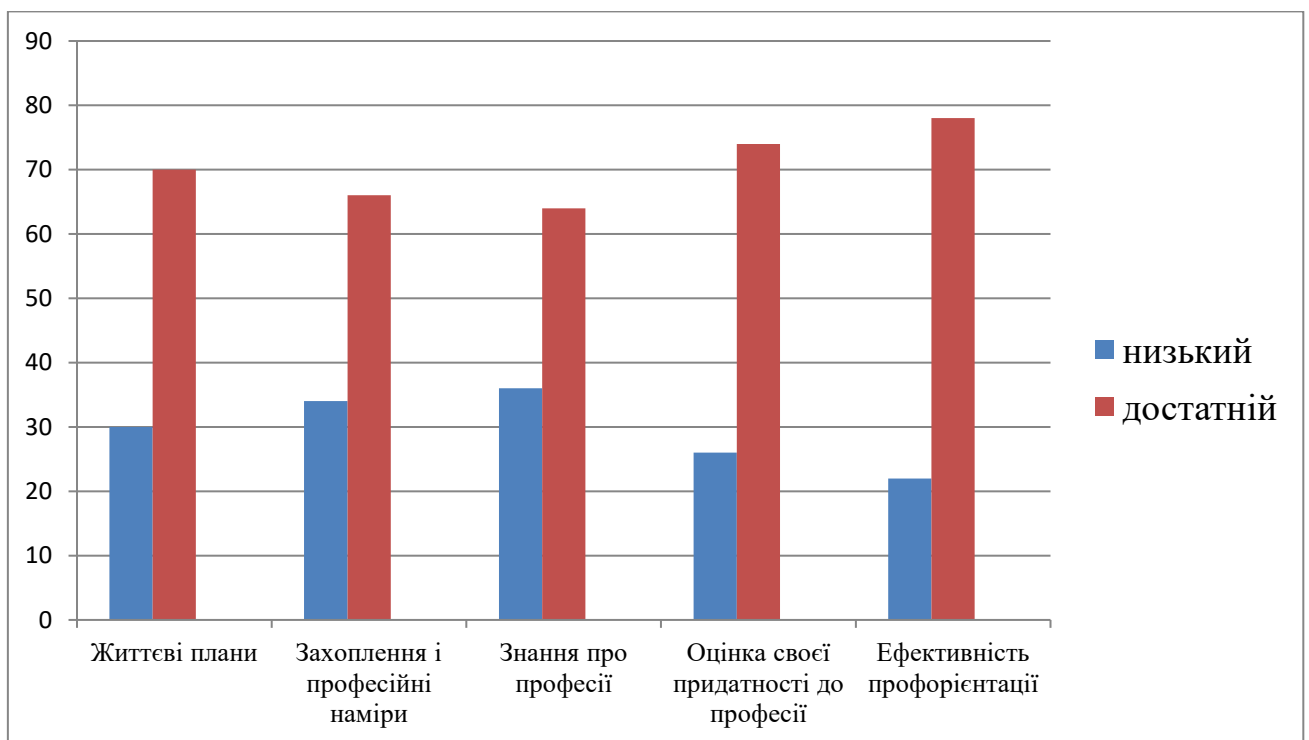


Рисунок 2.2 – Результати діагностики професійних намірів старшокласників (у %)

Як видно з рис. 2.2, рівень розвитку професійного самовизначення старшокласників є достатнім. Розглянемо результати дослідження професійних намірів учнів 11-х класів більш детально за кожним напрямом.

За першим напрямом «Життєві плани» 30% учнів зазначили, що у них відсутня підготовка до вибору майбутньої професії. У 70% досліджуваних наявний достатній рівень розвитку життєвих планів. Для них характерний

стійкий інтерес до певної спеціальності. У майбутній професії для них найважливішим є виконання певного виду роботи, а найбільш привабливими професіями вони вважають професію економіста, юриста, судді, правоохоронця. Старшокласники розуміють, що для того, щоб стати гарними фахівцями, вони повинні оволодіти професійною підготовкою у закладі вищої освіти або закінчити коледж.

За другим напрямом «Захоплення і професійні наміри» 34% учнів зазначили, що обиратимуть майбутню професію не вивчаючи спеціальну літературу, а керуючись думками авторитетних для них людей. У свою чергу, 66% старшокласників добре володіють інформацією про обрані професії. Вони воліють керувати або працювати індивідуально і тому здійснили свій вибір, навчаючись в 11 класі.

За напрямом «Знання про професії» 64% старшокласників виявили високий рівень підготовки до майбутнього вибору професії. Вони мають повні уявлення про умови праці за цією спеціальністю, володіють знаннями про знання, вміння і навички, які потрібні представнику цієї професії.

За наступним напрямом «Придатність до обраної професії» 74% старшокласників оцінили свою професійну придатність на достатньому рівні. Вони періодично читають літературу про майбутню професію, переглядають інформацію про цю спеціальність на сайтах університетів і коледжів. Таким чином старшокласники проявляють стійкий інтерес та поінформованість про цю професію.

За напрямом «Ефективність профорієнтаційної роботи» 78% учнів зазначили, що прийняли остаточне рішення про вибір професії. А зробили це під впливом наданої вчителями та іншими фахівцями ліцею інформації про цю професію.

Далі ми провели *методику «Діагностика професійної готовності»*, за допомогою якої змогли проаналізувати наявність умінь, ставлення та побажань старшокласників стосовно таких типів професій, як: «Людина – знакова система», «Людина – техніка», «Людина – природа», «Людина – художній

образ», «Людина – людина». За результатами відповідей старшокласників на питання цієї методики ми змогли зробити висновок про те, до якого виду професійної діяльності вони найбільше схильні.

Зауважимо, що в методиці виділені три шкали: «уміння», «ставлення», «професійні переваги». Потрібно проаналізувати співвідношення оцінок за даними шкалами як у кожній професійній галузі, так і за кожним видом діяльності [36, с. 251].

Характеристика результатів проведеної методики «Діагностика професійної готовності» серед учнів 11-х класів ліцею № 2 ХМР представлена на рисунку 2.3.

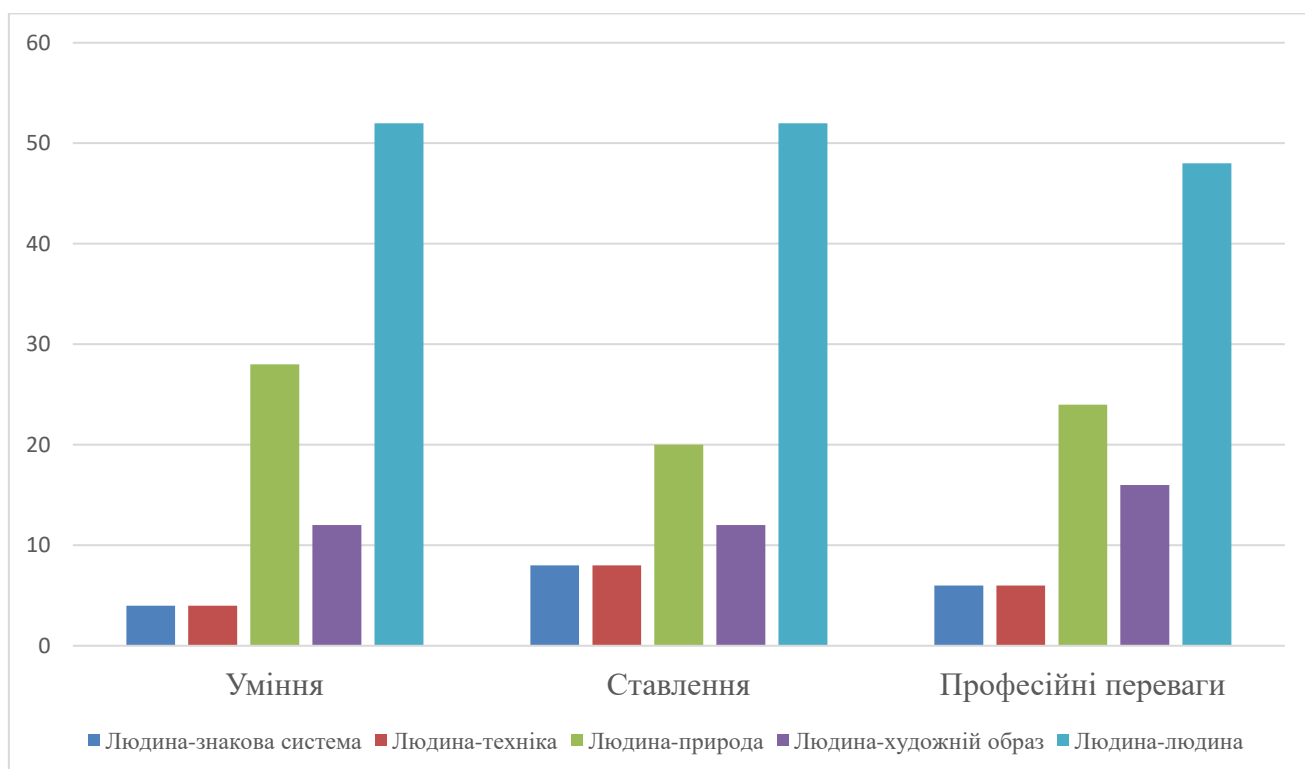


Рисунок 2.3 – Результати дослідження професійної готовності учнів 11-х класів (у %)

Дані, наведені на рис. 2.3 показують, що сучасні старшокласники здебільшого (48%) віддають перевагу професіям типу «Людина-людина», до яких належать такі професії, як: викладач, перекладач, лікар, юрист, офіціант, стюардеса, продавець, адміністратор, екскурсовод, тренер, журналіст та багато інших. Старшокласники зазначили, що хотіли б в майбутньому займатися такими видами роботи та мають добре розвинені уміння до них.

Найменш схильні сучасні старшокласники до обрання професій типу «Людина-техніка» (6%) та «Людина-знакова система» (6%). Досліджувані зауважили, що їм важко займатися обробкою інформації, представленої у вигляді формул, таблиць, умовних знаків, цифр, текстів тощо.

Наприкінці дослідження ми провели «Методику діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн», яка спрямована на діагностику рівня домагань та самооцінки старшокласників. Про реалістичний рівень самооцінки свідчать результати в межах 45 – 74 бали. Вищі показники є ознакою завищеної самооцінки, а 79 балів показують наявність певних відхилень у розвитку особистості, її незрілість, нездатність правильно оцінювати результати своєї праці, нерозуміння причин власних помилок, зауважень тощо. У свою чергу, дуже низькі бали свідчать про занижену самооцінку і відхилення в особистісному розвитку [20].

Результати проведеної нами «Методики діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейна» серед учнів 11-х класів ліцею № 2 ХМР наведені на рисунку 2.4.

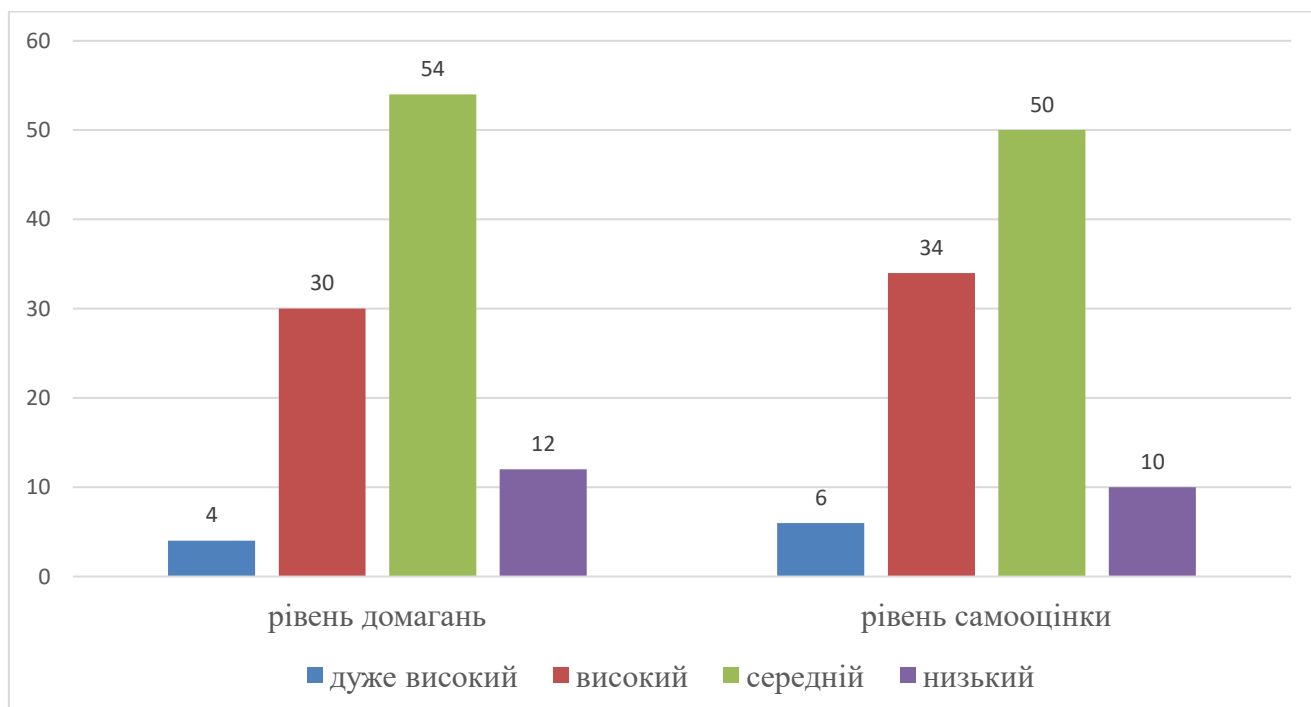


Рисунок 2.4 – Результати дослідження рівнів домагань та самооцінки старшокласників (у %)

Дані, наведені на рис. 2.4 показують, що рівні домагань у більшості старшокласників ліцею № 2 ХМР характеризується середніми показниками розвитку (54%). Високий рівень домагань виявлено у 30% учнів старших класів, а дуже високий рівень домагань діагностовано лише у 4% досліджуваних. У свою чергу, низький рівень домагань виявлено у 12% старшокласників. Тому можемо зробити висновок, що у переважної більшості учнів 11-х класів ліцею № 2 ХМР наявний середній і високий рівні домагань.

Результати діагностики рівнів самооцінки старшокласників ліцею № 2 ХМР показали, що дуже високий рівень наявний у 6% досліджуваних, а високий рівень самооцінки виявлено у 34% учнів старших класів. У більшості старшокласників діагностовано середній рівень самооцінки (50%). Низький рівень самооцінки характерний 10% учнів. Отже, як бачимо, рівні самооцінки більшості учнів 11-х класів ліцею № 2 ХМР характеризуються середніми й високими показниками.

Таким чином, на підставі результатів проведеної діагностики особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників можемо зробити висновок, що учні 11-х класів ліцею № 2 ХМР володіють середнім рівнем розвитку асертивності як особистісної якості, яка виявляється в їх адекватній самооцінці, свідомому прийнятті рішень, умінні самоствердитися тощо. Тому можемо стверджувати, що вони з упевненістю та усвідомлено підходять до вибору майбутньої професії.

Також ми з'ясували, що в більшості досліджуваних наявний достатній рівень розвитку життєвих планів. Вони добре володіють інформацією про омріяні професії, а також мають високий рівень підготовки до майбутньої професії. Старшокласники періодично читають літературу про майбутню професію, переглядають інформацію про цю спеціальність на сайтах університетів і коледжів, проявляють стійкий інтерес та поінформованість про цю професію. У свою чергу, 78% учнів 11-х класів вказали на ефективність профорієнтаційної роботи вчителів і фахівців ліцею, що є досить гарним показником у формуванні професійного самовизначення старшокласників.

Результати дослідження того, до якого виду професійної діяльності старшокласники найбільш схильні показали, що вони віддають перевагу професіям типу «Людина-людина», до яких належать такі професії, як: викладач, перекладач, лікар, юрист, офіціант, стюардеса, продавець, адміністратор, екскурсовод, тренер, журналіст та багато інших. Найменше старшокласники схильні обирати професії типу «Людина-техніка» та «Людина-знакова система».

Отримані нами результати за «Методикою діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейна» показують, що більшості старшокласникам притаманний реалістичний рівень оцінки себе, своїх потреб і можливостей. Вони адекватно сприймають себе і свою зовнішність, власні здібності, схильності, можливості. Такі старшокласники здатні змінюватися, але не надають цим змінам такого значення, як ті учні, які мають низьку і дуже високу самооцінку.

З метою покращення професійного самовизначення сучасних старшокласників ми розробили програму тренінгу з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії.

2.2 Тренінг з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії

В. Шапар зазначає, що *тренінг* – це «...спеціальний тренувальний режим, тренування, що потребує особливих методичних підходів до його підготовки, організації та проведення» [45, с. 548].

На думку Є. Карпенко, тренінг є «...груповою формою роботи, яка відбувається в процесі активної взаємодії його учасників і спрямована на особистісний ріст, покращення стратегій життя, взаємодії з іншими, а також навчання рефлексивних навичок, емпатії, способів самопомоги тощо. Учасники тренінгу мають можливість навчитися адекватно сприймати,

розуміти та відчувати як самих себе, так і оточуючих, виявляти власні стереотипи, застарілі світоглядні і поведінкові патерни» [14, с. 7].

На відміну від інших форм навчання, тренінг спрямований на формування усього потенціалу особистості: її компетентність, здатність до прийняття самостійних рішень, уміння налагоджувати взаємодію з іншими людьми тощо. У сучасному світі традиційна форма навчання стає все менш цікавою, а тренінги набирають свою популярність.

Структура тренінгу зазвичай включає три компоненти: вступний, основний та завершальний. Кожний з цих компонентів складається з послідовності певних елементів.

Вступний компонент включає в себе:

- презентацію тренера;
- знайомство з учасниками;
- повідомлення тренером мети, завдання, змісту і очікуваних результатів тренінгу;
- інформування учасників про регламент й правила роботи на тренінгу.

Основний компонент передбачає логічну послідовність тих питань, вправ, ігор, які заплановані до опрацювання учасниками тренінгу. Зміст основного компоненту має бути тісно пов'язаний із сьогоденням, процесами та явищами, які відбуваються в найближчому оточенні учасників, та повинен викликати у них активний інтерес.

У завершальному компоненті передбачається:

- підведення підсумків тренінгу;
- відповіді тренера на запитання учасників тренінгу;
- зворотній зв'язок і вручення сертифікатів учасникам [14, с. 50-51].

Основні правила проведення тренінгу повідомляються тренером учасникам на його початку. До цих правил відносять:

1) правило «тут і тепер», яке означає, що обговоренню учасниками тренінгу підлягає лише те, що відбувається на тренінгу;

2) правило активності, тобто учасників тренінгу залучають до активного виконання вправ, дискусій, рольових ігор тощо;

3) правило довірливого спілкування має на меті те, що учасники повинні відверто висловлювати свої думки, ідеї тощо;

4) правило персоніфікації своїх висловлювань, що полягає у відмові від використання безособових мовних форм, а натомість учасники повинні застосовувати форму «Я вважаю, що ...», «На мою думку ...» тощо;

5) відсутність критики, образ тощо. В ході тренінгу учасники можуть відкрити для себе не тільки нові ідеї, але й власний потенціал, тому критикувати їх спонтанні думки й ідеї заборонено;

б) правило зворотнього зв'язку полягає в отриманні зворотньої інформації від учасників тренінгу і самого тренера;

7) правило конфіденційності, що означає те, що уся інформацію, викладену на тренінгу учасниками чи тренером буде використано лише в межах проведення тренінгу, а не деінде.

Отже, розглянувши структуру та правила проведення тренінгових занять, ми розробили власну тренінгову програму з розвитку психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії *«Я і моє професійне майбутнє»*.

Мета тренінгу: розвиток психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії шляхом формування у них бажання самостійно обирати певну спеціальність, враховуючи особисті потреби, інтереси, здібності та перспективи професійного розвитку.

Завдання тренінгу:

1) активізація потреби старшокласників в усвідомленому виборі майбутньої професії;

2) розуміння старшокласниками власних потреб, бажань, інтересів, здібностей та психофізіологічних особливостей;

3) формування професійної спрямованості старшокласників;

4) розвиток у старшокласників навичок побудови власних життєвих цілей й перспектив;

5) формування особистих й професійних компетенцій старшокласників.

Програма тренінгових занять складається з 12 занять та розрахована на учнів 10-11 класів ЗСО.

Тривалість занять: 2 години 1 раз на тиждень (усього 12 тижнів).

Структура занять:

1. Привітання, розминка.

2. Основна частина (інформаційні повідомлення, вправи, ігри, притчі, мозковий штурм тощо).

3. Підсумок та рефлексія занять.

Структура тренінгової програми «Я і моє професійне майбутнє» наведена в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1 – Структура тренінгової програми «Я і моє професійне майбутнє»

№	Вид роботи	Час	Матеріал
<i>Заняття 1. Особистісна та профорієнтаційна перспектива</i>			
1.1.	Привітання. Знайомство «Мене звати... і я хочу стати...»	10 хв	–
1.2.	Мозковий штурм «Визначите професії за типами»	5 хв	Мультимедійний проектор, ноутбук
1.3.	Вправа «Восьмикутник основних факторів особистісно-професійної перспективи (А. Клімов)»	10 хв	Папір, олівець

Продовження таблиці 2.1

1.4.	Вправа-розминка «Хто є хто»	10 хв	–
1.5.	Вправа «Мрію бути»	20 хв	Аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт
1.6.	Завдання «Схема рівнів сформованості особистісної професійної перспективи»	20 хв	Папір, олівець
1.7.	Вправа-розминка «Хода професіонала»	20 хв	Картки з назвами спеціальностей
1.8.	Вправа «Епітафія»	15 хв	Папір, ручка
1.9.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 2. Умови та чинники вибору професії</i>			
2.1.	Вправа «Усмішка по колу»	5 хв	–
2.2.	Вправа «Класифікація професій»	10 хв	–
	Міні-лекція «Періоди життєвого шляху»	10 хв	Фліпчарт, маркери
2.3.	Вправа «Назви професію»	10 хв	–
2.4.	Вправа «Умови вибору професії»	15 хв	Папір, ручка
2.5.	Вправа «П'ять кроків»	20 хв	Дошка, крейда
2.6.	Вправа «Реклама професії»	30 хв	Аркуші паперу А-1, маркери, фломастери, олівці, фліпчарт
2.7.	Вправа «Як обрати професію»	10 хв	–

Продовження таблиці 2.1

2.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 3. Професійно значущі якості особистості</i>			
3.1.	Вправа «Побажання»	10 хв	М'яч
3.2.	Вправа «Важливі професійні риси»	15 хв	–
3.3.	Вправа «Порівняльний самоаналіз»	20 хв	Бланк до вправи, ручка
3.4.	Вправа «Оптиміст-песиміст»	10 хв	Аркуші паперу А-4, ручки, фліпчарт
3.5.	Вправа «Продовжити речення»	10 хв	Стікери, ручки, фліпчарт
3.6.	Вправа «Ланцюжок професій»	15 хв	–
3.7.	Вправа «Співвіднесення умов ситуації вибору професії»	30 хв	–
3.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 4. Формування свідомого і самостійного прийняття рішень</i>			
4.1.	Вправа «Привітання»	5 хв	предмет, іграшка
4.2.	Вправа «Моя унікальність»	15 хв	–
4.3.	Вправа «Асоціації»	20 хв	ручки, аркуші паперу для кожного учасника
4.4.	Інформаційне повідомлення «Помилки вибору професії»	15 хв	–

Продовження таблиці 2.1

4.5.	Вправа «Отожнення навчального предмета з професією»	20 хв	–
4.6.	Вправа «Процес прийняття рішень»	15 хв	–
4.7.	Вправа «Думка родини, вчителів та друзів про вибір професії»	20 хв	–
4.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 5. Секрети успіху</i>			
5.1.	Вправа «Нетрадиційне привітання»	5 хв	–
5.2.	Вправа «Людина і професія»	15 хв	–
5.3.	Інформаційне повідомлення «Успіх та його складові»	20 хв	-
5.4.	Вправа «Секрет успіху»	15 хв	–
5.5.	Вправа «Формула успіху»	15 хв	–
5.6.	Вправа «Вершина»	10 хв	Прапорці, ватман, олівці, ручка
5.7.	Вправа «Співвіднесення самооцінки і професійних вимог»	20 хв	–
5.8.	Мозковий штурм «Успіх – це ...»	10 хв	–
5.9.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–

Продовження таблиці 2.1

<i>Заняття 6. Життєві цінності</i>			
6.1.	Вправа «Цінністю для мене є ...»	10 хв	Бейджики, фломастери
6.2.	Вправа «Мій сусід праворуч...»	10 хв	Папір, ручка
6.3.	Вправа-розминка «Вітер віє на тих, хто цікавиться...»	15 хв	–
6.4.	Вправа «Лінія життя»	20 хв	Папір, ручка, кольорові олівці
6.5.	Вправа «Сенси-сюрпризи»	20 хв	Бланк до вправи «Сенси-сюрпризи», ручка, олівці
6.6.	Притча «Найважливіші речі в житті»	20 хв	–
6.7.	Вправа «Мішок щастя»	15 хв	–
6.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 7. Життєва компетентність</i>			
7.1.	Вправа «Комплімент»	10 хв	–
7.2.	Вправа «Золота рибка»	10 хв	–
7.3.	Мозковий штурм «Що таке життєва компетентність?»	20 хв	–
7.4.	Вправа «Життєва компетенція»	20 хв	Білеті з завданнями, ручка

Продовження таблиці 2.1

7.5.	Інформаційне повідомлення «Я в майбутньому»	10 хв	–
7.6.	Вправа «Приймальна комісія»	10 хв	Білет з завданнями, ручка
7.7.	Вправа «Візьміть мене на роботу»	10 хв	–
7.8.	Вправа «Скриня із проблемами»	20 хв	Скринька, папір, ручка
7.9.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 8. Формування здатності до міжособистісної взаємодії</i>			
8.1.	Вправа «Сніжний ком»	10 хв	–
8.2.	Мозковий штурм «Як привернути до себе увагу людей?»	20 хв	–
8.3.	Вправа «Шість правил для встановлення симпатії»	20 хв	–
8.4.	Вправа «Групове оповідання»	20 хв	Олівці
8.5.	Вправа «Виживання на місяці»	20 хв	Папір, ручка
8.6.	Рухлива вправа «Молекули»	10 хв	–
8.7.	Вправа «Побажання»	10 хв	
8.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 9. Ефективне використання часу або тайм-менеджмент старшокласників</i>			

Продовження таблиці 2.1

9.1.	Вправа «Усмішка по колу»	10 хв	–
9.2.	Інформаційне повідомлення «Що таке тайм-менеджмент?»	15 хв	
9.3.	Аналіз причин часових втрат	20 хв	Список причин, ручка
9.4.	Вправа «Пиріг»	20 хв	Папір, олівці
9.5.	Вправа «Матриця Ейзенхауера»	25 хв	–
9.6.	Рухлива вправа «Вітер віє на тих, хто...»	10 хв	–
9.7.	Вправа «Завдання-звірі»	15 хв	Папір, ручка, олівці
9.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 10. Здоров'я і вибір професії</i>			
10.1.	Вправа «Подарунок другові, який знадобиться йому в майбутній професії»	10 хв	–
10.2.	Вправа «Стежина здоров'я»	15 хв	Аркуші паперу
10.3.	Методика «Медоворіт»	20 хв	Бланк для гри «Медоворіт», ручка
10.4.	Вправа «Житєвий план»	20 хв	Бланк до вправи «Житєвий план», ручка

Продовження таблиці 2.1

10.5.	Вправа «Закінчи речення» (практична робота на картках)	25 хв	Картки, ручка
10.6.	Вправа «Лото-здоров'я»	10 хв	Лото
10.7.	Вправа «Вальс-комплімент»	15 хв	–
10.8.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 11. «Вибір професії – головний вибір в житті»</i>			
11.1.	Вправа «Я-компаньйон»	10 хв	–
11.2.	Тест «Що ви за птах»	10 хв	Папір, ручка
11.3.	Гра «Професія Най – най»	10 хв	–
11.4.	Вправа «Основний мотив твого вибору»	20 хв	Роздруковані 16 основних мотивів
11.5.	Гра «Пантоміма»	10 хв	–
11.6.	Руханка «Вгадай дію»	10 хв	–
11.7.	Вправа-проект «Моя професія найкраща»	30 хв	Папір, ручка
11.8.	Вправа «Рефлексія»	10 хв	–
11.9.	Підбиття підсумків заняття	10 хв	–
<i>Заняття 12. Підсумкове</i>			
12.1.	Привітання. Вправа «Моє ім'я – професія»	10 хв	Паперовий скотч

Кінець таблиці 2.1

12.2.	Вправа «Мої очікування»	20 хв	Стікери, фліпчарт, кольорові маркери, класна дошка, папір
12.3.	Вправа «Хочу–Можу–Треба»	20 хв	Дошка, паперовий скотч
12.4.	Вправа-дослідження «Професійна спрямованість»	20 хв	Бланки методики «Професійна спрямованість» ручка
12.5.	Обговорення ситуацій	15 хв	
12.6.	Рефлексія	15 хв	
12.7.	Підбиття підсумків усіх занять	20 хв	–

Очікуваними результатами впровадження тренінгової програми «Я і моє професійне майбутнє», на нашу думку, є:

- цілеспрямований розвиток психологічної готовності старшокласників до професійного самовизначення шляхом врахування своїх професійних інтересів, здібностей, потреб тощо;

- розширення уявлень старшокласників про світ професій та їхню специфіку;

- усвідомлення старшокласниками типових помилок при виборі професії та їх наслідків;

- формування відповідального, усвідомленого, самостійного ставлення учнів старших класів до вибору майбутньої професії.

Висновки до розділу

Отже, визначені нами соціально-психологічні чинники професійного самовизначення сучасних старшокласників дали змогу обрати та використати в емпіричному дослідженні наступні психодіагностичні методики: тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак); «Методику вивчення професійних намірів старшокласників» та методику «Діагностика професійної готовності»; «Методику діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн».

Емпіричне дослідження особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників проводилось на базі ліцею № 2 Хмельницької міської ради. Участь у ньому взяли 50 учнів 11-х класів цього закладу.

На підставі аналізу результатів проведеного тесту-опитувальника «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак) ми зробили висновок, що учні 11-х класів володіють середнім рівнем розвитку асертивності як особистісної якості, що виявляється в їх адекватній самооцінці, свідомому прийнятті рішень, умінні самоствердитися тощо. Тому можемо стверджувати, що вони з упевненістю та усвідомлено підходять до вибору майбутньої професії.

Також за результатами проведеної «Методики вивчення професійних намірів старшокласників» ми з'ясували, що в більшості досліджуваних наявний достатній рівень розвитку життєвих планів. Вони добре володіють інформацією про обрані професії, а також мають високий рівень підготовки до майбутньої професії. Старшокласники періодично читають літературу про майбутню професію, переглядають інформацію про цю спеціальність на сайтах університетів і коледжів, проявляють стійкий інтерес та поінформованість про цю професію. 78% учнів 11-х класів вказали на ефективність профорієнтаційної роботи вчителів і фахівців ліцею, що є досить гарним показником у формуванні професійного самовизначення старшокласників.

Результати проведеної методики «Діагностика професійної готовності» показали, що старшокласники віддають перевагу професіям типу «Людина-

людина», до яких належать такі професії, як: викладач, перекладач, лікар, юрист, офіціант, стюардеса, продавець, адміністратор, екскурсовод, тренер, журналіст та багато інших. Найменше старшокласники схильні обирати професії типу «Людина-техніка» та «Людина-знакова система».

Результати проведеної діагностики за «Методикою діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн» показують, що рівень домагань у більшості старшокласників характеризується середнім рівнем розвитку (54%) та високим рівнем розвитку (30%). Також результати дослідження рівнів самооцінки старшокласників показали, що у більшості з них наявний середній рівень самооцінки (50%) та високий рівень самооцінки (34%). Ці дані говорять про те, що більшості учням старших класів притаманний реалістичний рівень оцінки себе, своїх потреб і можливостей.

З метою покращення психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії ми розробили програму тренінгу «Я і моє професійне майбутнє», яка складається з 12 занять та розрахована на учнів 10-11 класів закладів середньої освіти.

Очікуваними результатами впровадження цієї програми є: цілеспрямований розвиток психологічної готовності старшокласників до професійного самовизначення шляхом врахування їх професійних інтересів, здібностей, потреб тощо; розширення уявлень старшокласників про світ професій та їхню специфіку; усвідомлення старшокласниками типових помилок при виборі професії та їх наслідків; формування відповідального, усвідомленого та самостійного ставлення учнів старших класів до вибору майбутньої професії.

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна дипломна робота присвячена проблемі професійного самовизначення сучасних старшокласників. У процесі теоретичного аналізу наукових джерел ми з'ясували, що термін «професійне самовизначення» означає об'єктивну оцінку особистістю своїх індивідуальних якостей та зіставлення цих якостей і можливостей з вимогами, що висуваються до певної професії.

Оскільки основою професійного самовизначення є особистісне самовизначення людини та її ставлення до себе і до життя в цілому, то успішне професійне самовизначення не можливе без позитивного особистісного самовизначення, її прагнення до розкриття власної індивідуальності і внутрішнього потенціалу у професійній діяльності.

На підставі аналізу наукових джерел нами встановлено, що на професійне самовизначення сучасних старшокласників впливає безліч чинників, серед яких найважливішими є соціальні та психологічні чинники. До соціальних чинників науковці відносять: дружні відносини; участь у позакласній та позашкільній роботі; думка вчителів і шкільних фахівців; сім'я та інші родичі; засоби масової інформації; суспільно-корисна діяльність тощо. Психологічними чинниками є: нахили та інтереси; здібності і особливості здоров'я; самооцінка; особистий професійний план старшокласника.

Відповідно до визначених нами соціально-психологічних чинників професійного самовизначення сучасних старшокласників, ми обрали та використали в емпіричному дослідженні наступні психодіагностичні методики: тест-опитувальник «Дослідження рівня асертивності» (модифікований В. Каппоні, Т. Новак); «Методику вивчення професійних намірів старшокласників» та методику «Діагностика професійної готовності»; «Методику діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн».

Емпіричне дослідження особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників проводилось на базі ліцею № 2 Хмельницької міської ради. Участь у ньому взяли 50 учнів 11-х класів цього закладу.

За результатами проведеного емпіричного дослідження ми з'ясували, що старшокласники володіють середнім рівнем розвитку асертивності як особистісної якості, що виявляється в їх адекватній самооцінці, свідомому прийнятті рішень, умінні самоствердитися тощо. Також в більшості з них наявний достатній рівень розвитку життєвих планів. Вони добре володіють інформацією про обрані професії, а також мають високий рівень підготовки до майбутньої професії.

Результати проведеної методики «Діагностика професійної готовності» показали, що старшокласники віддають перевагу професіям типу «Людина-людина» і найменше схильні обирати професії типу «Людина-техніка» та «Людина-знакова система».

Дані, отримані за результатами проведеної «Методики діагностики самооцінки Дембо – Рубінштейн» показали, що більшості учням старших класів притаманний реалістичний рівень оцінки себе, своїх потреб і можливостей. Вони адекватно сприймають себе і свою зовнішність, власні здібності, схильності, можливості. Такі старшокласники здатні змінюватися, але не надають цим змінам такого значення, як ті учні, які мають низьку і дуже високу самооцінку.

З огляду на отримані результати емпіричного дослідження, ми розробили тренінг «Я і моє професійне майбутнє», метою якого є покращення психологічної готовності старшокласників до усвідомленого вибору майбутньої професії. Структура програми тренінгову включає в себе 12 занять та розрахована на учнів 10-11 класів закладів середньої освіти. Тривалість занять: 2 години 1 раз на тиждень (усього 12 тижнів). Кожне заняття складається з: привітання, розминки; основна частина (інформаційні повідомлення, вправи, ігри, притчі, мозковий штурм тощо); підсумок та рефлексія занять.

Очікуваними результатами використання тренінгу «Я і моє професійне майбутнє» у навчально-виховному процесі закладів середньої освіти є: розвиток психологічної готовності старшокласників до професійного самовизначення шляхом врахування їх професійних інтересів, здібностей,

потреб тощо; розширення уявлень старшокласників про світ професій та їхню специфіку; усвідомлення старшокласниками типових помилок при виборі професії та їх наслідків; формування відповідального, усвідомленого та самостійного ставлення учнів старших класів до вибору майбутньої професії.

Таким чином, мета нашого дослідження досягнута, а гіпотеза цілком підтвердилася.