

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

## КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

### ВПЛИВ САМООЦІНКИ НА ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

назва теми

Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність – 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма \_\_\_\_\_

Шифр\_КДРМ

номер залікової книжки

Виконав(ла): студент(ка) II курсу, група ППМ-20-1 В. Ю. Левицька

Підпис

Ініціали, прізвище

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент \_\_\_\_\_

Л. О. Подкоритова

науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Ініціали, прізвище

Нормоконтролер

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор \_\_\_\_\_

Підпис

Ініціали, прізвище

Є. М. Потапчук

\_\_\_\_\_ 2021 р.

Хмельницький, 2021

## Вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників

Левицька Вікторія Юріївна

Ключові слова: Професійне самовизначення, старшокласники, самооцінка, рівень домагань, самоактуалізація.

**Об'єкт дослідження** – професійне самовизначення старшокласників.

**Предмет дослідження** – вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.

За результатами дослідження запропоновано визначення поняття «професійне самовизначення», виявлено вплив самооцінки на професійне самовизначення, розроблено рекомендації щодо психологічної допомоги старшокласникам у здійсненні ними професійного вибору з урахуванням їх самооцінки.

**Практичне значення роботи.** Матеріали магістерської роботи можуть бути використані під час викладання курсів «Психологія професійної орієнтації та профвідбору», «Вікова психологія», «Основи психологічного консультування», «Основи психологічної корекції», «Диференційна психологія», «Психологія особистості», а розроблені рекомендації – під час психологічного консультування, корекційної та профорієнтаційної роботи зі старшокласниками.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	8
1.1 Особливості професійного самовизначення старшокласників.....	8
1.2 Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників ..	15
1.3 Самооцінка як чинник професійного самовизначення старшокласників ..	19
Висновки до розділу 1 .....	24
РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ САМООЦІНКИ НА ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	25
2.1 Обґрунтування та опис методик .....	25
2.2 Опис результатів емпіричного дослідження .....	31
2.3 Практичні рекомендації старшокласникам щодо професійного самовизначення з урахуванням їх самооцінки .....	50
Висновки до 2 розділу .....	59
ВИСНОВКИ .....	61
СПИСОК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	63

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Важливим напрямом сучасних досліджень у психології є вивчення чинників, які впливають на професійний вибір учнів старших класів.

Проблема професійного самовизначення старшокласників посідає важливе місце у педагогічній та віковій психології, оскільки стосується вирішального моменту у життєвому становленні особистості.

Складність професійного вибору старшокласників полягає у тому, що вони мають зробити відповідальний і самостійний вибір щодо свого майбутнього. Усвідомлення свого призначення, сенсу життя та професійний вибір спрямовують процес розвитку учнів старших класів і визначають їхнє майбутнє. Саме ж професійне самовизначення детермінується складним комплексом індивідуально-типологічних властивостей учнів, особливостями сприйняття ними світу, образом «я», сформованим на даному етапі розвитку, системою ставлень тощо. Зокрема, П. Шавір зазначає, що для професійного самовизначення особистості потрібно мати: певний рівень абстрактного мислення, адекватність самооцінки, достатньо виражені вольові якості, працьовитість, деякий трудовий і життєвий досвід, достатній рівень зрілості, визначену професійну спрямованість. Кожний з названих параметрів при недостатній своїй виразності сприяє появі психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості [1].

Відповідно, центральним і досить складним завданням сучасної школи є формування у старшокласників здатності до свідомого та самостійного вибору професії і подальшого оволодіння нею.

Проблему професійного самовизначення старшокласників досліджували такі вчені як Л. Божович, О. Киричук, Є. Климов, І. Бех, О. Коберник, Г. Костюк, О. Мельник, К. Платонов, М. Пряжніков, Л. Романова, В. Сидоренко, В. Синявська, М. Тименко, К. Ярмаченко, С. Lamote, N. Engels та інші [2].

У своїх дослідженнях процесу професійного вибору D. L. Blustein, J. S. Eccles, L. S. Gottfredson, S. F. Hamilton, R. W. Lent, M. L. Savickas, D. E. P. Schultheiss, D. E. Super, S. C. Whiston зазначають, що вибір професії пов'язується, перш за все, зі самосвідомістю індивіда, який має власне ставлення до певної професійної діяльності, може усвідомити власну професійну позицію й визначити перспективи свого професійного розвитку.

У цих та інших працях описано низку методів, спрямованих на підвищення мотивації учнів у навчанні, покращення їх самооцінки, описано зміст, етапи та чинники професійного самовизначення старшокласників. Виявлено, що серед провідних чинників, які впливають на професійне самовизначення учнів старших класів є самооцінка. Її рівень та адекватність суттєво впливають на те, як здійснює вибір майбутнього життєвого шляху молода людина. За наявності досить ґрунтовних теоретичних розвідок щодо впливу самооцінки на професійне самовизначення, бракує відповідних емпіричних досліджень, а також практичних рекомендацій з урахування особливостей самооцінки старшокласника на його професійний вибір. Водночас сучасна психологічна практика потребує даних щодо того, як можна враховувати самооцінку учня під час здійснення професійної орієнтації.

Таким чином, актуальність нашого дослідження обумовлена невідповідністю між запитом психологічної практики на науково обґрунтовані та емпірично перевірені розробки щодо покращення професійного самовизначення старшокласників із урахуванням їхньої самооцінки та обмеженою можливістю академічної психології задовольнити цей запит, оскільки таких розробок поки що немає.

**Об'єкт дослідження** – професійне самовизначення старшокласників.

**Предмет дослідження** – вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.

**Мета дослідження** – з'ясування особливостей впливу самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.

### **Завдання дослідження:**

1. Розкрити психологічний зміст професійного самовизначення старшокласників.
2. Теоретично проаналізувати вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.
3. Емпірично дослідити вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.
4. Розробити рекомендації щодо психологічної допомоги старшокласникам у здійсненні ними професійного вибору з урахуванням їх самооцінки.

### **Методи дослідження:**

- *теоретичні методи*: аналіз літературних джерел чи нормативних документів, їх синтез, порівняння, узагальнення та класифікація;
- *емпіричні*: тестування (1) Методика діагностики професійної спрямованості (автор Б. Басс); 2) Диференціально-діагностичний опитувальник Є. Климова (ДДО); 3) Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна; 4) Діагностика загальної самооцінки (Опитувальник Г. Казанцевої); 5) Експрес-діагностика рівня самооцінки особистості.
- *методи математичної обробки даних.*

**Гіпотеза дослідження:** самооцінка є одним з визначальних чинників професійного самовизначення старшокласників: її рівень впливає на професійний вибір і професійну спрямованість старшокласників.

**Практичне значення роботи.** Матеріали магістерської роботи можуть бути використані під час викладання курсів «Психологія професійної орієнтації та профвідбору», «Вікова психологія», «Основи психологічного консультування», «Основи психологічної корекції», «Диференційна психологія», «Психологія особистості», а розроблені рекомендації – під час психологічного консультування, корекційної та профорієнтаційної роботи зі старшокласниками.

**Експериментальна база дослідження.** 48 учнів 10-11 класів віком від 15 до 17 років . З них 20 хлопців та 28 дівчат.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження висвітлені: 1) у доповідях на XI Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції та опубліковані у збірнику тез цієї конференції (м. Хмельницький 25-26 листопада 2021 р.); 2) у статті «...» у періодичному виданні для студентів, магістрантів та молодих дослідників «Збірник наукових праць молодих вчених» (Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»).

**Дипломна робота складається:** зі вступу, 2х розділів, висновків, переліку джерел посилання та додатків.

# РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

## 1.1 Особливості професійного самовизначення старшокласників

Вперше увагу вчених до професійного самовизначення старшокласників було звернено у кінці XIX – на початку XX століттях у зв'язку з виникненням проблеми профорієнтації молоді вперше у 1883 році англійський психолог Ф. Гальтон запропонував застосувати тести для діагностики особистості [10].

Професійне самовизначення людини, за І. Коном, починається у її ранньому дитинстві, коли в дитячій грі, дитина приймає на себе різні професійні ролі, і програє пов'язане з ним поведінку. Якщо уважно придивитися до цих ігор, то неважко помітити, що діти в них легко й охоче йдуть на всілякі символічні заміщення реальних атрибутів професійної діяльності. (Наприклад: стілець – це «прилавок», папір – це «гроші»). Закінчується професійне самовизначення у старших класах школи, коли вже необхідно ухвалити рішення, яке вплине на все подальше життя людини [3].

Вибір професії стає для старшокласника важливою і нелегкою справою. Психологічно спрямований у майбутнє і схильний подумки «перестрибувати» через незавершені етапи, старшокласник внутрішньо вже тяготиться школою; шкільне життя здається йому тимчасовим, несправжнім, передоднем інший, більш багатого і справжнього життя, яка одночасно вабить і лякає його.

У старшокласників виразніше виявляється індивідуальний вигляд кожної молодої людини, все ясніше виступають ті її індивідуальні особливості, які у своїй сукупності визначають склад її особистості. Старшокласники істотно відрізняються один від одного не тільки за темпераментом і характером, але і за своїми здібностями, потребам,

прагненням та інтересам, різним ступенем самосвідомості. Індивідуальні особливості проявляються і у виборі життєвого шляху [4].

Старші класи – це період, що охоплює старший підлітковий і ранній юнацький вік (15-17 років).

Старший підлітковий вік – це вік, коли складається світогляд, формуються ціннісні орієнтації, установки [5]. По суті, це період, коли здійснюється перехід від дитинства до початку дорослого життя, відповідного ступеня відповідальності, самостійності, здатності до активної участі в житті суспільства і в своєму особистому житті, до конструктивного вирішення різних проблем, професійного становлення [6].

Психологічні особливості старшого підліткового віку відзначаються також поєднанням чутливості до сторонньої оцінки своєї зовнішності з умінням спілкуватися з крайньою самовпевненістю і безапеляційними судженнями щодо оточуючих; уважності до інших людей – з різкою грубістю; хворобливої сором'язливості – з розв'язністю; бажання бути визнаним і оціненим оточуючими – з показною незалежністю, боротьбою з авторитетами, визнаними ідеалами й загальноприйнятими правилами, з обожнюванням випадкових кумирів; почуттєве фантазування – з сухим мудруванням. Всі ці поведінкові прояви, як зазначає М. Савчин, отримали назву «підліткового комплексу» [7, с. 164].

У юнацькому віці відбуваються істотні морфофункціональні зміни, завершуються процеси фізичного дозрівання людини. Життєдіяльність в юності ускладнюється: розширюється діапазон соціальних ролей і інтересів, з'являється все більше дорослих ролей з відповідною їм мірою самостійності і відповідальності. На цей вік припадає багато критичних соціальних подій; отримання паспорта, наступ умов відповідальності, можливість реалізації активного виборчого права, можливість вступити в шлюб. Багато молодих людей в цьому віці починають трудову діяльність, завдання вибору професії і подальшого життєвого шляху постає перед кожним. У юнацькому віці

більшою мірою затверджується самостійність особистості. В юності відбувається розширення тимчасового горизонту – майбутнє стає головним виміром. Змінюється основна спрямованість особистості, яка тепер може бути позначена як спрямованість у майбутнє, визначення подальшого життєвого шляху, вибору професії. Спрямованість в майбутнє, побудова життєвих планів і перспектив- «афективний центр» життя юнака [8].

Юнацький вік, за Е. Еріксоном, вибудовується навколо процесу ідентичності, складається з серії соціальних, і індивідуально-особистісних виборів, ідентифікації, професійного становлення [8].

У старших класах учні повинні вже цілком реально сформувати для себе завдання вибору майбутньої сфери діяльності з урахуванням наявного психологічного і психофізіологічного ресурсів. У цей час в учнів формується ставлення до певних професій, здійснюється вибір навчальних предметів відповідно до обраної професії [9].

В. Сафін, Є. Климов, Б. Федоришин та ін. розглядають професійне самовизначення як форму життєвого, особистісного самовизначення, що передбачає узгодження особистістю своїх потреб, можливостей та вимог оточення. Таким чином, потреба в професійному самовизначенні створює протиріччя «хочу – можу», що є одним із витоків психологічних бар'єрів. Разом з тим, це протиріччя сприяє розвитку особистості в плані її професійної самосвідомості [1].

Вагомим новоутвореннями раннього юнацького віку є відкриття внутрішнього «Я», формування цілісного уявлення про себе. Саме розвиток самосвідомості, здатність до інтроспекції та рефлексії [12], формування усвідомленої внутрішньої позиції стають психологічними передумовами професійного самовизначення старшокласника [13; 14].

І. Дубровіна та В. Моросанова, вважають, що специфіка самооцінки особистості старшокласника детермінує особливості його професійного самовизначення [15; 16; 17]. Так, Р. Кулаков довів, що психологічною

особливістю становлення самооцінки юнаків і дівчат, яка визначає їхню здатність до професійного самовизначення, є помірне зростання її диференційованості та адекватності за час навчання у старшій школі. Відповідно, такі провідні конструкти самосвідомості як самооцінка та рівень домагань постають необхідною умовою та джерелом професійного самовизначення особистості в ранній юності. Їхній зв'язок забезпечує репрезентацію суб'єктивної картини бажаного професійного майбутнього. Когерентність (узгодженість) та дивергенція (неузгодженість) самооцінки, рівня домагань і готовності старшокласника до професійного самовизначення утворюють «трикутник професійного самовизначення». Взаємовідношення складових «трикутника професійного самовизначення» визначає гармонійний, розбалансований і дисгармонійний типи професійного самовизначення особистості в ранній юності [16]. О. Вітковська та О. Ігнатович стверджували, що механізмом професійного самовизначення старшокласників є рефлексія [19; 20; 21].

У цьому контексті цікавим є дослідження З. Становських, яка аналізувала професійне самовизначення старшокласників як триступеневий процес: спонтанного, профільного та конкретно-професійного самовизначення. Розглянемо коротко ці етапи:

1) на етапі спонтанного професійного самовизначення відбувається первинна рефлексивна орієнтація у різних типах діяльності;

2) на етапі профільного самовизначення учнем, на основі рефлексії власних інтересів, здібностей, здійснюється первинний вибір професійної сфери, що їм відгукується.

3) на етапі конкретно-професійного самовизначення учень рефлексує максимально широке коло внутрішніх та соціальних факторів, що впливають на вибір професії, здійснює вирішальний вибір, складає професійний план [22].

Переживання кризи, рефлексія своїх можливостей приводять до корекції професійних намірів. Послідовне засвоєння майбутньої соціально-

професійної ролі в юнацькому віці сприяє становленню професійної ідентичності.

У старшому шкільному віці людина постає перед важливим вибором – вибором професії, від вирішення якого буде в більшій мірі залежати її майбутнє життя. Така криза, за Клімовою, є водночас джерелом розвитку особистості старшокласника, стимулом для формування його нових ціннісних орієнтацій, у тому числі й особистісному самовизначенні [23].

Як вважали Л. Божович, Л. Виготський, П. Шавір, професійне самовизначення є основою самоствердження людини в суспільстві. Отже, професійне самовизначення особистості є результатом складних психічних процесів: пошуку і сприйняття інформації, роздумів, переживань тощо [24].

Л. Виготський зауважував, що вибір професії – це, поряд із вибором професійного виду діяльності, є визначенням свого життєвого шляху, свого призвання, спосіб включення в життя соціального середовища [25].

Є. Головаха і Кузнецова [27] дотримуються погляду на вибір професії як на окремий випадок соціального самовизначення, тобто вибір професії – соціально задане явище, обумовлене насамперед соціальними характеристиками професії.

Професійне самовизначення розглядається як процес, що охоплює весь період професійної діяльності особистості: від виникнення професійних намірів до виходу з трудової діяльності [36]. Він пронизує весь життєвий шлях людини. Піком цього процесу, переломним моментом у житті є акт вибору професії. За часом він звичайно збігається з закінченням школи і тісно пов'язаний з попередніми етапами професійного самовизначення. М. Костенко, С. Михайлов дотримуються точки зору на вибір професії як на вибір діяльності. Професійне самовизначення розглядається при цьому як процес розвитку суб'єкта праці. У контексті розуміння професії як вибору діяльності поширена також точка зору, що основною детермінантою правильного вибору є професійний інтерес або професійна спрямованість [37].

У сучасній психології самовизначення особистості розуміється як активне визначення людиною свого місця у системі суспільних відносин. У цьому випадку важливо розглядати особистісне і професійне самовизначення під час вибору старшокласниками життєвого шляху. Особистісне самовизначення є вибором життєвої позиції, визначенням перспектив у діяльності та сімейних плануваннях, а також перехід від однозначної ролі (учня) до соціально-диференціальних ролей. Від того як відбудеться особистісне самовизначення залежить і професійне [29].

У нашій роботі ми дотримуємось розуміння професійного самовизначення старшокласників за І. Коном, який вважає, що професійне самовизначення – це цілісний інтегративний процес, в якому затверджуються і реалізуються основні життєві цінності людини і конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного, соціального самовизначення [34].

Існує низка психологічних причин, які обумовлюють важливість вибору професії. Кожна людина має потребу у визнанні оточуючих і хоче, щоб його оцінили. Шукає схвалення, любові і незалежності. Один із способів досягти цього – вибрати професію, яка виділяла б її в очах оточуючих і приносила б людині емоційне задоволення. Таке ототожнення з професією допомагає людині знайти себе, сприяє самореалізації і самовираженню. В юнацьких пошуках індивідуальності і задоволеності собою дуже сильна мотивація вибрати професію, яка сприяє реалізації особистості [30].

Вибір професії – складний і тривалий процес, в якому існують небезпеки. Одна з них – затягування і відкладання старшокласниками професійного вибору через відсутність хоч якихось виражених і стійких інтересів. Ця затримка часто поєднується із загальною незрілістю, інфантильністю поведінки та соціальних орієнтацій молодих людей. Це цілком зрозуміло, якщо згадати, що професійне самовизначення – один з головних компонентів дорослішання і стійкого образу «Я», самоповаги тощо [31].

Вибір професії може бути правильним тільки при високому рівні розвитку особистості, відповідному рівню її зрілості та соціальної відповідальності. У виборі професії, на думку Т. Бушко, знаходять своє відображення ідейні і моральні мотиви, він обумовлений здібностями, інтересами і схильностями, самооцінкою і рівнем домагань учня, його емоційними установками, розвитком вольових якостей, а також усією системою ціннісних орієнтацій [28].

Отже, дуже важливо, щоб при виборі професії старшокласник мав можливість адекватно оцінити свої якості, об'єктивно визначити свої інтереси і здібності, вивчити світ професій і вимоги різних типів професій до людини та запит на ті чи інші професії на ринку праці, і тільки після цього приймати рішення

Умовами, що забезпечують оптимальний рівень професійного самовизначення старшокласників, є: особистісна зрілість, адекватність самооцінки здібностей та інтересів для оволодіння майбутньою професією, ступінь повноти уявлень про зміст майбутньої професійної діяльності, психолого - педагогічний супровід формування професійного самовизначення [23].

Узагальнюючи проведений аналіз особливостей професійного самовизначення старшокласників, можна виділити наступне: основу процесу професійного самовизначення складають прояв і розвиток здібностей і формування інтересів і схильностей, результатом якого стає вибір професії, який слід розглядати як складний багатоетапний процес.

Більш детально чинники професійного самовизначення старшокласників розглянуто у наступному підрозділі.

## 1.2 Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників

Вибір професії відображає певний рівень особистих домагань, заснованих на оцінці своїх здібностей і можливостей. Крім того, вибір професії, професійне самовизначення вимагає високої активності суб'єкта, залежить від рівня сформованості усвідомленої психічної саморегуляції, ступеня розвитку контрольної-оцінної сфери [36].

Н. Клімова та Л. Божович виділяють такі чинники, які впливають на вибір професії у старшокласників:

- суб'єктивні (інтереси, можливості; темперамент, характер);
- об'єктивні (рівень підготовки, стан здоров'я, інформованість про світ професій);
- соціальні (соціальне оточення, домашні умови, освітній рівень батьків) [26, с. 36–44].

Серед основних психологічних чинників вибору професії Л. Божович, А. Захарова, Є. Климов називають наступні [29]:

- інтереси (пізнавальний, професійний інтерес до професії, схильності);
- здатності (як психологічні механізми, необхідні для успіху у визначеному виді діяльності);
- темперамент (від нього залежить вплив на діяльність різних психічних станів, викликаних неприємною обстановкою, емоційними факторами, так люди холеричного темпераменту більше придатні для активної ризикованої діяльності, сангвініки – для організаторської діяльності, меланхоліки – для творчої діяльності в науці та мистецтві, флегматики – для планомірної, неквапливої й плідної діяльності) [23; 26];
- характер;
- самооцінка.

Професійне самовизначення – це неупереджена оцінка своїх особливостей та професіональних якостей, які необхідні для вибору майбутньої професії [38]. Таким чином, важливим чинником професійного самовизначення є самооцінка, детальніше вплив самооцінки на професійне самовизначення буде розглянуто у підрозділі 1.3.

Самооцінкою вважається особисте утворення, яке бере пряму участь у регуляції поведінки та діяльності людини, як незалежна характеристика, яка виникає при активній участі самої особи і відображенню її внутрішнього світу [39].

Більш розгорнену картину чинників, які визначають вибір майбутнього профілю вибору професії, пропонує Н. Клімова [26, с. 36–44], виокремлюючи такі: позиція батьків, старших членів сім'ї, позиція друзів, позиція шкільних педагогів, особисті професійні плани, здібності, рівень домагань на суспільне визнання, інформованість про професії, схильності. Розглянемо ці чинники за Н. Клімовою детальніше:

1) Позиція батьків, старших членів сім'ї. Дуже часто батьки надають дитині повну свободу вибору, потребуючи тим самим від неї самостійності, відповідальності, ініціативи. Трапляється, що батьки не згодні з вибором дитини і пропонують переглянути свої плани й зробити інший вибір. Правильному вибору професії часто заважають установки батьків, які прагнуть, щоб діти компенсували їхню нереалізованість у тій діяльності, у якій вони не змогли себе виявити в свій час. Спостереження показують, що в більшості випадків діти погоджуються з вибором батьків, розраховуючи на їхню допомогу при вступі у навчальний заклад.

2) Позиція друзів. Дружні відносини старшокласників є досить міцними і вплив їх на вибір професії не виключений. Позиція мікрогрупи може навіть стати вирішальною у професійному самовизначенні. Особливо це актуально для людей зі стандартизованим мисленням, схильних до наслідування і стереотипів, не спроможних чітко сформулювати власну життєву позицію.

Звісно, в рамках розумного, почуття групи, орієнтація на однолітків – позитивні особливості молоді. Вони потрібні для освоєння норм поведінки в суспільстві, формування образу «Я» і самооцінки. Але оглядатися на інших слід щоб побачити спільне і відмінне, краще пізнати свої індивідуальні особливості, а не сліпо повторювати, чи переносити захоплення якоюсь людиною на професію, котрою та володіє.

3) Позиція шкільних педагогів. Кожен учитель, спостерігаючи за поведінкою учня під час навчального процесу, аналізує його інтереси, схильності, напрямки мислення і, звісно, може дати дуже цінну пораду; до того ж, досвідчений педагог здатен запобігти такій розповсюдженій помилці при виборі професії, як ототожнення шкільного предмета і певної, спорідненої з ним професії. Він допоможе чітко розрізнити ці поняття.

4) Особисті професійні плани. Під планами Н. Клімова тут має на увазі уявлення про етапи освоєння професії, засоби, які потрібні для цього. Плани формуються залежно від складу розуму і характеру людини. Якщо виникають ускладнення, розумно звернутися до спеціаліста, котрий допоможе побудувати професійний план [26, с. 36–44].

5) Здібності. Це індивідуальні психологічні особливості людини, що проявляються в трудовій або іншій діяльності, і є умовою успішності її здійснення. Від здібностей залежить швидкість, глибина, легкість і міцність процесу оволодіння знаннями, набуття умінь і навичок. Але самі здібності не зводяться до знань і умінь. Розвиток здібностей має відбуватись протягом всього життя. Про своєрідність своїх здібностей треба судити не тільки по успіхах у навчанні, але й по досягненнях у найрізноманітніших видах діяльності. Об'єктивне уявлення про них формується також за допомогою спеціальних досліджень, тестувань, спрямованих на активізацію самопізнання. Це запобігає наклеюванню ярлика про те, яка людина;

6) Рівень домагань на суспільне визнання. Плануючи власний трудовий шлях, дуже важливо подбати про реалістичність своїх домагань.

Невідповідність внутрішніх образів людини життєвим реаліям неминуче призведе до розчарування.

7) Інформованість про професії. Важливо подбати про те, щоб відомості, котрі здобуваються людиною, про ту або іншу професію, не виявилися перекрученими, неповними, однобічними. Захоплення тільки зовнішньою або якою-небудь окремою стороною професії може призвести до серйозних помилок і розчарувань. Наприклад, за легкістю, з якою актор створює на сцені образ, стоїть напружена, буденна праця. А журналісти не завжди виступають у телепередачах – частіше вони обробляють масу інформації, архівів, розмовляють із десятками людей, перш, ніж підготують 10-ти хвилинне повідомлення, яке, до того ж, озвучить інша людина (диктор на телебаченні). Щоб точно знати, чим саме займається людина певної професії, треба розібратись, за якими класам, типам, відділам, групам класифікуються існуючі професії, і які ставляться до них вимоги. Допомогти в отриманні достовірної інформації молодій людині можуть батьки, педагоги, а найбільш – психологи-профконсультанти. Вони проводять низку діагностичних заходів по вивченню особистості людини, котра обирає професію, а також можуть детально розповісти про вимоги до професії, котра цікавить.

8) Схильності. Вони проявляються в улюблених заняттях, на які витрачається більша частина вільного часу. Це – інтереси, підкріплені певними здібностями.

Таким чином, науковці визначаються внутрішні і зовнішні чинники професійного самовизначення старшокласників. До зовнішніх належать (за Н. Клімовою): позиція батьків, старших членів сім'ї, позиція друзів, позиція шкільних педагогів, інформованість про професії. До внутрішніх можна включити: особисті плани (зокрема професійні), схильності, здібності, рівень домагань, характер, темперамент, самооцінка.

Серед цих чинників одним з найбільш значущих, за результатами нашого теоретичного аналізу, є самооцінка. Результати теоретичного

дослідження впливу самооцінки на професійне самовизначення старшокласників представлено у наступному підрозділі.

### **1.3 Самооцінка як чинник професійного самовизначення старшокласників**

На думку Б. Ананьєва [41, с. 233], самооцінка є найбільш складним і різностороннім складником самосвідомості, тобто пізнання себе шляхом руху від поодиноких ситуаційних образів через вливання їх у цілісне утворення, оцінюванням іншими особами, які беруть участь у розвитку особистості. У юнацькому віці відбувається формування стійкого уявлення про себе, виникає особливе відчуття себе щодо суспільних критеріїв – відбувається самовизначення особистості. Особливого значення набувають уміння людини адекватно сприймати складні ситуації, правильно оцінювати себе і свої вчинки.

Самооцінка впливає на вибір власних цілей людини, визначає характерні для неї емоційні та мотиваційні стани та ставлення людини до досягнутих нею цілей. Але можливо припустити, що деякі особливості її діяльності можуть впливають на самооцінку індивіда [42, с. 22].

Самооцінка старшокласника є компонентом самосвідомості особистості, яка містить у собі знання про власну самоцінність, оцінку самої себе через ієрархію значущих цінностей. Вона є формою відображення людиною самої себе як особливого об'єкта пізнання і залежить від прийнятих людиною цінностей, її особистісної сутності, міри її орієнтації на суспільно вироблені вимоги до поведінки й діяльності. При цьому самооцінка людини тісно пов'язана з рівнем її домагань, які якісно характеризують складність сформованих нею цілей і завдань діяльності в перспективі. Тобто, рівень домагань особистості, за такого їх розуміння, розглядається як обраний напрям реалізації сформованої у неї самооцінки. Таким чином самооцінка й

рівень домагань старшокласника визначають сформованість його готовності до обґрунтованого професійного самовизначення і досягнення у майбутньому професійного успіху в обраній діяльності. При цьому сформованість самооцінки й рівня професійних домагань старшокласника визначають його прагнення обрати професію й досягнути в майбутньому цілей певної складності [29].

На думку І. Погудіної, в юнацькому віці самооцінка приймає більш абстрактний характер, і в старшокласників проявляється помітна заклопотаність тим, як їх сприймають оточуючі. Саме в цей період їх інтелект досягає такого рівня розвитку, який дозволяє їм замислюватися над тим, що являє собою навколишній світ і яким йому слід бути. З виявленням в собі цих нових пізнавальних здібностей юнаки і дівчата розвивають цілісне, пов'язане уявлення про себе і замислюються про своє майбутнє, яке нерозривно пов'язане і з майбутньою професією [43].

Ця ж авторка у своїй статті «Становлення самооцінки в підлітковому віці як об'єкт психолого-педагогічного супроводу» зазначає, що самооцінкою в значній мірі визначають соціальну адаптацію особистості, яка в свою чергу є регулятором поведінки і діяльності, тому що формування самооцінки відбувається в процесі діяльності та міжособистісної взаємодії. На формування цього показника також впливають багато об'єктивних чинників щодо дитини – ставлення батьків, однолітків, ставлення педагогів. Зіставляючи думку про себе оточуючих людей, дитина формує власну самооцінку, причому цікаво, що дитина спочатку вчиться оцінювати інших, а вже потім – себе. І лише до 14-15 років підліток оволодіває вміннями самоаналізу, самоспостереження і рефлексії, аналізує досягнуті власні результати і тим самим оцінює себе. Сформована у людини самооцінка може бути адекватною (людина правильно, об'єктивно оцінює себе) або неадекватно завищеною або неадекватно заниженою. А це, в свою чергу, буде впливати на рівень домагань особистості. Рівень домагань характеризує

ступінь труднощі тих цілей, до яких прагне людина, і досягнення яких уявляється їй привабливим і можливим [43].

Самооцінка старших підлітків є досить різноманітною, різнобічною, узагальненою за змістом. Кількість властивостей, які вони усвідомлюють, приблизно удвічі більша, ніж у молодшій підлітковій групі. Старші підлітки оцінюють не тільки окремі риси характеру, а і свою особистість загалом. Вони виявляють певну соціальну зрілість, усвідомлюють себе готовими до життя особистостями. Саме самооцінка є передумовою їх свободи вибору. Ґрунтуючись на самооцінці, очікування опосередковуються емоційно-оцінним ставленням до групових норм, вимог і цінностей [44]. Із самооцінкою тісно пов'язаний рівень домагань, спрямованих на майбутню діяльність підлітків. Саме в цьому віці розпочинається формування домінуючої спрямованості пізнавальних та інших інтересів особистості. Нерідко вже можна спостерігати і визначення професійних намірів, яке супроводжується серйозними зусиллями по підготовці себе до омріяного майбутнього [45].

У професійному самовизначенні особистості самооцінка – оцінка, яку людина дає самій собі, своїм можливостям, відповідним або невідповідним специфіку професії. Дослідження показують, що старшокласники прагнуть вибрати той вид діяльності, який відповідав би їх розумінню власних можливостей.

Самооцінкою вважається особисте утворення, яке бере безпосередню участь у регуляції поведінки та діяльності людини, як незалежна характеристика, яка виникає при активній участі самої особи і відображенню її внутрішнього світу [46].

Самооцінка – це судження людини про свої здібності та якості в співвідношенні з певним зразком [47].

На основі зіставлення себе реального та ідеального уявлення про себе, а також результатів своєї діяльності формується самооцінка. Вона є важливим

чинником регуляції навчальній діяльності, а також професійного самовизначення [48].

Самооцінка – це складний елемент, який допомагає людині дізнатися про саму себе та свою значимість, що впливає на її ефективну діяльність.

Ставлення людини до самої себе є більш пізнім формуванням у системі світосприйняття, але вона займає особливе місце у структурі особистості.

Самооцінка має беззаперечний вплив на професійне самовизначення, адже від рівня самооцінки залежить успішність вибору професії: при переоцінці рівня домагань обрана професія, в кінці кінців, розчаровує; занижена самооцінка також негативно позначається на виборі професії і на розвитку особистості. Але підлітки слабо усвідомлюють роль самооцінки у виборі професії та більшість з них обирають професію інтуїтивно, поверхнево або повністю довіряють думку батьків [49]. У контексті професійного самовизначення, можна визначити три типи самооцінки, за її рівнем:

- високий рівень притаманний тим учням, чия самооцінка інтересів, здібностей, особистих якостей повністю збігається з оцінкою вчителів і батьків; це підтверджується діяльністю з досягнутими успіхами учня в різних видах занять;

- середній рівень спостерігається в тому випадку, коли учні частково переоцінюють або недооцінюють свої можливості в порівнянні з оцінкою дорослих; професію такі школярі вибирають на основі пізнавального інтересу до шкільних предметів без урахування своєї придатності;

- низький рівень має місце тоді, коли помітна різка переоцінка або недооцінка своїх інтересів, здібностей, особистих якостей в порівнянні з оцінкою вчителів, батьків.

Старшокласники в основному, схильні або до переоцінки, або до недооцінки себе.

Але як завищена, так і занижена самооцінка не дає старшокласнику можливості адекватно співвіднести свої здібності відповідно до обраної

професії. Його бажання та сприймання власних можливостей можуть бути помилковим.

Низька самооцінка може виникнути з багатьох причин: її можна перейняти в дитинстві від своїх батьків, які не розібралися зі своїми особистими проблемами; через погану успішність; непристосованість у суспільстві та глузуванні однолітків; особисті проблеми що формують негативу думку про себе.

Особистості із заниженою самооцінкою зосереджуються на негативному баченні власних професійних перспектив, що заважає їм сформувати образ успішного професійного майбутнього. Вони можуть виражати неадекватні бажання до майбутньої професії.

Знижена самооцінка руйнує у старшокласника надії на добре ставлення до нього і успіхи, а реальні свої досягнення і позитивну оцінку оточуючих він сприймає як випадкову і тимчасову. У результаті високої вразливості настроїв таких людей схильне до частих коливань. Вони надзвичайно гостро реагують на критику, осуд, упереджено інтерпретують сміх оточуючих, виявляються підозрілими і внаслідок цього більш залежними від оцінок і думок оточуючих людей чого нерідко усамітнюються, але потім страждають від самотності. Недооцінка власної корисності зменшує соціальну активність, знижує ініціативу і готовність до конкуренції.

При завищеній самооцінці старшокласник самовпевнено береться за щонебудь, не проаналізувавши реальність умов, при наявності яких міг би домогтися успіху. Перші невдачі призводять до переживань, розчарування і бажанням вважати відповідальними за події, що відбулися інших людей, але тільки не себе. Явна переоцінка своїх можливостей дуже часто супроводжується внутрішньої невпевненістю в собі. Все це призводить до підвищеної вразливості і хронічної безпорадності. Результат неадекватної самооцінки найбільш очевидно проявляється в поведінці, зокрема в так

званому афективному поведінці. Така поведінка створює великі труднощі для організації взаємодії та співпраці.

Отже, вище ми розглянули вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників та з'ясували, що на професійний вибір впливає, у першу чергу адекватність самооцінки та її рівень.

## **Висновки до розділу 1**

У результаті проведеного теоретичного аналізу наукових праць про професійне самовизначення старшокласників і вплив на нього самооцінки було виявлено особливості професійного самовизначення старшокласників, визначено психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників та описано самооцінку як чинник професійного самовизначення старшокласників.

Визначено, що професійне самовизначення старшокласників – це цілісний інтегративний процес, в якому затверджуються і реалізуються основні життєві цінності людини і конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного, соціального самовизначення.

Виявлено, що професійне самовизначення старшокласників детермінується зовнішніми і внутрішніми чинниками. До зовнішніх чинників належать вплив сім'ї, друзів, шкільних учителів, престижність професії, її пропагування у засобах масової інформації тощо; до внутрішніх – здібності, схильності, темперамент, характер, рівень домагань, самооцінка.

Зауважено, що самооцінка, її адекватність і рівень, є одним з найбільш значущих чинників професійного самовизначення старшокласників.

**Результати нашого дослідження представлені у наших публікаціях [...]; ...].** Емпірична перевірка вище викладених теоретичних положень представлена у наступному підрозділі.

## РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ САМООЦІНКИ НА ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

### 2.1 Обґрунтування та опис методик

Визначені у попередньому розділі теоретичні положення щодо впливу самооцінки на професійне самовизначення старшокласників потребують емпіричної перевірки.

Відповідно, згідно мети і завдань нашого дослідження були дібрані психодіагностичні методики, спрямовані на дослідження самооцінки і професійного самовизначення старшокласників.

Існує значна кількість методик для дослідження рівня самооцінки розглянемо деякі з них.

Методика кількісного виміру самооцінки (С. Будассі), метою якої є виявлення кількісного вираження рівня самооцінки досліджуваного методом ранжування.

Методика «Тест двадцяти суджень» (Хто я такий?), спрямована на визначення соціальної підсистеми особистості, в якій відображені сприймання, оцінка та переживання особистістю самої себе - носія певних соціальних рис і відносин (або встановити так звану «соціальну ідентичність», за Ф. Патакі).

Дослідження самооцінки за допомогою процедури ранжування (за описом Л. Головей, О. Рибалко) – спрямована на дослідження особливостей самооцінки старшокласників.

Анкета «Самохарактеристика особистості» для виявлення особливостей самооцінки школяра за допомогою самохарактеристики.

Тест «Вивчення самооцінки»; мета: визначити самокритичність учнів, характер самооцінки, її стійкість.

Методика самооцінки функціонального стану «САН» (В. Доскін та ін.) призначена для оперативної оцінки самопочуття, активності та настрою (перші букви цих функціональних станів і складають назву опитувальника).

Орієнтаційно-діагностична анкета інтересів (ОДАНІ-2). На основі методики ОДАНІ-2 можна виявити групи профільних інтересів учня або сфери визначення ним переваг чи відмов від певних профілів і професій. Методика дозволяє розглянути профіль інтересів, виявити їх широту, виділити певний перелік інтересів, а в ньому — провідні і супутні інтереси. Оцінка прояву того чи іншого інтересу здійснюється кількісно, що дає можливість ранжувати інтереси, порівнювати їх.

Методика "Карта інтересів" (модифікація О. Г. Філімонової) Використання даної методики дозволяє попередньо проаналізувати інтереси, близькі до того чи іншого виду діяльності.

Опитувальник професійних схильностей (автор Л. Йовайши, модифікація Г. Репзапкіної). Мета: виявити схильність до певного виду діяльності.

У нашому дослідженні, відповідно до його цілей і задач були використані такі методики: 1) Методика діагностики професійної спрямованості (автор Б. Басс); 2) Диференціально-діагностичний опитувальник Є.О. Климова (ДДО); 3) Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна; 4) Діагностика загальної самооцінки (Опитувальник Г. Казанцевої); 5) Експрес діагностика рівня самооцінки особистості.

Вибір перерахованих вище методик обумовлений тим, що вони відповідають віковим особливостям досліджуваних, є зрозумілими, невеликі за обсягом, інформативні в інтерпретації результатів.

Розглянемо ці методики більш детально.

*1. Методика діагностики професійної спрямованості (орієнтаційна методика) Б. Басса* містить 27 суджень, до кожного з яких пропонується по

три відповіді (а, б, в) та включає спеціальний бланк для відповідей досліджуваних [50].

Дослідженим учням потрібно було вибрати одну з відповідей, яка найбільше їх характеризує, та записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найбільш привабливо». Потім слід було обрати одну відповідь та записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найменш привабливо».

На тестування відводиться близько 25 хвилин.

Обробка результатів здійснюється у такий спосіб. Кожна відповідь у стовпчику «Найбільш привабливо» оцінюється у 2 бали, «Найменш привабливо» – 0 балів, відповідь, що не потрапила в жоден стовпчик, – 1 бал.

За допомогою методики виявляються наступні напрямки спрямованості особистості в процесі діяльності [55].

1) спрямованість на себе (СЯ) – орієнтація на пряму винагороду і задоволення особистих потреб незалежно від якості виконаної діяльності, точки зору оточуючих, агресивність у досягненні статусу, владність, схильність до суперництва, дратівливість, тривожність, інтровертованість.

2) спрямованість на спілкування (СС) – прагнення при будь-яких умовах підтримувати відносини з людьми, орієнтація на спільну діяльність (не обов'язково для виконання справи, а заради самого спілкування), орієнтація на соціальне схвалення, залежність від групи, потреба в підтримці і емоційних відносинах з людьми.

3) спрямованість на справу, діло (СД) – зацікавленість у вирішенні ділових проблем, виконання роботи якнайкраще, орієнтація на ділове співробітництво, здатність відстоювати в інтересах справи власну точку зору, корисну для досягнення мети.

## *2. Диференціально-діагностичний опитувальник (ДДО) Є. Клімова*

Ця методика складається з двох бланків: списку видів діяльності та бланка відповіді. Учням пропонується текст опитувальника з детальною інструкцією. Методика містить групування видів праці з урахуванням низки

класифікаційних ознак: об'єкта праці, знарядь праці, а також їх вимог до особистості, які пред'являються відповідним видом діяльності [51].

За допомогою ДДО визначають такі п'ять типів професійної діяльності:

– професії типу «людина – техніка», пов'язані з взаємодією людини з технічними об'єктами;

– професії типу «людина – природа», в яких об'єктом праці виступають природні системи – рослини, тварини, мікроорганізми та умови їх існування;

– професії типу «людина – людина», пов'язані із взаємодією людини з іншими людьми;

– професії типу «людина – художній образ», в яких об'єктом праці виступають художні образи або їх елементи;

– професії типу «людина – знакова система», де об'єктом праці є умовні знаки та їх ознаки-слова, цифри, формули, хімічні символи, ноти, схеми, графіки.

### *3. Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна [52].*

Методика заснована на безпосередньому оцінюванні школярами низки особистих якостей: здоров'я, здібності, характер тощо.

*Інструкція:* «Сторони людської особистості можна умовно зобразити вертикальною лінією, нижня точка якої буде символізувати найнижчий розвиток, а верхня – найвищий. Вам пропонується сім таких ліній.

*Вони позначають:*

- 1) здоров'я;
- 2) розум, здібності;
- 3) характер;
- 4) авторитет у оточуючих;
- 5) вміння багато чого робити своїми руками, умілі руки;
- 6) зовнішність;
- 7) впевненість у собі.

На вертикальних лініях відзначте певними позначками, як Ви оцінюєте розвиток у себе цих якостей на даний момент часу. Після цього позначкою відзначте, при якому рівні розвитку цих якостей Ви були б задоволені собою або відчули гордість за себе».

Час, відведений на заповнення шкали разом з читанням інструкції, 10-12 хв.

Обробка результатів проводиться по шести шкалах (перша, тренувальна – "здоров'я" – не враховується). Кожна відповідь виражається в балах. Розміри кожної шкали 100 мм, тому відповіді школярів отримують кількісну характеристику (напр., 54 мм = 54 бали).

Методика так визначає рівень домагань [52]:

- норму, реалістичний рівень домагань, характеризує результат від 60 до 89 балів;
- найбільш оптимальний – порівняно високий рівень – від 75 до 89 балів, що підтверджує оптимальне уявлення про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку;
- результат від 90 до 100 балів зазвичай засвідчує нереалістичне, некритичне ставлення досліджених до власних можливостей;
- результат менше 60 балів свідчить про занижений рівень домагань, він – індикатор несприятливого розвитку особистості.

Висота самооцінки

Кількість балів від 45 до 74 балів («середня» і «висока» самооцінка) засвідчує реалістичну (адекватну) самооцінку.

Кількість балів від 75 до 100 балів і вище свідчить про завищену самооцінку і вказує на певні відхилення у формуванні особистості. Завищена самооцінка може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими; така самооцінка може вказувати на істотні спотворення у формуванні особистості

– «закритості для досвіду», нечутливості до своїх помилок, невдач, зауважень та оцінками оточуючих.

Кількість балів нижче 45 балів вказує на занижену самооцінку (недооцінку себе) і свідчить про крайнє неблагополуччя в розвитку особистості. Ці учні складають «групу ризику», їх, як правило, мало.

*4. Діагностика загальної самооцінки (опитувальник Г. Казанцевої) [53]* використовується з метою дослідження самооцінки учнів старшокласників і побудована у формі традиційного опитування та містить 20 тверджень. У завданні потрібно з трьох варіантів відповідей вибрати один: «так» (+), «ні» (-), «не знаю» (?), школяреві потрібно вибрати відповідь, яка найбільшою мірою відповідає власній поведінці в аналогічній ситуації.

Відповідати потрібно швидко, не замислюючись. Для того щоб дізнатися рівень самооцінки старшокласника, потрібно підрахувати кількість відповідей «так» під непарними номерами, потім – кількість «так» під парними номерами. З першого результату віднімається другий. У результаті рівень самооцінки може знаходитися в інтервалі від -10 до +10.

Г. Казанцева так визначає рівні самооцінки, згідно результатів своєї методики:

- від -10 до -4 свідчить про низьку самооцінку;
- від -3 до +3 – про середню самооцінку;
- від +4 до +10 – про високу самооцінку.

*5. Експрес діагностика рівня самооцінки [54].*

Тест призначений для експрес-діагностики рівня самооцінки особистості.

*Інструкція.* Відповідаючи на питання, вкажіть, наскільки часті для вас перелічені нижче стани за такою шкалою:

- дуже часто – 4 бали;
- часто – 3 бали;
- іноді – 2 бали;
- рідко – 1 бал;
- ніколи – 0 балів.

Обробка і інтерпретація результатів. Щоб визначити рівень самооцінки дослідженого, потрібно скласти всі бали за твердженнями та порахувати загальний бал.

Ця методика так визначає рівні самооцінки:

- 10 балів і менше – занижений рівень;
- 11–29 балів – середній, нормативний рівень реалістичної оцінки своїх можливостей;
- понад 29 балів – завищений рівень самооцінки

У дослідженні взяли участь 48 учнів 10-11 класів віком від 15 до 17 років. З них 20 хлопців та 28 дівчат. Дослідження проводилось на базі навчально-виховного комплексу № 2 міста Хмельницького. Дослідження здійснювалось очно за допомогою роздрукованих бланків з текстами опитувальників.

У наступному підрозділі представлені результати за кожною з вище описаних методик.

## **2.2 Опис результатів емпіричного дослідження**

Методика «Діагностика професійної спрямованості особистості» Б. Басса була використана для визначення загальної професійної орієнтації наших досліджених. Результати дослідження за цим опитувальником представлені у таблиці 2.1 та на рисунку 2.1.

Таблиця 2.1 – Результати дослідження типів особистісної спрямованості за методикою Б. Баса

Тип професійної спрямованості особистості	Досліджені, %		Всієї вибірки, %
	Юнаки	Дівчата	
На спілкування (С)	30	50	41,7
На себе (Я)	30	39,3	35,4
На справу, діло (Д)	40	10,7	22,9
Разом	100	100	100

Як видно з таблиці 2.1, більша частина учнів має спрямованість на спілкування – 39,4% (20 осіб), тобто їхнім прагненням при виконанні певної діяльності є не стільки досягнення певного результату, скільки бажання підтримувати емоційні стосунки з людьми. Характерною для таких людей є залежність від групи, підвищена потреба у неофіційному спілкуванні. Спрямованість на спілкування має місце тоді, коли вчинки людини визначається потребою в спілкуванні, прагненням підтримувати гарні відносини з товаришами по роботі, навчанні. Така людина виявляє інтерес до спільної діяльності, хоча може і не сприяти успішному виконанню завдання, нерідко його дії навіть ускладнюють виконання групової задачі і його фактична допомога може бути мінімальною [55]. Особливо ця спрямованість виражена у дівчат: 50 % (14 осіб) проти 30 % (6 осіб) юнаків.

За кількістю осіб у нашій вибірці, наступною іде спрямованість на себе 41,7 % (17 осіб), або ж особиста спрямованість, яка характеризується переважанням мотивів власного благополуччя, прагненням до особистого першості, престижу. Така людина найчастіше буває, зайнята самою собою, своїми почуттями і переживаннями і мало реагує, на потреби оточуючих його людей: ігнорує інтереси товаришів або роботу, яку повинен виконувати. У

будь-якій трудовій діяльності бачить, перш за все, можливість задовольнити свої претензії незалежно від інтересів інших людей [55].

Дівчата дещо більше схильні до орієнтації на себе – 11 (30 %), аніж хлопці – 6 (39,3 %) осіб.

Спрямованість на справу (діло) у нашій вибірці виражена найменше: 23 % (11 осіб), з них 40,7 % (8 хлопців) та 10,7 % (3 дівчат). Ділова спрямованість відображає переважання мотивів породжуваних самою діяльністю, захоплення процесом діяльності, безкорисливе прагнення до пізнання, оволодіння новими навичками і вміннями [55]. Але при цьому у хлопців ця спрямованість є провідною: 40 % (8 осіб) чоловічої підвибірки схиляється до орієнтації на ділову співпрацю, виконання роботи якнайкраще тощо.

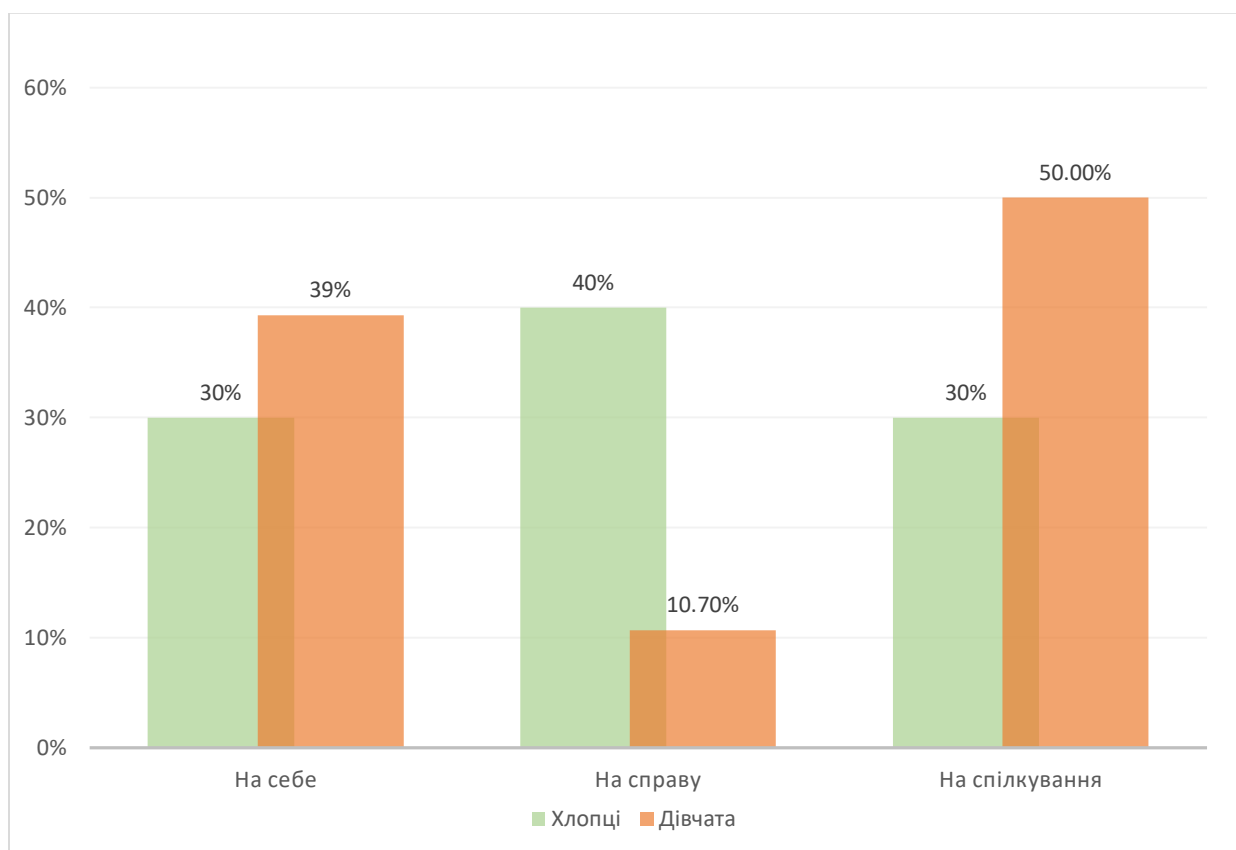


Рисунок 2.1 – Розподіл досліджених за типами спрямованості (методика Б. Баса)

На рисунку 2.1 наочно показані відмінності у дослідженій вибірці за гендерною ознакою.

Так, у дівчат провідною є орієнтація на спілкування – 50 % жіночої підвибірки (14 осіб), дещо менше виражена орієнтація на себе (39,3 %, або 11 дівчат); орієнтація на справу у дівчат виражена найменше і по жіночій підвибірці, і, порівняно з хлопцями – 10,7 % (3 особи).

У хлопців відзначається протилежна тенденція: найбільше у них виражена спрямованість на справу – 40 % чоловічої підвибірки (8 осіб), а на себе і спілкування – проявлені менше й однаково – по 30 % (6 осіб) досліджених.

Диференційно-діагностичний опитувальник (ДДО) Є. Клімова був використаний нами для визначення схильностей досліджуваних старшокласників до тої чи іншого типу професійної діяльності. Результати дослідження за методикою подано у таблиці 2.2 і на рисунку 2.2.

Таблиця 2.2 – Розподіл опитаних відповідно до професійних переваг, за методикою ДДО, %

Тип професійної діяльності	Досліджені, %		
	Загальні результати по вибірці	Юнаки	Дівчата
Людина–техніка	41,6	80	14,3
Людина–художній образ	21	-	35,7
Людина–природа	16,6	20	14,3
Людина–людина	10,4	-	17,9

Людина–знакова система	10,4	-	17,9
------------------------	------	---	------

З таблиці 2.2 можна побачити, що у дослідженій вибірці переважає технічна спрямованість 41,6 % (20 осіб).

Спрямованість на сферу діяльності «людина-художній образ» має 21 % (10 осіб), і це лише дівчата.

Спрямованістю «людина-природа» виявлена у 16,6 % (4 осіб).

Спрямованості «людина–людина» і «людина–знакова система» мають по 10,4 % досліджених, при чому це виключно дівчата.

Для виявлення загальної картини розподілу професійної спрямованості інтересів серед хлопців та дівчат ми зробила обробку даних у відповідних підвбірках. Отримані дані відображені на діаграмі (рис. 2.2)

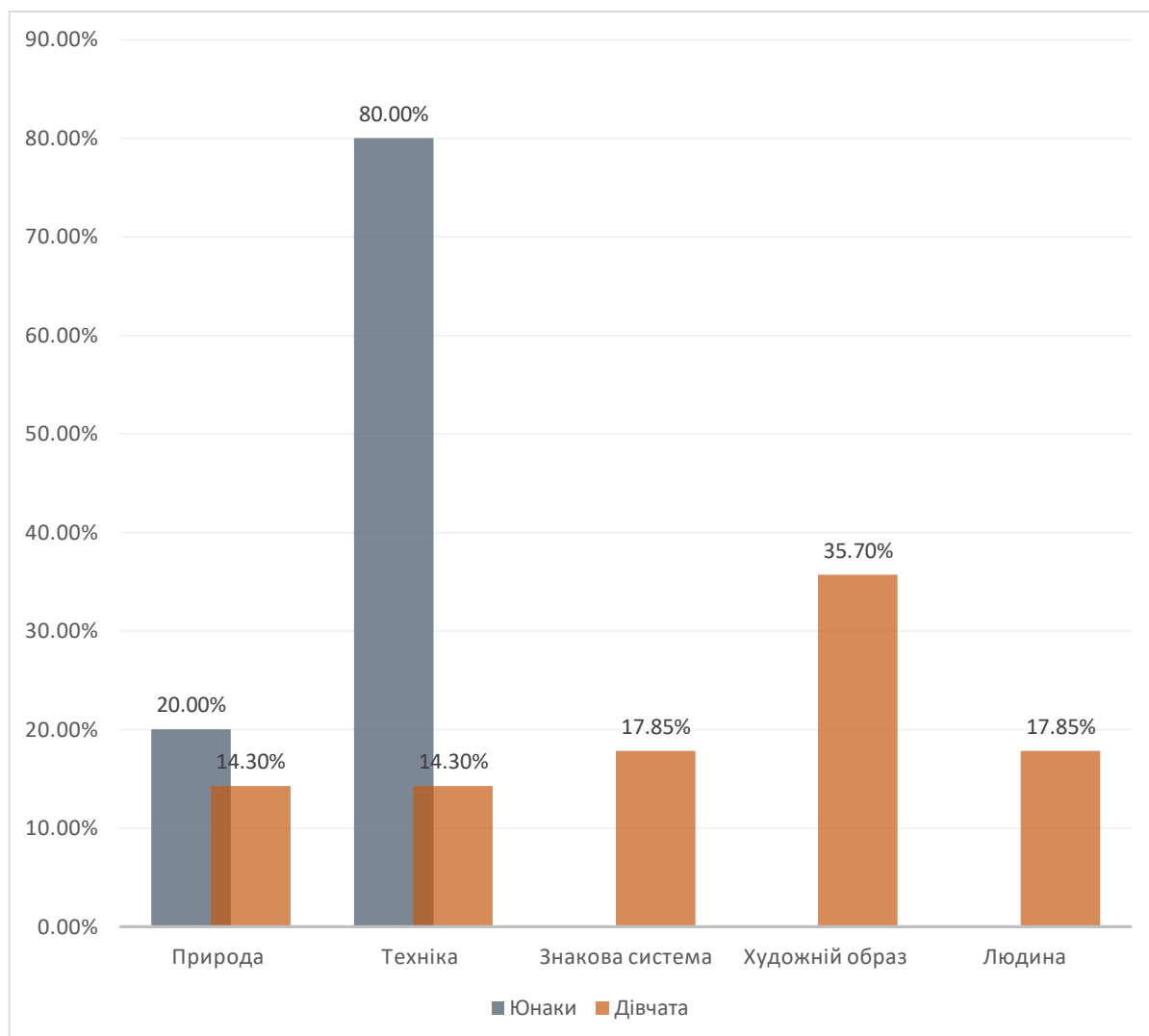


Рисунок 2.2 – Розподіл опитаних відповідно до професійних переваг, за методикою ДДО, %

Як видно з рисунку 2.2, у чоловічій підвибірці виявлені лише дві професійні спрямованості: провідна «людина-техніка» (80 % юнаків (16 осіб) та «людина-природа» – 20 % (4 особи).

У дівочій підвибірці провідною є спрямованість «людина–художній образ» – 35,7 % (10 осіб), удвічі менше досліджених мають спрямованості «людина–людина» та «людина–знакова система» – по 17,85 % (5 осіб). Майже така сама кількість досліджених дівчат має спрямованості «людина–техніка» і «людина–природа» – по 14,3 % (4 особи).

Згідно результатів дослідження за ДДО, за професійною спрямованістю виявлені суттєві гендерні відмінності. Так, досліджені хлопці більше спрямовані на ці професії, праця яких спрямована на технічні об'єкти (машини, механізми, матеріали, види енергії), а дівчата – на професії, пов'язані з творчістю, літературно-мистецькою діяльністю та акторсько-сценічною діяльністю.

На нашу думку, це зв'язано з тим, що старшокласники типізують багато професій за гендерною ознакою як «жіночі» і «чоловічі». Уявлення старшокласників про професії як «жіночі» або «чоловічі» також впливають на їхній ціннісний орієнтації і професійне самовизначення.

Наступні методики були використані для визначення самооцінки старшокласників.

Так, за допомогою методики діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна були досліджені самооцінка та рівень домагань. Результати за цією методикою подано у таблиці 2.3 і на рисунку 2.3.

Таблиця 2.3 – Результати дослідження, за методикою діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна, %

	Низький		Середній (оптимальний)		Високий		Дуже високий	
Показники	Кількість досліджених, %							
	10,4		37,4		35,7		16,5	
	Юнаки	Дівч.	Юн.	Дівч.	Юн.	Дівч.	Юн.	Дівч.
Рівень самооцінки	25	-	30%	42,9	40	32,1	5	25
	Низький		Середній (оптимальний)		Високий		Дуже високий	

Рівень	8,3		31,3		41,7		18,7	
домагань	10	7,5	30	32,1	35	46,4	25	14,3

Середній рівень самооцінки по вибірці, за цією методикою, становить 60,3 бали, що свідчить про середню реалістичну самооцінку.

Середній рівень домагань – 75,9 бали, що відповідає оптимально рівню за методикою [52]

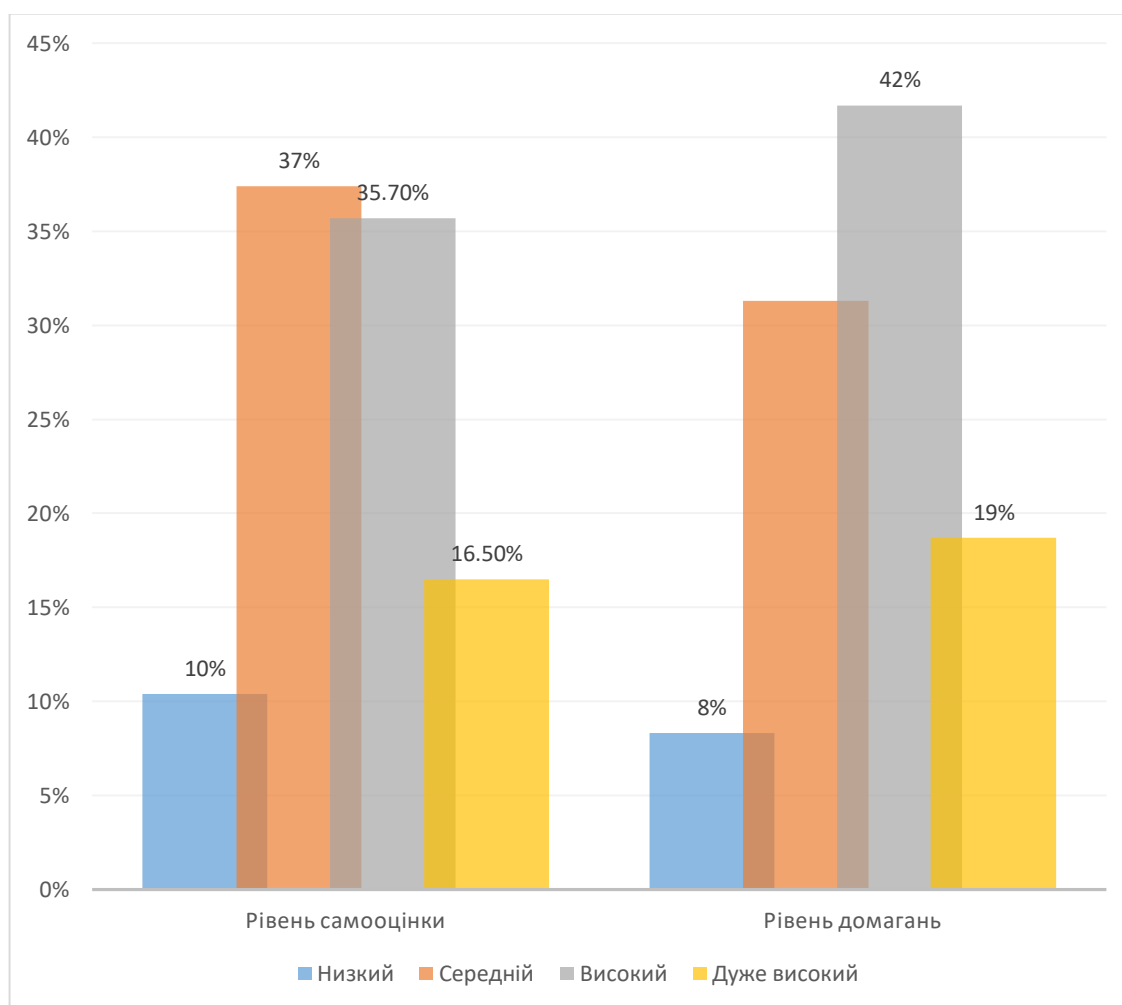


Рисунок 2.3 – Розподіл досліджуваних відповідно до рівня самооцінки та рівня домагань, %

Як видно з таблиці 2.3 і рисунку 2.3 у нашій вибірці переважають досліджені з середнім (37,4 %) і високим (35,7 %) рівнями самооцінки.

Дещо менше досліджених з дуже високим рівнем самооцінки – 16,5 %, і ще менше – 10,4 % – з низьким.

Подібна ситуація і з показниками за рівнем домагань: більшість досліджених – 41,7 % – мають високий рівень домагань і 31,3 % – середній. Дуже високий рівень домагань має 18,7 % досліджених старшокласників, і лише 8,3 % – низький.

Особи із середнім рівнем домагань у своїх досягненнях ставлять перед собою цілі, яких вони можуть досягнути протягом невеликого проміжку часу.

Високий рівень домагань поєднується із впевненістю у значущості своїх дій, відповідальністю, із корекцією невдач за рахунок власних зусиль і наявністю стійких життєвих планів.

Старшокласники з дуже високим рівнем домагань в нереалістично, некритично ставиться до власних можливостей

Особи з низьким рівнем домагань уникають відповідальних завдань, шукають причини відмови від них. Ставлять перед собою не виправдано завищені цілі, погано оцінюють свої можливості. В інших випадках, навпаки, вибирають легкі завдання, що не вимагають особливих інтелектуальних, емоційних та фізичних затрат.

На нашу думку, на результати за методикою вплинуло стереотипне мислення і ставлення до життя не через власний аналіз, а за прикладом, нав'язаним сторонніми особами, значимими людьми, або ж власною відмовою від пошуку змін.

При цьому, як можна побачити, є певні відмінності за гендерною ознакою.

Так, більшість дівчат – 42,9 % (12 осіб) – мають середній рівень самооцінки, а більшість юнаків – 40 % (8 осіб) – високий.

Завищену самооцінку мають 25 % (7 осіб) дівчат та 5 % (1 особа) хлопці. Серед досліджених дівчат не виявлено жодної із низьким рівнем самооцінки, зате її мають 25 % хлопців (5 осіб).

Таким чином, у жіночій підвибірці переважає середня самооцінка, і є виражена тенденція до завищення своєї самооцінки. У чоловічій підвибірці самооцінка більш адекватна – середня і висока.

Подібна тенденція, за показниками, зберігається і за рівнем домагань.

Так, більшість хлопців мають високий – 35 % (7 осіб) і середній – 30 % (6 осіб) – рівень домагань.

У 25 % юнаків (5 осіб) виявлено дуже високий рівень домагань, і в 2 юнаків (10 %) – низький рівень домагань.

У дівчат виявлені такі самі закономірності за рівнем домагань, що і в хлопців: 46,4 % (13 осіб) мають високий, 32,1 % (9 осіб) – середній, 14,3 % (4 особи) – дуже високий і лише 7,5 % (2 особи) низький.

Зауважимо, що дуже високий рівень домагань у хлопців зустрічається частіше, ніж у дівчат (25 % і 14,3 % відповідно), так само як і низький (10 % хлопців і 7,5 % дівчат). Високий більше виражений у дівчат (46,4 % порівняно з 34 % у хлопців). За середнім рівнем домагань суттєвих відмінностей у чоловічій і жіночій підвибірці не виявлено.

Таким чином, у дослідженій вибірці старшокласників, за результатами методики Дембо-Рубінштейна, переважають учні з середніми і високими показниками як самооцінки, так і рівня домагань. При цьому у дівчат виявлена схильність дещо перероцінювати свої можливості, що збігається з досить вираженою у них спрямованістю на себе. Хлопці ж оцінюють себе більш адекватно.

Результати методики «Діагностика загальної самооцінки» (Опитувальник Г. Казанцевої) представлені у таблиці 2.4 і на рисунку 2.4.

Середній рівень самооцінки за цією методикою у дослідженій вибірці – 2 бали, що відповідає середньому рівню.

Таблиця 2.4 – Обробка результатів дослідження загальної самооцінки, %

Рівень самооцінки	Низький		Середній		Високий	
	27,1		37,5		35,4	
	Юнаки	Дівч.	Юнаки	Дівч.	Юнаки	Дівч.
40	17,9	30	42,8	30	39,3	

Як видно з таблиці 2.4, у дослідженій вибірці переважають особи з середнім рівнем самооцінки – 37,5 %, дещо менше учнів з високим – 35,4 % і ще менше – з низькою самооцінкою – 27,1 %.

Відповідно до використаної методики, досліджені, що мають високий рівень самооцінки, часто поводяться зарозуміло щодо своїх однолітків. Прагнуть весь час бути в центрі уваги і якомога більше показати своїх знання, для того щоб досягти схвальної оцінки оточуючих. У старшокласників з високою самооцінкою відсутня схильність до аналізу своїх вчинків і дій. Вони часто імпульсивні і поводять себе нестримано мають погану звичку-залишати справу на півдорозі [56].

На відміну від дітей з високим рівнем самооцінки, старшокласники з середнім рівнем самооцінки схильні аналізувати результати своєї діяльності. Вони намагаються співпрацювати і допомагати іншим. Наполегливо йдуть до своєї мети і не перемикаються з однієї діяльності на іншу [56].

І діти з низькою самооцінкою невпевнені в собі, нетовариські, нерішучі, мовчазні. Вони чутливі і часом не здатні постояти за себе. Важко сходяться з людьми і не прагнуть включитися в загальну діяльність. Старшокласники з низькою самооцінкою бояться, що їх спіткає неуспіх, тому мало проявляють ініціативу [56].

Так само, як і за попередніми методиками, виявлені розбіжності у жіночій і чоловічій підвбірках. Вони наочно представлені на рисунку 2.4.

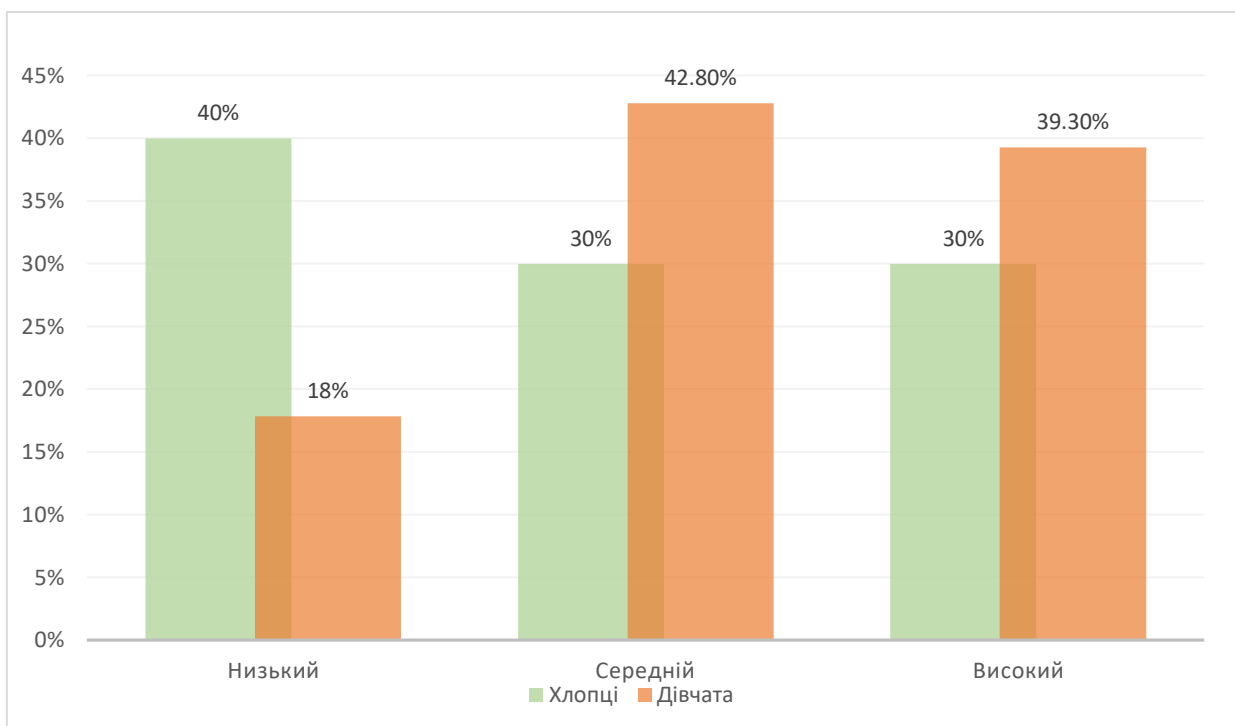


Рисунок 2.4 – Розподіл досліджуваних відповідно до рівня самооцінки, %

Як видно з рисунку 2.4, у дівчат переважають середня – 42,8 % (12 осіб) і висока – 39,3 % (11 осіб) – самооцінки.

Кількість старшокласниць з низькою самооцінкою порівняно невисока – 18 % (5 дівчат).

У хлопців суттєво переважає низька самооцінка – 40 % (8 юнаків), середня і низька виражені однаково – по 30 % (6 осіб) досліджених.

При цьому, дівчат з середньою і високою самооцінкою більше, ніж хлопців; а хлопців з низькою самооцінкою суттєво більше, ніж дівчат (40 % і 18 % відповідно).

Таким чином, результати у жіночій підвбірці, за опитувальником Г. Казанцевої, у цілому збігаються із результатами методики Дембо-Рубінштейна: у дівчат простежується тенденція до переоцінювання себе. У хлопців, за опитувальником Г. Казанцевої, більша, порівняно з результатами за Дембо-Рубінштейном, схильність до недооцінювання себе.

Результати діагностики самооцінки старшокласників за допомогою методики «Експрес діагностика рівня самооцінки особистості» представлені у таблиці 2.5 і на рисунку 2.5.

Середній рівень самооцінки за цією методикою у дослідженій вибірці – 18,9 бали, що відповідає середньому рівню.

Таблиця 2.5 – Обробка результатів дослідження рівня самооцінки особистості, %

Рівень самооцінки	Занижений рівень		Середній рівень		Завищений рівень	
	Юнаки	Дівч.	Юнаки	Дівч.	Юнаки	Дівч.
	40	14,3	30	39,8	30	46,4
Разом	24,9		35,5		39,6	

Як видно з таблиці 2.5, більшості досліджених старшокласників притаманний завищений рівень самооцінки – 39,6 % (19 осіб). За методикою, [54] такі особи мають неадекватні уявлення про себе, мають ідеалізований образ своєї особистості і можливостей, своєї цінності для оточуючих, для спільної справи. Як правило, такі люди не бажають визнавати, що причина неуспіху – це наслідок власних помилок, ліні, недоліку знань, здібностей і неправильної поведінки.

Середній рівень самооцінки виявлено у 35,5 % (17 осіб) досліджених. Таким учням, згідно опису методики, більшою мірою властиво вірити в свої сили, адекватно оцінювати свої і чужі здібності і можливості, впевнено і раціонально реагувати в ситуаціях спілкування, так і в ситуаціях перевірки знань.[54]

Низький рівень самооцінки показали у 24,9 % (12 осіб) досліджених старшокласників. Це характеризує їх як невпевнених у собі, боязких,

сором'язливих, пасивних як у міжособистісних стосунках, так і в навчальній діяльності.[54]

Гендерні відмінності у результатах за цією методикою подібні до результатів за опитувальником Г. Казанцевої. Розглянемо їх за рисунком 2.5.

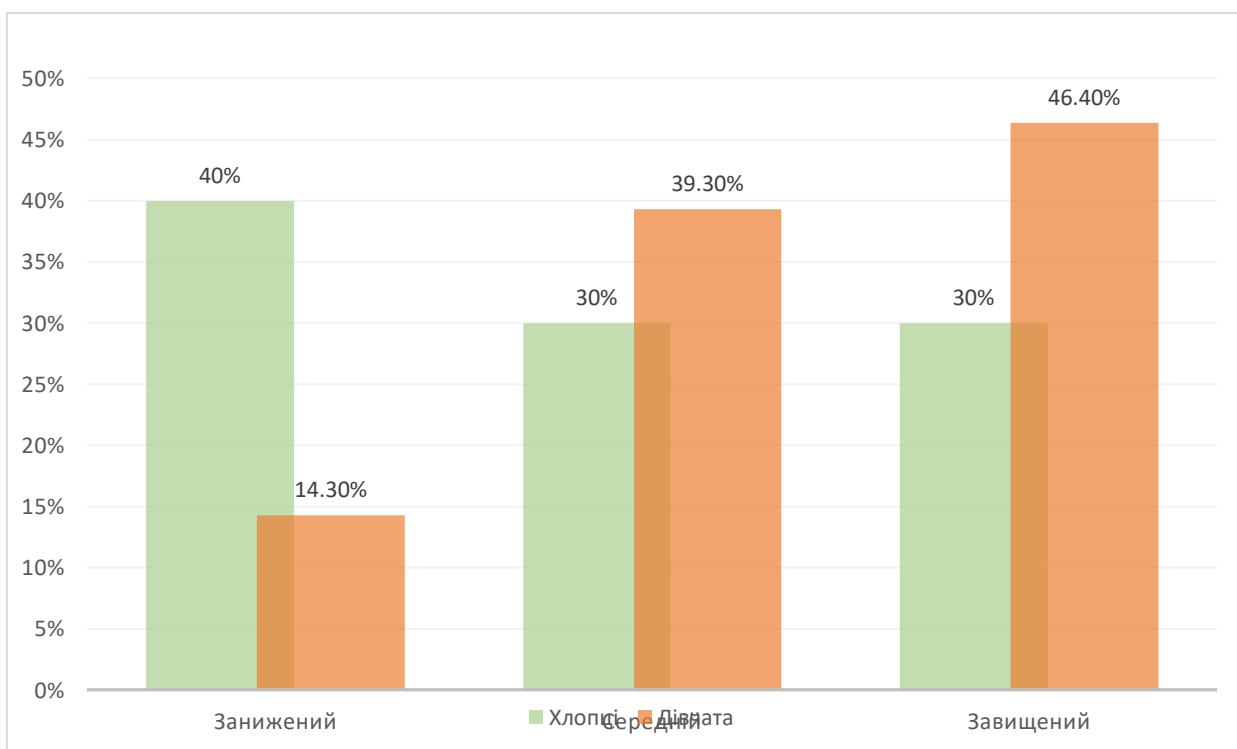


Рисунок 2.5 – Розподіл досліджуваних відповідно до рівня самооцінки, %

Як видно на рисунку 2.5, провідна у загальній вибірці завищена самооцінка переважає саме у дівчат – 46,4 %. Серед хлопців таких досліджених менше – 30 % (6 осіб).

39,27 % дівчат (11 осіб) мають середню самооцінку. Серед хлопців цей показник незначно менший 30% (6 осіб).

Лише 14,3 % жіночої підвибірки (4 дівчат) мають занижену самооцінку, що суттєво менше, ніж у хлопчачій підвибірці – 40 % (8 осіб).

Узагальнюючи результати проведеного емпіричного дослідження, маємо наступні характеристики нашої вибірки:

1. За методикою «Діагностика професійної спрямованості особистості» Б. Басса, досліджені старшокласники мають провідну спрямованість на спілкування, причому особливо це виражено у дівчат (50 %), у хлопців переважає спрямованість на справу (40 %), яка мало виражена у дівчат. У старшокласниць також сильно виражена орієнтація на себе (39,3 %). У старшокласників спрямованість на себе і спілкування виражені однаково сильно – по 30 % досліджених.

2. За диференційно-діагностичним опитувальником (ДДО) Є. Клімова виявлені виражені відмінності у результатах хлопців і дівчат. Так у досліджених хлопців виражено домінує інтерес до професій типу «людина–техніка» (80 %) і «людина–природа» (20 %). У дівчат професійні інтереси більш різноманітні порівняно з хлопцями, але схильність на професій типу «людина–художній образ» дещо переважає над іншим (35,7 %).

3. За методикою діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна виявлено, що у досліджених старшокласників переважає середня самооцінка. Найбільше дівчат 42,9 % мають середній рівень самооцінки, а більшість юнаків – 40 % – високий рівень самооцінки. При цьому не виявлено жодної дівчини з низьким рівнем самооцінки, тоді як хлопці з низькою самооцінкою є.

За рівнем у вибірці переважають старшокласники з високим рівнем – 41,7 %. Перевага цього рівня домагань зберігається і в жіночій та чоловічій підвбірках: у 46,4 % і 35 %.

4. За методикою «Діагностика загальної самооцінки» (опитувальник Г. Казанцевої) у вибірці переважає середня самооцінка – за рахунок дівчат (42,8 %). Більшість хлопців – 40% – мають низький рівень самооцінки. При цьому дівчат з високою самооцінкою більше, ніж хлопців.

5. Експрес діагностика рівня самооцінки особистості виявила незначну перевагу завищеної самооцінки – 39,6 % – за рахунок дівчат (46,4 %). У більшості хлопців переважає занижений рівень самооцінки – 40 %.

Можна побачити, що результати за опитувальником Г. Казанцевої та експрес діагностикою рівня самооцінки, збігаються як за загальними тенденціями, так і за закономірностями у жіночій та чоловічій підвбірках, але дещо розрізняються з результатами за методикою Дембо-Рубінштейна у чоловічій підвбірці. Це може бути обумовлено тим, що опитувальник Г. Казанцевої та методики для експрес діагностика рівня самооцінки диференціюють по 3 рівня самооцінки, а методика Дембо-Рубінштейна – чотири.

У цілому виявлені такі закономірності за самооцінкою у дослідженій вбірці: у загальній вбірці переважає середня самооцінка, але у дівчат спостерігається тенденція до завищеної, а в хлопців – до заниженої самооцінки.

Для визначення впливу самооцінки на виявлені професійний вибір і професійну спрямованість старшокласників нами було зроблено кореляційний аналіз. При цьому обчислювалась кореляція рівнів самооцінки за кожною з використаних методик із рівнем домагань, типами спрямованості, за Б. Басом, і типами професії, за Є. Клімовим.

Були виявлені високі, середні, помірні, слабкі і дуже слабкі кореляції ( $r$ ), за класифікацією О. Сидоренко [65, с. 204] (таблиця 2.6). Більш деталізована таблиця з обчисленими кореляціями подана у додатку А.

Нижче ми даємо опис лише високих ( $r > 0,70$ ) (у таблиці виділено жирним шрифтом), середніх ( $0,50 < r < 0,69$ ) (жирний курсив у таблиці) і помірних ( $0,30 < r < 0,49$ ) (курсив у таблиці) кореляцій.

Таблиця 2.6 – Коефіцієнти кореляції за дослідженими показниками самооцінки і професійного самовизначення старшокласників

	Самооцінка, методикою Дембо-Рубінштейна	Рівень домагань, за методикою Дембо-Рубінштейна	Самооцінка, за Г. Казанцевою	Самооцінка, за експрес-діагностикою
Рівень домагань, за методикою Дембо-Рубінштейна	-0,09	–	0,80	0,66
Спрямованість, за Б. Басом:				
на себе	-0,08	<b>-0,70</b>	<b>-0,70</b>	<b>-0,50</b>
не спілкування	0,27	<b>-0,61</b>	<b>-0,56</b>	<b>-0,55</b>
на справу	-0,23	<b>-0,66</b>	<b>-0,82</b>	<b>-0,56</b>
Тип професії, за Є. Клімовим:				
людина–людина	<b>0,62</b>	-0,23	-0,22	-0,09
людина–техніка	<b>-0,52</b>	-0,11	-0,26	-0,17
людина–знак	0,48	-0,36	<b>-0,41</b>	-0,14
людина–художній образ	<b>0,60</b>	-0,38	-0,22	-0,18
людина–природа	0,11	<b>-0,64</b>	<b>-0,73</b>	<b>-0,50</b>

Дані подані відносно методик для дослідження самооцінок.

Рівень самооцінки, за методикою Дембо-Рубінштейна, прямо корелює з такими типами професії як «людина–людина» ( $r = 0,62$ ), «людина–художній образ» ( $r = 0,60$ ), і «людина–знак» ( $r = 0,48$ ) та обернено – з типом професії «людина–техніка» ( $r = -0,52$ ), тобто чим вищою є самооцінка старшокласника, тим більша вірогідність, що він обере саме якусь з професій цих типів. Зауважимо, що такі результати збігаються із відсотковими результатами за методиками: у дівчачій підвибірці, де виявлена загальна тенденція до завищеної самооцінки визначена перевага саме типів професій: «людина–художній образ» (35,7 %), «людина–людина» (17,9 %) та «людина–знак» (17,9 %). Хлопці виявили тенденцію до зниження самооцінки та інтерес до професій типу «людина–техніка» (80 %).

Рівень домагань, за методикою Дембо-Рубінштейна, обернено корелює з усіма типами спрямованості, за Б. Басом:  $r = -0,70$  зі спрямованістю на себе,  $r = -0,61$  зі спрямованістю на спілкування і  $r = -0,66$  зі спрямованістю на справу. Тобто, чим вищим є рівень домагань, тим менша вірогідність того, що у старшокласника буде виражена та чи інша спрямованість.

При цьому аналіз по рівнях виявив цю тенденцію лише за низьким рівнем домагань (додаток А, таблиця А.1). Середній рівень домагань прямо корелює зі спрямованістю на себе ( $r = 0,53$ ) і спілкування ( $r = 0,53$ ), високий і дуже високий – зі спрямованістю на спілкування ( $r = 0,61$  і  $0,60$ ) і справу ( $r = 0,57$  і  $0,71$ ).

Можливо, така неузгодженість по кореляціях в цілому і по рівнях домагань пов'язана з особливостями самих методик та розбіжностями у чоловічій і жіночій підвбірках.

Рівень домагань також обернено корелює з типам професій «людина–природа» ( $r = -0,64$ ), «людина–художній образ» ( $r = -0,38$ ) і «людина–знак» ( $r = -0,36$ ). Це може означати, що високий рівень домагань не сприяє вибору зазначених професій, що дещо розбігається з отриманими нами відсотковими показниками у вибірці.

Окремо по рівнях виявлено такі кореляції: низький рівень домагань обернено корелює із професіями «людина–природа» ( $r = -0,56$ ).

Середній рівень домагань прямо корелює з «людина–знак» ( $r = 0,5$ ), «людина–художній образ» ( $r = 0,60$ ) і «людина–природа» ( $r = 0,47$ ).

Високий і дуже високий прямо корелюють з «людина–природа» ( $r = 0,50$  і  $r = 0,90$ ), «людина–знак» ( $r = 0,34$  і  $r = 0,54$ ), високий рівень домагань також корелює із типом «людина–художній образ» ( $r = 0,48$ ), а дуже високий – з «людина–людина» ( $r = 0,40$ ).

Отже, можна припускати, що низький рівень домагань не сприяє вибору тої чи іншої спрямованості, середній рівень пов'язаний зі спрямованістю на спілкування і себе, професіями типу «людина–художній образ» і «людина–

знак», а високий – зі спрямованістю на спілкування і справу та всі професії, крім «людина-техніка».

Загальний рівень самооцінки, за методикою Г. Казанцевої, так само обернено корелює з усіма типами спрямованості, за Б. Басом:  $r = -0,70$  зі спрямованістю на себе,  $r = -0,56$  зі спрямованістю на спілкування і  $r = -0,66$  зі спрямованістю на справу, а також з типам професій «людина–природа» ( $r = -0,73$ ) і «людина–знак» ( $r = -0,41$ ).

Окремо по рівнях виявлені прямі кореляції високої самооцінки з професіями типу «людина–природа» ( $r = 0,80$ ) «людина–знак» ( $r = 0,65$ ) «людина–людина» і «людина–художній образ» ( $r = 0,58$ ).

Так само обернено корелює зі спрямованістю загальний рівень самооцінки за експрес-діагностикою:  $r = -0,50$  зі спрямованістю на себе,  $r = -0,55$  зі спрямованістю на спілкування і  $r = -0,56$  зі спрямованістю на справу, а також з типом професій «людина–природа» ( $r = -0,50$ ).

При цьому низький рівень середньо корелює з типом «людина–людина» ( $r = 0,36$ ); середній – з «людина–художній образ» ( $r = 0,54$ ), «людина–природа» ( $r = 0,34$ ) і «людина–знак» ( $r = 0,36$ ).

Зауважимо також, що кореляція між рівнями самооцінки за Г. Казанцевою та експрес-діагностикою з рівнем домагань за методикою Дембо-Рубінштейна становить  $r = 0,80$  і  $r = 0,66$  відповідно, а кореляції між рівнем самооцінки і рівнем домагань всередині самої методики Дембо-Рубінштейна не виявлено:  $r = -0,09$ .

Виявлено також, що низька самооцінка і рівень домагань пов'язані з вибором професій типу «людина–техніка» і «людина–природа», а висока самооцінка дещо більше пов'язана з вибором професій типу «людина–людина», «людина–художній образ», «людина–знак».

Отже, можна зробити висновок, що люди з низькою самооцінкою мають низький рівень домагань та обирають типи професії, які пов'язані меншою мірою спілкування з людьми, а більше, і особливо, – з технікою.

Старшокласники з вищою самооцінкою обирають професії, які пов'язані з комунікацією з людьми, творчістю.

### **2.3 Практичні рекомендації старшокласникам щодо професійного самовизначення з урахуванням їх самооцінки**

Відповідно до теоретичного аналізу та емпіричного дослідження нами були розроблені рекомендації для старшокласників щодо професійного самовизначення з урахуванням їх самооцінки.

Рекомендації включають кілька блоків: загальні рекомендації старшокласникам, рекомендації для учнів із заниженою, рекомендації для учнів із завищеною самооцінкою, рекомендації для учнів із середньою самооцінкою.

*Загальні рекомендації щодо допомоги старшокласникам у їх професійному самовизначенні*

Для розробки загальних рекомендацій ми здійснили аналіз наявних психологічних джерел рекомендацій щодо допомоги у професійному самовизначенні старшокласників та адаптували деякі з них для нашої роботи.

Так, нами виявлено опис типових помилок під час вибору професії [56]:

- поділ професій на «престижні» і «непрестижні»;
- ототожнення навчального предмету із професією;
- перенесення ставлення до конкретної людини на її професію;
- вибір професії під чийсь впливом (батьків, друзів, учителів тощо);
- вимушене навчання заради диплома.

Остання помилка є однією з найфатальніших. Важливо пам'ятати – дитина повинна вибрати професію самостійно. Тільки сама людина знає, що їй потрібно. І тільки так дитина не буде звинувачувати батьків, якщо щось піде

не так, або думати, що втратила свій шанс. Тому краще витратити пару років на самовизначення, ніж потім усе життя – на неулюблену роботу.

Для уникнення цих та інших помилок, старшокласникам і їх батькам варто звернути увагу на такі психічні властивості дитини:

1) інтереси – «хочу знати» – це те, що спонукає опановувати знання, розширювати кругозір, допомагають долати труднощі, перешкоди; як правило, інтерес формується в реальній справі: поки людина не спробує, не зрозуміє, чи це її чи ні. Тому доцільно заохотити дитину, щоб вона спробувала себе в різних видах діяльності (спорті, літературі, мистецтві, науці) в тому обсязі і на тому рівні, на якому це можливо в шкільних гуртках та секціях, музичних школах тощо [57].

2) схильності – «хочу робити» – це ставлення людини до діяльності; їх можна зауважити, коли приваблює не тільки результат, але і сам процес роботи; схильності часто є ознакою здібностей [57].

3) здібності – «можу робити легко» – це індивідуально-психологічні властивості людини, які забезпечують успішне здійснення певного роду діяльності та швидке оволодіння необхідних для неї знань, умінь і навичок [57].

Якщо старшокласник має різнобічні здібності, інтереси та схильності, для уточнення свого професійного самовизначення доцільно звернутися до професійного психолога, який допоможе підібрати потрібні психодіагностичні методики та пояснити їх результати.

Нами також виявлено так зване «золоте правило вибору професії», яке полягає у врахуванні старшокласниками трьох основних параметрів «Хочу», «Можу», «Треба» [58].

Збіг у співвідношенні «хочу–можу–треба» є зоною оптимального вибору професії (рис. 1.1).

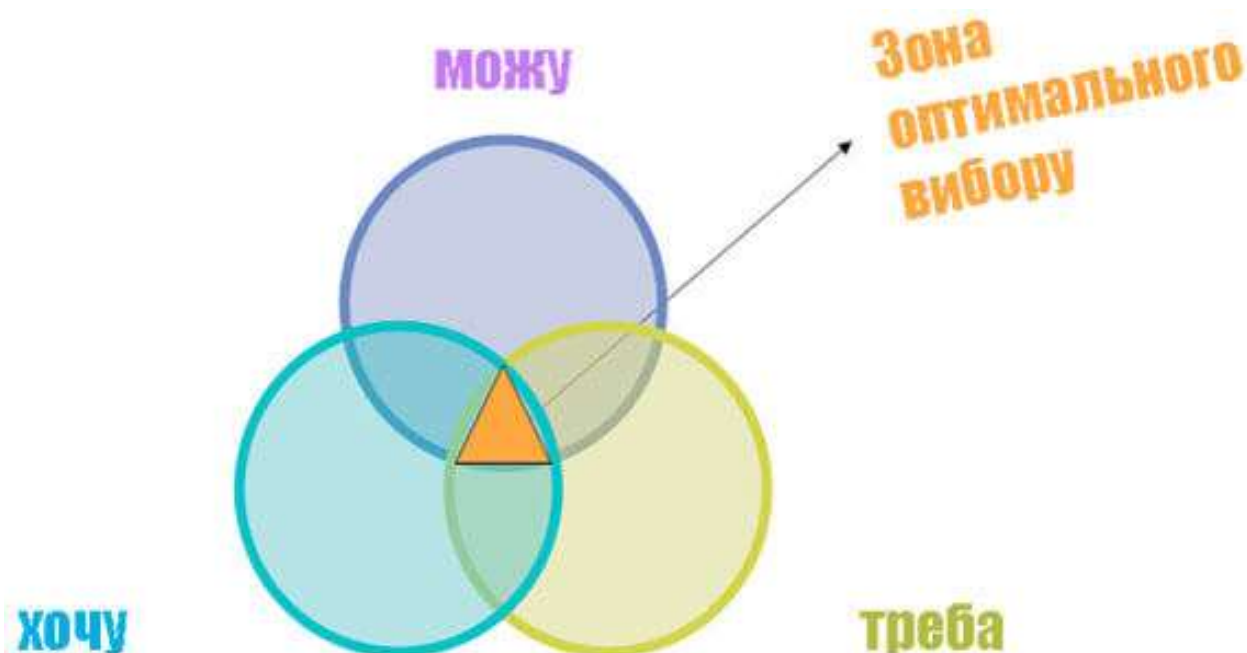


Рисунок 1.1 – Алгоритм вибору професії [33]

«Хочу» – «Чи хочеш ти займатися цією справою?»

«Можу» – «Чи є у тебе необхідні для цієї справи якості?»

«Треба» – «Чи потрібна ця професія на ринку праці?»

Для того, щоб дати вірні відповіді на ці запитання, доречно уточнити їх зміст, що можна зробити у письмовому чи цифровому вигляді.

«Хочу» – це бажання, інтереси, очікування, прагнення старшокласника; тут варто провести таке самодослідження:

– у першу чергу скласти список професій: які подобаються, цікаві, за якими є бажання працювати, які убачаються як підходящі [59].

– записати власні очікування і бажання щодо своєї майбутньої професійної діяльності: зміст, характер, умови роботи, заробітна плата, кар'єра, особистий і професійний розвиток тощо (у цьому списку варто провести ранжування за значущістю: які очікування і бажання особливо важливі, а від яких, за потреби, можна і відмовитись);

– визначити власні життєві цілі і цінності [59].

«Можу» – це справжній психологічний портрет старшокласника, який включає такі складові:

- якість власних знань, умінь і навичок, освітній рівень;
- стан здоров'я;
- темперамент, характер і їх відповідність обраній професії;
- здібності, схильності та інтереси;
- особливості пізнавальних психічних процесів (Ф. Исмагилова) [60];
- самооцінка, самоствалення, уявлення про себе.

У складанні цього портрету та його порівняння із професіограмами, зокрема психограмами, цікавих для старшокласника професій допоможе фахівець з профорієнтації або професійний психолог. Варто також звернутися по допомогу і до людей, які добре знають старшокласника і мають досвід тривалого спостереження за ним: батьків, родичів, друзів, шкільних учителів. Зауважимо, що навіть якщо у дитини виявлені складності за певними професійно значущими якостями, але є дуже сильне бажання оволодіти певною професією, то ці складності можуть бути або компенсовані за рахунок інших, краще розвинутих, або скореговані у цілеспрямованій психологічній роботі та у процесі саморозвитку.

Самодослідження у супроводі фахівця сприяє і корекції самооцінки старшокласника та здійсненню ним відповідного професійного вибору.

«Треба» – доцільно розглядати з позиції сучасних потреб ринку праці, які варто досліджувати за такими пунктами:

- наявність та стійкість попиту на певну професію;
- рівні конкуренції фахівців цього профілю на ринку праці;
- можливості навчання та підвищення кваліфікації у різних освітніх закладах;
- особливості обраної професії (умови праці та оплати; позитивні і негативні сторони даної професійної діяльності) [28].

Зауважимо, що зазвичай, старшокласники, які мають намір зорієнтуватися в майбутній професії, несповна володіють такою інформацією [28].

Провівши таке дослідження, можна виявити, яка саме професія зі списку «Хочу» підходить найбільше.

Наголосимо на тому, що у процесі свого професійного самовизначення старшокласнику важливо звернутися за професійним психологічним супроводом, а рішення свій професійний вибір варто обговорити з батьками, друзями, іншими людьми, до яких є довіра.

Прийнявши рішення, старшокласник чи старшокласниця має добре зважити, у якому навчальному закладі він чи вона хоче одержати професійну освіту, як розвивати в собі професійно важливі якості, як можна отримати практичний досвід роботи з обраної спеціальності, як підвищити свою конкурентноздатність на ринку праці тощо [59].

Працюючи за вище викладеною схемою, варто особливу увагу звернути на самооцінку старшокласника. Наше дослідження виявило, що вона може суттєво впливати на професійне самовизначення. Вище наведені загальні рекомендації можуть бути використані зі старшокласниками з різною самооцінкою, разом з тим, варто враховувати деякі особливості старшокласників з різною самооцінкою під час їх професійного самовизначення

Зазначимо, що вище викладені загальні рекомендації можуть бути використані зі старшокласниками з різною самооцінкою, у першу чергу, з адекватною середньою і високою, а нижче ми пропонуємо добірку рекомендацій для старшокласників з неадекватною самооцінкою – заниженою і завищеною.

*Рекомендації щодо допомоги старшокласникам у їх професійному самовизначенні з урахуванням їх самооцінки*

*Старшокласники із заниженою самооцінкою.*

У цих дітей низький рівень домагань, вони не впевнені у своїх здібностях, знаннях, уміннях, навичках, їм складніше домагатися цілей та долати труднощі, відповідно, їх професійне самовизначення утруднене: вони можуть коливатися між кількома професіями, або вважати, що не впораються з тою професійною діяльністю, до якої насправді мають всі передумови, низький рівень домогань свідчить про обережність старшокласника, уникнення ризику, збереження досягнутого, відсутності впевненості в зайнятій позиції, пасивність, невпевненість у власних силах.

1. Відповідно, першою і однією з провідних рекомендацій, для старшокласників з заниженою самооцінкою є така: здійснювати процес професійного самовизначення у супроводі фахового психолога, який окрім професійної орієнтації, зможе надати дитині необхідну психологічну підтримку та сприятиме корекції самооцінки.

2. Друга рекомендацією, яка включає низку підпунктів і практичних завдань, – це проводити психологічну корекцію самооцінки, зокрема, з елементами професійного самовизначення:

– відслідковувати негативні думки та установки щодо себе і своєї бажаної професії («У мене нічого не вийде», «Я занадто лінивий/лінива, щоб чогось досягти», «З мене не вийде хорошого психолога» тощо) та за допомогою вольового зусилля зупиняти їх розвиток [60];

– переформулювати свої негативні думки та установки щодо себе на позитивні (наприклад, «У мене нічого не вийде» на «Я можу навчитися», «Я не зможу стати психологом» на «Я можу стати хорошим психологом») (адаптовано нами за [60]);

– написати список своїх бажань щодо майбутньої професій («чим хочу займатись», «якого професійного розвитку хочу досягти», «якого рівня заробітку бажаю» тощо) та написати для себе дозвіл на це (наприклад, «Я маю право на високу заробітну платню»);

– виписати риси, які не подобаються у собі та які, на припущення старшокласника чи старшокласниці, можуть зашкодити бажаній професійній діяльності; співвіднести їх із професіограмою омріяної професії (деякі «недоліки» можуть виявитись чеснотою для професії, наприклад, висока чутливість є основою для формування професійної емпатії психолога), а також подякувати кожній своїй рисі як такій, що робить людину унікальною (адаптовано нами за [60]);

– написати список «Я знаю, вмію, можу...», у який записувати свої знання, уміння і навички, при цьому пам'ятати, що знання, уміння і навички – це не досконале володіння чимось, а звичні речі: писати, читати, дихати, ходити, смажити яєшню, логічно міркувати тощо; цей список варто поповнювати регулярно [61]; зокрема доцільно поповнювати його тими знаннями, уміннями, навичками, які стосуються цікавої для старшокласника професії;

– створення професійного наміру на день: щоранку обирати і записувати певне прагнення, завдання, яке наближає до бажаної професії, наприклад, прочитати кілька сторінок книги з обраної спеціальності, написати допис на професійну тему для соціальної мережі, вивчити кілька професійних слів іноземною мовою тощо (адаптовано нами за [60]);

– завести щоденник успіхів, у який записувати лише свої успіхи і досягнення, при цьому важливо робити записи щодня і занотовувати щонайменші дрібниці [61], зокрема здійснені (навіть частково) визначені наміри на день (наприклад, був намір прочитати 10 сторінок з книги, а прочитано 5 – це все одно успіх).

Відповідно до даних нашого кореляційного аналізу, таким старшокласниками можна порекомендувати звернути увагу на технічні спеціальності.

*Старшокласники із завищеною самооцінкою.*

Рівень домагань таких дітей часто буває завищеним, неадекватним, оскільки неадекватним є загальне уявлення щодо себе; таким учням притаманна низька критичність до себе. Зауваження сприймаються як причіпка, невдачі ігноруються. Вважають, що знають все краще за інших і зневажливо ставляться до людей [62]. Вони рідко звертаються за психологічною допомогою, оскільки вважають, що в них усе добре, і проблеми в інших, а не в них. Разом з тим, такі учні впевнені у собі, довіряють собі, проявляють самостійність і незалежність, здатні ризикувати і ставити високі цілі. Тим не менше, старшокласники із завищеною самооцінкою також потребують допомоги у професійному самовизначенні, оскільки їх професійний вибір також може бути неадекватним реальним фізичним і психічним можливостями учня.

1. Подібно до роботи з дітьми, що мають занижену самооцінку, профорієнтаційну роботу з особами, що мають самооцінку завищену, варто здійснювати у супроводі фахового психолога. Бажано, щоб цей психолог мав досить високий статус і певну престижність для старшокласника, оскільки престиж важить багато для осіб із завищеною самооцінкою [62]. Такий психолог може також м'яко і ненав'язливо корегувати самооцінку старшокласника, використовуючи

2. Практичні рекомендації та короткі вправи для корекції завищеної самооцінки у процесі професійного самовизначення (адаптовано нами за [63; 64]:

– адекватно аналізувати свої професійно важливі риси, для чого варто проходити відповідні професійні психологічні тести та аналізувати їх результати разом з психологом;

– написати список своїх професійних цілей, визначити 1-2 високі, але досяжні цілі;

– порівнюючи себе з кимось, орієнтуватися на успішних і цілеспрямованих людей, які досягнули великого успіху в обраній професії і, що важливо, зберегли при цьому хороші стосунки з близькими;

- уникати робити поспішні висновки про інші, зокрема «непрестижні» професії, натомість почитати про них, поспілкуватись з їх представниками тощо;
- зменшити свою присутність у соціальних мережах та рідше робити селфі;
- переорієнтуватися з престижності професії на її соціальну цінність, реальні можливості для особистого і професійного саморозвитку та самореалізації;

- запропонувати старшокласнику написати 10 своїх якостей (знань, умінь, навичок), які є значущими для бажаної професії, та оцінити кожен з них за шкалою від 1 до 5 балів за ступенем її вираженості; після цього попросити друзів, рідних, знайомих зробити те ж саме – оцінити зазначені якості; порівняти отримані результати; велика відмінність у балах є приводом замислитися над тим, наскільки самооцінка адекватна;

- виокремити недоліки, які заважають вище зазначеним чеснотам стати ідеальними, наприклад: «я дотепний, але іноді буваю нетактовним»; «у мене чудова реакція, але іноді мої дії випереджають думку» [64];

- написати 10 своїх негативних якостей, подумати, як вони можуть заважати у бажаній професійній діяльності [64];

- назвати справу, з якою старшокласник може впоратися дуже добре, а потім спробувати назвати трьох своїх знайомих, однокласників, які змогли б впоратися з цією справою не гірше, або і краще за нього [64].

Відповідно до даних нашого кореляційного аналізу, старшокласниками із високою і завищеною самооцінкою можна поради звернути увагу на спеціальності, де є активна взаємодія з людьми, творчі спеціальності, особливо ті, де є можливість продемонструвати себе; їм також можуть бути цікаві природничі спеціальності.

Запропоновані нами рекомендації можуть бути використані, в першу чергу самими старшокласниками, що знаходяться процесі професійного самовизначення, а також психологами, які працюють зі старшокласниками у

напрямку їх профорієнтації, вчителями старших класів, батьками старшокласників.

### **Висновки до 2 розділу**

Проведене емпіричне дослідження за допомогою таких методик:

- 1) Методика діагностики професійної спрямованості (автор Б. Басс);
- 2) Диференціально- діагностичний опитувальник Є. Клімова (ДДО);
- 3) Методика діагностики самооцінки Дембо-Рубінштейна; 4) Діагностика загальної самооцінки (опитувальник Г. Казанцевої); 5) Експрес діагностика рівня самооцінки особистості. Вибірка становила 48 осіб.

Виявило наступні особливості досліджених старшокласників:

- переважна більшість наших досліджених, особливо дівчат, спрямовані на спілкування, хлопці більше спрямовані на справу;
- при цьому дівчата більше спрямовані і професії типу «людина–художній образ», а хлопці – на професії типу «людина–техніка»;
- рівень самооцінки переважно середній, але у дівчат виявлена схильність до завищених самооцінок, а в хлопців – до занижених;
- рівень домагань –високий і середній.

Проведений кореляційний аналіз виявив зв'язок між низькою самооцінкою та типами професій «людина–техніка»; між високою самооцінкою і вибором професій типу «людина–людина», «людина–художній образ», «людина–знак» та спрямованістю на себе і спілкування.

Таким чином, наша гіпотеза про те, що самооцінка є одним з визначальних чинників професійного самовизначення старшокласників, і її рівень впливає на професійний вибір і професійну спрямованість старшокласників, підтвердилась.

Відповідно до результатів теоретичного та емпіричного дослідження були розроблені практичні рекомендації старшокласникам щодо професійного самовизначення з урахуванням їх самооцінки. Ці рекомендації включили такі основні блоки: загальні рекомендації щодо допомоги старшокласникам у їх професійному самовизначенні, які підходять, у першу чергу, старшокласникам із середньою та адекватною високою самооцінкою; Рекомендації щодо допомоги старшокласникам у їх професійному самовизначенні з урахуванням їх самооцінки, куди були включені рекомендації окремо для учнів із заниженою і завищеною самооцінкою.

## ВИСНОВКИ

Проведене дослідження впливу самооцінки на професійне самовизначення старшокласників дає можливість зробити низку висновків.

Визначено, що професійне самовизначення старшокласників – це цілісний інтегративний процес, в якому затверджуються і реалізуються основні життєві цінності людини і конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного, соціального самовизначення. Воно передбачає неупереджену оцінку своїх особливостей та професіональних якостей, які необхідні для вибору майбутньої професії, що у старшому підлітковому і юнацькому віці зробити складно через відповідні психологічні особливості зазначених періодів онтогенезу, зокрема нестабільну і не завжди адекватну самооцінку та неузгодженість образу Я учнів.

Виявлено, що на професійне самовизначення старшокласників впливають зовнішні і внутрішні чинники. До внутрішніх чинників належать: здібності, схильності, темперамент, характер, образ Я, самооцінка.

Теоретично проаналізовано вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників. Виявлено, що на професійне самовизначення впливають рівень та адекватність самооцінки. І завищена, і занижена самооцінка не дає старшокласнику можливості адекватно співвіднести свої психологічні особливості із обраною професією.

Емпірично досліджено вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників.

Визначено гендерні відмінності у впливі самооцінки на професійне самовизначення старших підлітків, зокрема юнаки більше схильні до типу професій «людина–техніка», орієнтовані на справу, і їхня самооцінка має тенденцію до заниження; дівчата більше тяжіють до типу професії «людина–художній образ», спрямованості на спілкування, їхня самооцінка має тенденцію до завищення.

Доведено, що самооцінка є одним з визначальних чинників професійного самовизначення старшокласників: її рівень дійсно впливає на професійний вибір і професійну спрямованість досліджених.

Виявлено, що є зв'язок між низькою самооцінкою і вибором професій типу «людина–техніка»; між високою самооцінкою і вибором професій типу «людина–людина», «людина–художній образ», «людина–знак» та спрямованістю на себе і спілкування. Старшокласники із середньою самооцінкою є досить різноманітними у своїх виборах, хоча воліють до професій типу «людина-природа».

Розроблено рекомендації щодо психологічної допомоги старшокласникам у здійсненні ними професійного вибору з урахуванням їх самооцінки.

Показано, що одним з провідних чинників професійного самовизначення старшокласників є самооцінка, зокрема такі її характеристики, як адекватність і рівень.

Проведено емпіричне дослідження впливу самооцінки на професійне самовизначення старших підлітків, яке виявило, що переважна більшість наших досліджуваних мають рівень середній та високий рівень самооцінки.

Перспективи наших подальших досліджень убачаються у розширенні вибірки, дослідженні додаткових показників професійного самовизначення та їх зав'язків з іншими психологічними чинниками такими як, темперамент, здібності, характер тощо.

## СПИСОК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Професійне самовизначення старшокласників : Метод. посіб. / Д.О.Закатнов, О.В.Мельник, О.В.Осипов та ін.; Упоряд. Л. Шелестова. – К. : Шкільний світ: Вид. Л.Галіцина, 2006. – 127 с.
2. Lamote C., Engels N. The development of student teachers' professional identity // European Journal of Teacher Education. 2010. Т. 33, № 1. Р. 3–18. DOI: 10.1080/02619760903457735
3. Кон И.С. Психология юношеского возраста. Проблемы формирования личности : учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1979. 175 с.
4. Професійне самовизначення. Психологічні особливості вибору професії. URL: <http://um.co.ua/5/5-7/5-77745.html> (дата звернення: 07.12.2021).
5. Особливості прояву ціннісних орієнтацій підліткового та юнацького віку. URL: [https://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0b65635a2ad79a4d43a88521206d26\\_0.html](https://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0b65635a2ad79a4d43a88521206d26_0.html) (дата звернення: 15.09.2021).
6. Маркова А. К., Матис Т. А., Орлов А. Б. Примерная программа психологического изучения учителем мотивации учения школьников. Формирование мотивации учения: Книга для учителя. 1990. 103 с.
7. Онищенко Н.П. Девіантна поведінка школярів як психолого-педагогічна проблема. Вісник ЛНУ ім. І.Франка. Серія педагогічна. 2012. Вип. 16. С. 174-182
8. Еріксон Е. Ідентичність: юність і криза: Переклад, з англ. / Заг. ред. і предисл. Толстих А.В.М. : Прогрес, 1996.
9. Дубровіна І. В. Формування особистості старшокласника / І.В. Дубровіна. - М.: Педагогіка, 1989. - 169 с.
10. Розвиток психодіагностики у XIX- XX ст. URL: [https://pidru4niki.com/14170120/psihologiya/rozvitok\\_psihodiagnostiki\\_xix--xx](https://pidru4niki.com/14170120/psihologiya/rozvitok_psihodiagnostiki_xix--xx) (дата звернення: 07.12.2021).

11. Варбан Є. О. Особистісна рефлексія як ресурс психологічного подолання. Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди. Психологія. Х.: ХНПУ, 2010. Вип. 37. С. 41-51.
12. Лукина В.С. Исследование мотивации профессионального развития. Вопросы психологии, 2004. № 6. С. 11-15.
13. Богомаз С. Л. Самоанализ как условие профессионального самоопределения учащихся (на материале сельских школ БССР): дис. ... канд. психол. наук: спец.: 19.00.07. Минск: Минский пед. ин-т имени М. Горького, 1988. 170 с.
14. Дубровина И.В. Психологические аспекты формирования ценностных ориентаций учащихся. Ценностные ориентации и интересы школьников. М.: Изд. АПН, 1983. С. 14-21.
15. Кулаков Р. С. Особливості становлення самооцінки та рівня домагань старшокласників як психологічних детермінант їх професійного самовизначення. Київ, 2013. 20 с.
16. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции : феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М.: Наука, 1998. 192 с.
17. Варбан Є. О. Особистісна рефлексія як ресурс психологічного подолання. Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди. Психологія. Х.: ХНПУ, 2010. Вип. 37. С. 41-51.
18. Вітківська О. І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: дис. канд. психол. наук: 19. 00. 07 Київ. 2002. 24 с.
19. Ігнатович О. М. Психодіагностичне забезпечення профорієнтації в системі педагогічної освіти: монографія. Кіровоград, 2014. 228 с.

20. Становських З.Л. Рефлексія в структурі професійного самовизначення старшокласників. Педагогіка і психологія професійної освіти: результати досліджень і перспективи: Зб. наук. праць / За ред. І.А.Зязюна та Н.Г.Ничкало. К., 2003. с. 642-650
21. Клімова Н. Профільне навчання – шлях до майбутньої професії / Н. Клімова. // Директор школи, ліцею, гімназії. 2013. № 5. С. 36–44.
22. Гуцан Л. А., Морін О. Л. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу. Мадрид, 2016. 220 с.
23. Выготский Л. С. Педология подростка: проблемы возраста. 1983. с. 62-63.
24. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. – К.: Науковадумка, 1988. – 144 с.
25. Бушко Т. Психологічні аспекти відповідальності у контексті професійного самовизначення, професійної підготовки та професійної діяльності. Молодь і ринок. 2012. №5(88). С. 115–139.
26. Божович Л.І. Психологічні особливості особистості старшокласника// Комсомол в школі. – М., 1972. – 64 с
27. Арон І.С. Психологічна готовність до професійного самовизначення. // Вісник Київського державного університету ім. Н.А. Некрасова. – 2010. – № 1. с. 237
28. Мішле В.В. Професійне самовизначення сучасної російської молоді // Вісник Поволзької академії державної служби. – Саратов: 2008. – № 1
29. Еріксон Е. Ідентичність: юність і криза: Переклад, з англ. / Заг. ред. і предисл. Толстих А.В.М. : Прогрес, 1996.
30. Профорієнтація та вибір професії. URL: <https://kariera.in.ua> (дата звернення: 01.12.2021).
31. Кон И.С. Психология старшеклассника / И.С. Кон. – М., 1980. – 191 с.
32. Кудрявцев Т. В. Психолого-педагогические проблемы высшей школы / Т. В. Кудрявцев // Вопросы психологии. – 1981. – № 2. – С. 20–30

- 33.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.
- 34.Взаємозв'язок основних чинників професійного самовизначення особистості.URL:[https://studexpo.ru/94556/psihologiya/vzayemozvyazok\\_osnovnih\\_chinnikov\\_profesiynogo\\_samoviznachennya\\_osobistosti](https://studexpo.ru/94556/psihologiya/vzayemozvyazok_osnovnih_chinnikov_profesiynogo_samoviznachennya_osobistosti) (дата звернення: 28.11.2021).
- 35.Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособ. [для студ. вузов] / Е. А. Климов. Ростов на Дону: Феникс, 1996. 512 с
- 36.Андриенко О.А. К вопросу о профессиональном самоопределении старшеклассников с разным уровнем самооценки / О.А. Андриенко // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 1 (22). С. 16-18
- 37.Нестерова Л. В. Допрофільна підготовка технологічного напрямку в структурі профільного навчання / Наша школа. 2012. № 5. С. 38–41.
- 38.Шибутани Т. Я-концепция и чувство собственного достоинства. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара : Бахрах, 2003. 297 с.
- 39.Ананьев Б.Г. О проблеме современного человекознания. М.: Наука,1977. 380 с.
- 40.Погудина, І. Е. Становлення самооцінки в підлітковому віці як об'єкт психолого-педагогічного супроводу: стаття / І.Є. Погудина // Психолого-педагогічний супровід освітнього процесу: Теорія і практика. – регіональний збірник наукових праць. – 3 випуск: ел. ресурс. – [<http://www.egpu.ru/>]
- 41.Кон И.С. Психология старшеклассника : пособие для учителей / И.С.Кон. – М. :Просвещение, 1980. – 192 с

42. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание жизненного поля старшего подростка / М.Р. Гинзбург // Мир психологии и психология в мире. – 1995. – С. 21-28.
43. Гуменюк, О. Авторська програма курсу "Психологія Я-концепції" / О. Гуменюк // Психологія і суспільство. – 2004. – № 1. – С. 119-125.
44. Андрущенко Т. К. Изучение самооценки в учебной деятельности // Экспериментальные исследования по проблемам психологии : статьи / Т. К. Андрущенко – М. : Наука, 2003. – С. 47–62.48.
45. Онуфрієва Л.А. Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців соціономічних професій / Л.А. Онуфрієва // Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2016. – С. 396-412.
46. Дослідження спрямованості особистості (Б. Басса). URL: <https://studfile.net/preview/5043653/page:15/> (дата звернення: 10.09.2021).
47. Самоукина Н.В. Психология профессиональной деятельности. 2-е изд. - СПб.: Питер, 2004. - 224 с.152-154
48. Дослідження рівня самооцінки та рівня домагань(методика Демборубінштейна). URL:[http://psychologis.com.ua/metodika\\_diagnosticsamoocenki\\_demborubinshteyn\\_modifikaciya\\_prihozhan.htm](http://psychologis.com.ua/metodika_diagnosticsamoocenki_demborubinshteyn_modifikaciya_prihozhan.htm) (дата звернення: 10.09.2021).
49. Дослідження самооцінки підлітка (опитувальник Г. Н. Казанцевой). URL: [https://stud.com.ua/82694/psihologiya/doslidzhennya\\_samoocsinki\\_pidlitka\\_opituvalnik\\_gnkazantsevoy](https://stud.com.ua/82694/psihologiya/doslidzhennya_samoocsinki_pidlitka_opituvalnik_gnkazantsevoy) (дата звернення: 11.09.2021).
50. Тест-опитувальник «Визначення рівня самооцінки» С. В. Ковалёв. URL: <https://tues.ru/uk/test-po-psihologii-na-samoocenku-test-oprosnik-opredelenie/> (дата звернення: 11.09.2021).
51. Навички самоусвідомлення та самооцінки (короткий опис, приклади). URL: <http://lt.multycourse.com.ua/ua/page/22/80> дата звернення: 15.09.2021).

52. Як визначити, до якої професії у мене здібності. Покликання - це схильність, здатність до якої-небудь справи, заняття. Як знайти своє покликання: рекомендації, способи і особливості URL: <https://rt82.ru/uk/obuchenie/kak-opredelit-k-kakoi-professii-u-menya-sposobnosti-prizvanie-eto-sklonnost/> (дата звернення: 16.09.2021).
53. Крок до самовизначення. URL: [http://boyarkalider.kiev.sch.in.ua/psihologichna\\_sluzhba/krok\\_do\\_samoviznachennya/](http://boyarkalider.kiev.sch.in.ua/psihologichna_sluzhba/krok_do_samoviznachennya/) (дата звернення: 17.09.2021).
54. Сім кроків зваженого рішення. URL: <https://zhy.dcz.gov.ua/publikaciya/sim-krokov-zvazhenogo-rishennya> (дата звернення: 18.09.2021).
55. 7 вправ, які допоможуть підвищити самооцінку. URL: <https://rivne1.tv/news/107861-7-vprav-yaki-dopomozhut-pidvishchiti-samoocinku> (дата звернення: 19.09.2021).
56. Подкоритова Л. Щоденник як спосіб самоаналізу фахівця соціономічної сфери. Соціально-психологічні особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери в ситуаціях сьогодення: матеріали VIII всеукр. наук.- практ. конф. з міжнар. участю, м. Мелітополь, 18-20 травня 2018 р. Київ-Мелітополь, 2018. С. 19–21
57. Подкоритова Л. О. Психологічна корекція самооцінки. URL: [https://msn.khnu.km.ua/pluginfile.php/514876/mod\\_resource/content/1/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%B0%2011%20%D0%9F%D0%9A%20%D0%A1%D0%9E.pdf](https://msn.khnu.km.ua/pluginfile.php/514876/mod_resource/content/1/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%B0%2011%20%D0%9F%D0%9A%20%D0%A1%D0%9E.pdf) (дата звернення: 19.09.2021).
58. Завищена самооцінка: методи корекції та стратегії спілкування з такими людьми. URL: <https://mzosh19.org.ua/129092/zavyshennaya-samoocenka-metody-korrekcii-i-strategii-obsheniya-s-takimi-lyud-mi/> (дата звернення: 20.09.2021).
59. Поради учням при завищеній самооцінці. URL: <https://sites.google.com/site/krivoyrogkzsh106/poradi-ucnam-pri-zavisenij-samoocinci> (дата звернення: 21.09.2021).

60. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии. СПб.: ООО «Речь», 2002. 350 с.

## ДОДАТОК А