

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки
Кафедра загальної та соціальної психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ
СТАРШОКЛАСНИКІВ В СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ УКРАЇНСЬКОГО
СУСПІЛЬСТВА**

Кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
першого рівня ЗФН
спеціальності 053 Психологія
Мар'яни ГОЛОВКО

Науковий керівник:
завідувач кафедри теоретичної
психології, доктор
психологічних наук, професор
Зоряна КОВАЛЬЧУК

Рецензент
кандидат психологічних наук,
доцент
Олена ВАВРИНІВ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
«___» _____ 2025 р., протокол № ____
Завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор
_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів – 2025

АНОТАЦІЯ

Головко М.М. Психологічні умови професійного самовизначення старшокласників в сучасних реаліях українського суспільства

У даній праці розглядаються теоретичні та практичні аспекти професійного самовизначення учнів старших класів, зокрема в контексті профорієнтаційної роботи в школах. Аналізується комплексний підхід до розвитку готовності учнів до вибору професії, який включає мотиваційний, когнітивний та практичний компоненти. Визначаються основні етапи формування професійної готовності, а також роль педагогічних методів у коригуванні цього процесу. Особливу увагу приділено факультативному курсу «Твоя майбутня професія», як одному з ефективних інструментів активізації професійного самовизначення, що допомагає учням розвивати образ «Я», знайомитися з професіями та планувати свою кар'єру. Результати експерименту показують, що для більшості учнів характерний низький рівень готовності до професійного самовизначення, що вимагає активізації психологічних методів і профорієнтаційних заходів. Праця пропонує практичні рекомендації для підвищення ефективності профорієнтаційної роботи в школах через системний підхід до розвитку професійної готовності учнів.

Ключові слова: професійне самовизначення, старшокласники, психологічні умови, профорієнтаційні заходи, професійна готовність.

ABSTRACT

Golovko M.M. Psychological conditions of professional self-determination of high school students in the modern realities of Ukrainian society.

This work examines theoretical and practical aspects of professional self-determination of high school students, in particular in the context of career guidance work in schools. An integrated approach to the development of students' readiness to choose a profession is analyzed, which includes motivational, cognitive and practical components. The main stages of the formation of professional readiness are determined, as well as the role of pedagogical methods in adjusting this process. Special attention is paid to the optional course "Your Future Profession" as one of the effective tools for activating professional self-determination, which helps students develop an image of "I", get acquainted with professions and plan their career. The results of the experiment show that most students are characterized by a low level of readiness for professional self-determination, which requires the activation of psychological methods and career guidance measures. The work offers practical recommendations for increasing the effectiveness of career guidance work in schools through a systematic approach to the development of students' professional readiness.

Keywords: professional self-determination, high school students, psychological conditions, career guidance activities, professional readiness.

ЗМІСТ

Вступ	3
Розділ 1. Професійне самовизначення старшокласників як психологічна проблема в науковій літературі	10
1.1. Особистісне та професійне самовизначення через призму Я-концепції особистості	10
1.2. Психологічні умови професійного самовизначення в сучасній школі.....	18
Висновки до розділу 1	22
 Розділ 2. Експериментальне дослідження професійного самовизначення старшокласників в сучасних українських реаліях.....	24
2.1. Методи та форми активізації профорієнтаційної роботи зі старшокласниками	21
2.2. Обґрунтування, проведення та результати експерименту	37
Висновки до розділу 2.....	48
Висновки	50
Список використаної літератури.....	52
Додатки.....	

ВСТУП

У сучасних умовах українського суспільства питання професійного самовизначення старшокласників набуває особливої значущості. Динамічні зміни на ринку праці, нестабільна соціально-економічна ситуація, вплив військових подій, глобалізаційні процеси та цифровізація суттєво змінюють вимоги до професійної реалізації молоді. Старшокласники стикаються з необхідністю прийняття відповідальних рішень щодо вибору майбутньої професії в умовах невизначеності, що вимагає не лише розвиненої рефлексії, а й сформованої психологічної готовності до усвідомленого вибору.

Проблема професійного самовизначення тісно пов'язана з рівнем особистісної зрілості, самооцінки, мотиваційної сфери, стійкості до стресу та здатності приймати рішення. У сучасних реаліях важливим є формування адаптивних стратегій самовизначення, що враховують як індивідуальні особливості особистості, так і соціокультурні фактори. В умовах стрімкого розвитку технологій та змін у сфері освіти та праці зростає роль психологічного супроводу старшокласників, спрямованого на розвиток їхньої суб'єктності, саморегуляції та професійної ідентичності.

Отже, дослідження психологічних умов професійного самовизначення старшокласників в українських реаліях є актуальним як у науковому, так і в практичному аспекті. Воно сприятиме розробці ефективних психолого-педагогічних підходів для підтримки молоді у процесі вибору професійної траєкторії, що, у свою чергу, матиме позитивний вплив на майбутнє суспільства загалом.

Психологічним та організаційним аспектам підготовки молоді до вибору професійного шляху присвячено дослідження таких науковців, як Ю. Гільбух, П. Атутов, В. Мадзігон, О. Голомшток, Є. Павлютенко, В. Моляко, В. Симоненко, С. Чистякова, В. Синявський, М. Янцур, Б. Федоришин та інших.

Значний інтерес для аналізу та узагальнення цієї проблематики становлять зарубіжні дослідження у сфері професійного самовизначення,

профорієнтації та психології праці, зокрема роботи А. Маслоу, С. Фукуями, Д. Голланда та інших учених.

Зміни в соціально-економічному житті України, а також сучасні досягнення у психолого-педагогічній науці вимагають перегляду та оновлення підходів до проблеми професійного самовизначення школярів, зокрема пошуку ефективних методів і форм активізації цього процесу. Деякі підходи до вдосконалення профорієнтаційної роботи висвітлені у працях Г. Левченка, І. Михайлова, М. Пряжнікова, В. Синявського та інших дослідників. Однак питання педагогічних умов, що сприяють активізації професійного самовизначення учнів, залишається недостатньо розкритим у психолого-педагогічній літературі.

Оскільки ключовими складовими професійного самовизначення є знання учня про світ професій, усвідомлення власного «Я» та здатність порівнювати особистісні якості з вимогами професійної діяльності, профорієнтаційна робота повинна бути спрямована насамперед на розвиток самопізнання і навичок аналізу професій. Це питання стає ще більш актуальним у зв'язку із запровадженням профільного навчання в загальноосвітніх закладах, адже вибір профілю навчання часто визначає майбутній напрям професійного розвитку учня.

Актуальність проблематики професійного самовизначення старшокласників українських шкіл і обумовила вибір теми дослідження: «Психологічні умови професійного самовизначення старшокласників в сучасних реаліях українського суспільства».

Об'єктом дослідження є професійне самовизначення учнів середніх загальноосвітніх шкіл.

Предметом дослідження є психологічні умови професійного самовизначення старшокласників в сучасних реаліях українського суспільства.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити психологічні умови професійного самовизначення старшокласників в сучасних реаліях українського суспільства.

Реалізуюючи окреслену мету ми визначили наступні **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати проблему професійного самовизначення у психологічній літературі.
2. Виокремити психологічні умови, які дозволятимуть активізувати професійне самовизначення старшокласників.
3. Визначити критерії та показники ефективності реалізації психологічних умов професійного самовизначення старшокласників в сучасних реаліях українського суспільства.
4. Експериментально довести ефективність психологічних умов професійного самовизначення старшокласників.

Теоретико-методологічною основою нашого дослідження є:

1. Психологічні теорії особистісного розвитку та самовизначення

Теорія особистісного розвитку (Г. Костюка, С. Максименка, В. Роменця, Т. Титаренко, Л. Карамушки) – пояснює становлення особистості через діяльність, соціальні взаємодії та індивідуально-психологічні особливості розвитку; теорія професійного самовизначення (В. Крутецький, В. Моляко, Н. Чепелева, Г. Балл) – розглядає процес вибору професії як поетапний розвиток професійної ідентичності; концепція життєвого шляху і кар'єрного розвитку (Т.М. Титаренко, Л.М. Карамушка, Н.В. Чепелева, Г.О. Балл, С.Д. Максименко) розглядає професійний розвиток як поетапний процес, що включає формування життєвих стратегій, адаптацію до професійного середовища та самореалізацію особистості.

2. Соціально-психологічні підходи

- Теорія соціального навчання (А. Бандура) – пояснює, як спостереження за професійними моделями формує уявлення про кар'єрні перспективи; теорія гендерної соціалізації у виборі професії (О. Вознюк, Л. Дорошенко, О. Кікінежді, О. Говорун, Т. Левченко) аналізує вплив гендерних стереотипів на процес професійного самовизначення, підкреслюючи роль соціальних та культурних чинників у формуванні кар'єрних орієнтацій

особистості; концепція соціальної ситуації розвитку (Г. Балл, С. Максименко, Т. Титаренко, В. Моляко, Н. Чепелева) акцентує увагу на впливі суспільних змін і соціального середовища на процес самовизначення особистості, підкреслюючи роль соціальних взаємодій у формуванні ціннісних орієнтацій і професійних намірів.

3. Методи і підходи до вивчення професійного самовизначення

Методи психологічного тестування (діагностика професійних інтересів і схильностей – методики В.О. Моляко, Л.М. Карамушки, О.Ф. Бондарчук, К. Платонова, а також європейських учених Ф. Едера, Й. Штахеля, Ж. Піне) спрямовані на оцінку професійної мотивації, нахилів та здібностей особистості з метою оптимального вибору професійного шляху; методи спостереження та аналізу рефлексивних практик (дослідження формування професійної ідентичності через саморефлексію); методи соціологічного дослідження (анкетування, опитування щодо факторів впливу на вибір професії).

5. Врахування сучасних реалій українського суспільства

Вплив війни та соціально-економічних викликів на професійне самовизначення молоді; трансформація ринку праці та нові вимоги до професійної компетентності; розвиток дистанційної освіти, цифрових технологій та їхня роль у процесі професійного самовизначення.

Ці теоретико-методологічні засади дадуть змогу комплексно дослідити проблему та сформулювати ефективні психологічні умови для підтримки професійного самовизначення старшокласників.

Методи дослідження. Досягненню мети дослідження та вирішенню поставлених завдань сприяло застосування комплексу наукових методів. Зокрема, використано **теоретичні методи** (аналіз, синтез, узагальнення психолого-педагогічної літератури, порівняння, систематизація), що дозволили виявити, проаналізувати та узагальнити дослідницькі матеріали, а також сформулювати теоретичні підходи до розв'язання проблеми. **Емпіричні методи** включали діагностичні (анкетування, інтерв'ю, бесіди, тестування) та педагогічні спостереження, що сприяли дослідженню актуального стану

проблеми в освітній практиці та були задіяні в педагогічному експерименті.

Теоретична значущість роботи полягає у визначенні та науковому обґрунтуванні педагогічних умов активізації процесу професійного самовизначення старшокласників у навчально-виховному середовищі загальноосвітньої школи. Окрім того, у дослідженні розроблено критерії та показники оцінювання педагогічної ефективності цього процесу.

Практичне значення дослідження. Результати даного дослідження можуть бути використані у сфері освіти, психологічного консультування та професійної орієнтації молоді. Практичне значення роботи полягає в наступному:

1. Розробка рекомендацій для освітян та психологів. Дослідження дозволяє визначити ефективні методи підтримки старшокласників у процесі професійного самовизначення. Рекомендації можуть бути використані педагогами, кураторами профорієнтаційних програм, шкільними психологами для формування індивідуальних та групових програм супроводу.
2. Оптимізація профорієнтаційної роботи в школах. Отримані результати можуть бути застосовані для розробки профорієнтаційних заходів, тренінгів, психологічних тестувань, що сприятимуть усвідомленню учнями своїх професійних інтересів, здібностей і можливостей у контексті сучасного українського ринку праці.
3. Підвищення мотивації учнів до усвідомленого вибору професії. Використання психологічних механізмів самовизначення допоможе формуванню відповідального ставлення старшокласників до вибору майбутньої професії, що в перспективі може знизити рівень професійної невизначеності та невдоволеності серед молоді.
4. Сприяння соціальній адаптації випускників. Дослідження допоможе у створенні програм адаптації учнів до сучасних соціально-економічних умов, що дозволить їм успішніше інтегруватися в суспільство та

професійне середовище.

5. Практичне застосування в кар'єрному консультуванні. Отримані дані можуть бути використані в роботі центрів кар'єрного консультування, молодіжних громадських організацій та державних установ, що займаються проблемами зайнятості та професійного розвитку молоді.

Таким чином, дослідження має значний практичний потенціал для освітньої, соціальної та психологічної роботи з молоддю, спрямованої на формування усвідомленого професійного вибору старшокласників у сучасних умовах українського суспільства.

Структура кваліфікаційної роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів та загальних висновків, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ І

ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

1.1. Особистісне та професійне самовизначення через призму Я-концепції особистості

У психолого-педагогічній літературі професійне самовизначення особистості розглядається як один із аспектів її загального життєвого самовизначення. Вивчення цього питання у старшокласників ускладнюється тим, що поняття «самовизначення» використовується в наукових джерелах у широкому значенні. Його інтерпретація залежить від того, як різні автори розглядають психологічну суть індивідуального самовизначення, а також від акцентів, які роблять різні напрями психології та педагогіки. Такі терміни, як «життєве самовизначення», «соціальне самовизначення» та «професійне самовизначення», відображають різні аспекти психологічного розвитку молодшої людини.

Аналіз наукових праць, присвячених проблемам самовизначення молоді, свідчить, що багато дослідників пов'язують цей процес із такими феноменами, як «пошук себе», «відкриття Я», «усвідомлення власного Я». На думку вчених (Р. Бернс, І. Бех, М. Гінзбург, І. Кон, П. Шавір та ін.), формування образу «Я» (або Я-концепції) у юності є фундаментом для подальших процесів самовизначення.

Як наукове поняття, Я-концепція відносно недавно з'явилася в спеціальній літературі. Вона трактується як динамічна система уявлень особистості про саму себе, що включає усвідомлення власних фізичних, інтелектуальних та інших якостей, самооцінку, а також суб'єктивне сприйняття зовнішніх впливів. Один із провідних дослідників цієї теми, Р. Бернс, визначав Я-концепцію як сукупність уявлень людини про себе, пов'язаних із їхньою оцінкою.

Формування Я-концепції відбувається в процесі соціальної взаємодії, є обов'язковим та унікальним результатом психічного розвитку особистості. Водночас це відносно стійке, але здатне до змін і внутрішніх коливань психологічне утворення. Воно впливає на всі сфери життя людини – від дитинства до глибокої старості.

У багатьох психологічних концепціях Я-концепція займає ключове місце, проте й досі немає єдиного загальноприйнятого визначення цього поняття чи усталеної термінології. Деякі автори використовують певні терміни для позначення Я-концепції в цілому, тоді як інші застосовують їх лише для окремих її складових.

Уявлення людини про саму себе зазвичай здаються їй переконливими, незалежно від того, ґрунтуються вони на об'єктивних фактах чи суб'єктивних судженнях. Людина може сприймати як частину свого образу власне тіло, здібності, соціальні взаємозв'язки та інші особистісні характеристики.

Самооцінка відображає усвідомлене ставлення до власних якостей, можливостей, фізичних та духовних ресурсів. Вона є судженням про власну цінність, яке проявляється у специфічних установках особистості. Самооцінка тісно пов'язана з рівнем самоповаги, почуттям власної значущості та позитивним ставленням до свого «Я». Відповідно, занижена самооцінка призводить до неприйняття себе, самозаперечення та негативного ставлення до власної особистості.

Існує кілька основних чинників, що впливають на формування самооцінки, причому їхня значущість змінюється на різних етапах розвитку особистості. До таких чинників належать:

- оцінка з боку інших людей;
- вплив референтної групи;
- порівняння себе з оточуючими;
- співвіднесення реального та ідеального «Я»;
- аналіз власних досягнень.

Самооцінка відіграє ключову роль у процесі саморегуляції та управління

поведінкою. Без неї особистості складно або навіть неможливо визначити своє місце в житті. Об'єктивна самооцінка сприяє моральному задоволенню та підтриманню почуття власної гідності.

Таким чином, Я-концепція є сукупністю уявлень особистості про себе, що включає переконання, оцінки та поведінкові тенденції. Вона являє собою набір установок, спрямованих на саму себе, і є важливим компонентом самосвідомості. Я-концепція бере участь у процесах саморегуляції та самоорганізації, впливаючи на інтерпретацію життєвого досвіду та формування очікувань особистості.

У період ранньої юності відбувається поступова зміна співвідношення фізичних та морально-психологічних аспектів образу «Я». Молоді люди звикають до своєї зовнішності, формують відносно стабільне уявлення про власне тіло, приймають його та відповідно визначають пов'язаний із цим рівень домагань. Згодом на перший план виходять інші характеристики «Я» – інтелектуальні здібності, вольові та моральні якості, які впливають на успішність діяльності та взаємодію із зовнішнім світом.

Процес формування нового рівня самосвідомості в ранній юності відбувається у напрямках, окреслених Л. Виготським, і полягає в інтеграції образу самого себе, а також у переході від зовнішнього сприйняття себе до внутрішнього саморозуміння. У цей період змінюється погляд людини на себе: від «об'єктивістського» сприйняття себе «ззовні» до більш суб'єктивного, глибоко особистісного підходу «зсередини».

В. Сафін пояснював відмінність у сприйнятті себе молодшими та старшими підлітками так: молодший підліток прагне знайти відповідь на питання, наскільки він схожий на інших, тоді як старший більше цікавиться тим, як його сприймають оточуючі, чим він відрізняється від них і наскільки відповідає своєму ідеалу. В. Алексєєв також зазначав, що підліток є «особистістю для інших», а юнак – «особистістю для себе».

Перехід від підліткового до раннього юнацького віку супроводжується не лише зміною рівня самосвідомості, а й формуванням нового ставлення до себе.

Важливим аспектом цього процесу є зміна критеріїв самооцінки – вони трансформуються від зовнішніх факторів до внутрішніх, набуваючи якісно нового характеру порівняно з оцінкою інших людей. Перехід від окремих самооцінок до єдиного, узагальненого уявлення про себе сприяє формуванню самостійного ставлення до власної особистості, менш залежного від зовнішніх оцінок, ситуативних успіхів чи невдач.

Одним із показників розвитку Я-концепції є зміна рівня домагань під впливом досягнень чи невдач у різних видах діяльності. Рівень домагань визначається двома суперечливими тенденціями: з одного боку, прагненням підтримувати високу самооцінку, а з іншого – зниженням очікувань, щоб уникнути невдач і тим самим зберегти почуття власної гідності.

Як зазначав Б. Братусь, у підлітковому віці переважає прагнення будь-якими способами утримувати позитивне уявлення про себе, тоді як зріла особистість здатна розмежовувати ці тенденції. Доросла людина сприймає невдачу як окремий випадок, що не впливає на її загальну самооцінку.

Таким чином, у ранньому юнацькому віці відбувається формування стійкого уявлення про себе, що є основою Я-концепції. Саме на цьому етапі, який збігається з навчанням у старших класах, виникає важливе особистісне новоутворення, яке в психології позначається терміном «самовизначення».

Старшокласник стоїть на порозі дорослого життя, яке передбачає самостійний вибір професійного шляху. Він стикається з важливими завданнями соціального та особистісного самовизначення. У цей період виникають серйозні запитання: як знайти своє місце в житті, яку справу обрати відповідно до своїх здібностей, який сенс життя, як стати гідною людиною тощо.

Психологи, що досліджували процес формування особистості на цьому етапі розвитку, пов'язують перехід від підліткового до юнацького віку зі зміною внутрішньої позиції. Головним стає орієнтація на майбутнє, а вибір професії та життєвого шляху займає центральне місце у планах та інтересах старшокласників.

Особистісне самовизначення розглядається як ключове психологічне новоутворення ранньої юності, оскільки воно визначає нові обставини життя старшокласників та вимоги, що ставляться перед ними. Це багато в чому відображає соціальну ситуацію розвитку, в якій відбувається формування особистості в цей період.

Термін «самовизначення» у психолого-педагогічній літературі має широкий спектр значень. Його використовують у різних контекстах: особистісне, соціальне, життєве, професійне, моральне, сімейне, релігійне тощо. При цьому, навіть однакові терміни можуть мати різний зміст залежно від підходу дослідників.

На значенні особистісної активності у виборі професії наголошував Г. Костюк. Він підкреслював, що сам процес вибору професії включає всі інтелектуальні, моральні та особистісні якості людини. Усвідомлюючи суспільні потреби та власні можливості, особистість визначає свій життєвий шлях і професійну діяльність, у якій не тільки створює матеріальні чи духовні цінності, а й розвиває саму себе. Вибір професії є водночас виявом індивідуальних особливостей, мотивів і рівня розвитку людини, а також чинником її подальшого особистісного та творчого зростання.

Загальний підхід до самовизначення в суспільстві намагалися сформулювати В. Сафін і Г. Ніков. Вони вважають, що психологічний зміст самовизначення неможливо розглядати без урахування суб'єктивної сторони самосвідомості – усвідомлення свого «Я», що є внутрішнім чинником соціальної зрілості. Для авторів поняття «особистість, що самовизначається» є синонімом «соціально зрілої особистості». М. Розумний у своїй монографії «Виклики національного самовизначення» розглядає національне самовизначення як складний процес самоорганізації спільноти, що стала на шлях модернізації. Він підкреслює, що цей процес включає націоналізацію колективної свідомості, демократизацію політичного життя та інтеграцію в міжнародні зв'язки і комунікації. М. Равальський аналізує різні підходи до українського національного самовизначення, зокрема ліберально-національний

та комуністично-імперський, підкреслюючи їх вплив на формування суспільної свідомості та політичної культури.

З психологічної точки зору особистість, що визначилася, – це людина, яка усвідомлює свої цілі, життєві плани, ідеали, знає свої здібності, можливості, риси характеру, розуміє очікування суспільства й готова діяти в межах соціальних відносин. Таким чином, самовизначення – це відносно самостійний етап соціалізації, що передбачає усвідомлення сенсу життя, готовність до самостійної діяльності на основі співвіднесення власних бажань, здібностей та вимог суспільства.

В українській психології питаннями визначення меж і етапів самовизначення особистості займалися такі науковці: І. Євстаф'єва досліджувала основи самовизначення особистості, зокрема формування широкого спектра здібностей та інтересів, а також визначення кола стійких інтересів; І. Єременко вивчала критерії та показники самовизначення, акцентуючи увагу на самостійному визначенні, плануванні, організації та виконанні конкретних дій у повсякденній життєдіяльності. О. Кочетов аналізував принцип максимальної ефективності саморозвитку особистості, підкреслюючи прагнення людини до якнайшвидшого розвитку виявлених якостей, сил і здібностей. О. Васильєв аналізував процес професійного самовизначення особистості, підкреслюючи його залежність від особистісного та соціального розвитку майбутнього фахівця як суб'єкта соціальної дії. Роман Кулаков досліджував професійне самовизначення особистості, визначаючи критерії та показники його сформованості в ранній юності.

Ці дослідження сприяють глибшому розумінню процесу самовизначення та його етапів у розвитку особистості.

Дослідники також розглядають етапи самовизначення як відповідні віковим періодам, що виділяються на основі змін у провідній діяльності людини. Щодо чинників та умов самовизначення, автори вважають їх подібними до факторів соціалізації.

Різні автори висловлюють цікаві погляди на психологічні механізми

самовизначення, що становлять інтерес для нашого дослідження. Хоча А. Мудрик не дає чіткого визначення цього поняття, його аналіз механізмів самовизначення (ідентифікація – відособлення) заслуговує на увагу. Він зазначав, що формування образу «Я» відбувається не лише через імітацію та ідентифікацію, а й через персоніфікацію – процес відокремлення, у якому людина набуває унікальних, властивих лише їй рис.

На думку В. Сафіна і Г. Нікова, рушійною силою самовизначення є розв'язання суперечності між «хочу», «можу», «є» та «ти зобов'язаний», яка поступово трансформується у внутрішнє переконання «я зобов'язаний, інакше не можу». Вони наголошували, що поряд з ідентифікацією самооцінка є важливим механізмом самовизначення, без якого неможлива персоніфікація.

В Україні питання вікових аспектів самовизначення досліджували такі науковці: І. Бех вивчав роль професійного самовизначення у формуванні особистості, підкреслюючи його взаємозв'язок з іншими видами самовизначення та особливостями становлення особистості; О. Бондаренко, З. Карпенко, Г. Радчук та Т. Титаренко досліджували професійне самовизначення через призму розвитку суб'єктності, що впливає на формування ціннісно-смислової сфери майбутнього фахівця; Л. Співак та Д. Співак аналізували вікові особливості становлення самосвідомості у пізній юності, зосереджуючись на процесах самоідентичності та потребі в самовизначенні; В. Мачуський досліджував формування готовності старшокласників до професійного самовизначення у сфері технічної діяльності, акцентуючи увагу на вікових аспектах цього процесу; О. Тополь вивчала формування готовності старшокласників до вибору професій у сфері підприємницької діяльності, враховуючи вікові особливості учнів. Ці дослідження сприяють глибшому розумінню процесу самовизначення на різних етапах вікового розвитку та його впливу на формування особистості.

І. Дубровіна у своїх дослідженнях розглядала проблему самовизначення як центральний аспект розвитку особистості у ранньому юнацькому віці. Вона наголошувала, що ключовим психологічним новоутворенням цього періоду є не

саме самовизначення (чи то особистісне, професійне чи життєве), а готовність до нього.

Тема Я-концепції як важливого чинника професійного самовизначення знайшла відображення в роботах М. Гінзбурга, Є. Головахи, М. Пряжнікова, С. Чистякової, П. Шавіра та інших дослідників. Їхній аналіз свідчить про те, що професійне самовизначення є складним і багатограним процесом, тісно пов'язаним із загальним розвитком особистості.

Деякі автори схиляються до того, що професійне самовизначення більше пов'язане з особистісними аспектами розвитку, ніж із соціальними процесами. Так, наприклад, М. Гінзбург вважав, що професійне самовизначення є одним з головних елементів особистісного самовизначення випускників. Він розробив психологічну концепцію, яка пояснює місце професійного самовизначення в контексті особистісного через «двоплановість» цього процесу, яка охоплює змістовне і часові аспекти майбутнього. Лінія змістовного майбутнього визначає головний напрямок розвитку особистості, який передбачає сформований образ «Я» і реалізується через ідеальну мету.

Професійне самовизначення з точки зору життєвої перспективи досліджувалося Є. Головахою. Оскільки вибір професії більше пов'язаний з уявленням людини про майбутнє, ніж з її життєвим досвідом, він вивчав цілісну картину майбутнього в свідомості молоді, яка стоїть перед вибором професії. Ця картина має перспективний характер і включає життєві цінності, плани, орієнтири і мету, що стають важливими чинниками професійного самовизначення особистості. Перспектива майбутнього, що формується в свідомості старшокласника, суттєво впливає на процес професійного самовизначення, і залежить від рівня психічного і соціального розвитку особистості. Важливим показником професійної перспективи є зв'язок життєвих і професійних очікувань, ціннісних орієнтацій і життєвої мети з професійними планами, а також здатність пов'язати ці аспекти з актуальною життєвою ситуацією. За результатами досліджень Є. Головахи,

при підготовці старшокласників до вибору майбутньої професії, важливо зосереджувати увагу на суб'єктивних і особистісних факторах, таких як життєві орієнтації, уявлення про майбутнє, рівень психічного розвитку та емоційні особливості, оскільки вони відіграють ключову роль у професійному самовизначенні, порівняно з відповідністю здібностей і схильностей вимогам конкретної професії.

Зроблені висновки з вищезазначеного можуть бути такими:

1. Процес особистісного самовизначення як психологічний феномен починається на перехресті старшого підліткового та раннього юнацького віку.
2. Потреба в особистісному самовизначенні полягає в формуванні цілісної системи, що включає уявлення молодोї людини як про себе (Я-концепція), так і про навколишній світ.
3. Особистісне самовизначення є основою для самовизначення у старшому підлітковому та юнацькому віці, формуючи основу для розвитку інших типів самовизначення, включаючи професійне.
4. Я-концепція відіграє важливу роль у професійному самовизначенні старшокласників.

1.2. Психологічні умови професійного самовизначення в сучасній школі

Вибір майбутньої професії учнями можна трактувати як взаємодію двох систем: з одного боку, це сам учень, який є складною системою з властивими йому можливостями саморегулювання та реакцією на зовнішні фактори, а з іншого – суспільство, яке потребує відтворення робочої сили. При цьому, домінування тієї чи іншої системи на певному етапі розвитку суспільства (особистості або суспільства) значно впливає на теоретичні та практичні напрямки в сфері професійного самовизначення та орієнтації молоді.

Професійне самовизначення є одним із ключових аспектів розвитку особистості старшокласників. У сучасній школі воно формується під впливом різних психологічних, соціальних та освітніх чинників. Правильна організація цього процесу сприяє усвідомленому вибору професії, що відповідає

здібностям, інтересам і можливостям учня. Визначення психологічних умов, які забезпечують ефективне професійне самовизначення, допоможе підвищити якість профорієнтаційної роботи в закладах освіти.

Однією з головних умов професійного самовизначення є мотивація до вибору професії. Вона включає: внутрішню мотивацію (інтерес до певної діяльності, прагнення до самореалізації); зовнішню мотивацію (очікування батьків, соціальні стереотипи, матеріальні фактори); усвідомлення цінностей праці та її ролі в житті особистості.

Школа повинна сприяти розвитку внутрішньої мотивації учнів, залучаючи їх до різних видів діяльності та забезпечуючи підтримку з боку педагогів і психологів.

Для ефективного професійного самовизначення учень має усвідомлювати власні здібності, нахили, інтереси та риси характеру. Це можливо через: психологічне тестування; професійні консультації; використання методик оцінки особистісних рис і здібностей (наприклад, «Диференційно-діагностичний опитувальник» Клімова, методика Голланда тощо).

Розвиток самопізнання допомагає учням приймати більш обґрунтовані рішення щодо майбутньої професії.

Інформованість учнів про можливості професійного вибору є важливою складовою процесу самовизначення. Для цього необхідно ознайомлювати учнів з професіями через уроки профорієнтації; організовувати зустрічі із представниками різних професій; проводити екскурсії на підприємства, в університети та професійні коледжі; використовувати цифрові ресурси для профорієнтації (онлайн-тести, вебінари, професійні платформи).

Психологічна підтримка школярів є важливим фактором у виборі професії. Вона включає індивідуальні та групові консультації шкільного психолога, розвиток стресостійкості та впевненості в собі, роботу з батьками щодо зниження тиску на учнів у процесі вибору професії.

Соціальне середовище значно впливає на професійне самовизначення. Важливими чинниками впливу на вибір професії школярів є думка батьків і

їхній професійний досвід, вплив друзів і однолітків, приклад учителів і наставників.

Практичне ознайомлення з професіями сприяє більш усвідомленому вибору кар'єрного шляху. У школах необхідно організовувати професійні проби, включати практичні завдання, наближені до реальних умов праці, залучати учнів до волонтерської діяльності, стажувань і проєктної роботи.

Професійне самовизначення школярів – це складний і багатофакторний процес, що потребує створення сприятливих психологічних умов. Мотивація, самопізнання, інформованість, підтримка з боку психологів, батьків та вчителів, а також можливість практичного ознайомлення з професіями сприяють успішному професійному вибору. Завдання сучасної школи – забезпечити кожному учневі умови для усвідомленого вибору майбутнього кар'єрного шляху.

Позашкільні освітні установи відіграють важливу роль у професійному самовизначенні старшокласників, оскільки створюють додаткові можливості для розвитку їхніх здібностей, набуття практичного досвіду та усвідомлення майбутніх професійних орієнтирів. Їхній вплив можна розглянути за кількома основними напрямками:

1. Формування інтересів та здібностей

- Позашкільні гуртки, секції та творчі студії допомагають старшокласникам виявити власні нахили та здібності.
- Участь у наукових, технічних, мистецьких або спортивних гуртках сприяє усвідомленню, чи є інтерес до відповідної сфери, що може стати основою майбутнього професійного вибору.

2. Отримання практичних навичок

- Багато позашкільних закладів надають можливість практичного навчання: від роботи в лабораторіях до реалізації власних проєктів у бізнесі чи ІТ.
- Учні можуть отримати первинні навички роботи у професійній сфері, що дає їм конкурентну перевагу під час вступу до вишу або вибору

кар'єрного шляху.

3. Розвиток соціальних та комунікативних компетенцій

- Участь у дебатних клубах, молодіжних організаціях чи волонтерських рухах формує навички командної роботи, лідерства та відповідальності, що важливо для будь-якої професії.
- У старшокласників з'являється можливість налагодити корисні знайомства та контакти з фахівцями різних галузей.

4. Роль профорієнтаційних програм

- Деякі позашкільні установи реалізують профорієнтаційні проекти, які включають зустрічі з представниками різних професій, екскурсії на підприємства, майстер-класи.
- Це допомагає старшокласникам краще зрозуміти вимоги ринку праці та підготуватися до вибору професійного напрямку.

5. Стимулювання до самостійного вибору та саморозвитку

- Позашкільна освіта сприяє формуванню у старшокласників самостійності у прийнятті рішень та розвитку ініціативності.
- Вони навчаються планувати власний професійний шлях, критично оцінювати свої можливості та адаптуватися до змін.

Позашкільні освітні установи не лише розширюють можливості для особистісного розвитку, а й допомагають учням усвідомлено підійти до вибору професії. Завдяки інтерактивним формам навчання, практичному досвіду та комунікації з фахівцями старшокласники отримують цінні навички, які сприяють їхній професійній адаптації та підвищують шанси на успішне майбутнє.

Висновки до першого розділу

Оцінка теоретичних досліджень щодо підготовки учнів загальноосвітніх шкіл до професійного самовизначення, а також аналіз стану цієї роботи на практиці дозволяють сформулювати такі висновки.

Готовність старшокласників до професійного самовизначення є складним особистісним утворенням, характерним для цього вікового етапу. Вона має багатокomпонентну структуру, елементи якої можуть бути цілеспрямовано розвинені та в сукупності створюють передумови для усвідомленого вибору професійного шляху. Формування цієї готовності передбачає педагогічний вплив на мотиваційну, когнітивну та практичну складові, що дає змогу досягти визначеного рівня їх розвитку.

На сьогодні профорієнтаційна діяльність у школах здебільшого зосереджена в межах міжшкільних навчально-виробничих комбінатів, кількість яких за останнє десятиріччя суттєво зменшилася, та у процесі трудового навчання на уроках курсу «Основи вибору професії». Водночас спостерігається стійке згортання трудового навчання, а в більшості закладів, де воно ще збереглося, цей курс фактично не викладається. Нині вибір професії відбувається переважно під впливом неконтрольованих педагогічних чинників — батьків, однолітків, засобів масової інформації — що ґрунтуються на спотворених трудових ціннісних орієнтаціях. Крім того, підходи школи до формування образу «Я» у старшокласників не сприяють ефективному вирішенню профорієнтаційних завдань.

Сучасна ситуація з вибором професії для українських старшокласників значно ускладнилася через масовий виїзд молоді за кордон, зокрема з метою уникнення мобілізації. Цей процес має кілька важливих аспектів, що впливають на професійне самовизначення молодих людей. Виїзд за кордон у молодому віці нерідко відбувається без чіткого розуміння перспектив: старшокласники можуть не мати можливості продовжити навчання або легально працевлаштуватися у приймаючих країнах. Це призводить до ситуації, коли професійний вибір відкладається або робиться вимушено, без врахування здібностей, інтересів та реальних перспектив. Багато молодих людей, які виїхали за кордон, стикаються з обмеженим доступом до вищої освіти та професійного зростання, оскільки процес адаптації в іншій країні вимагає значних ресурсів: знання мови, підтвердження кваліфікацій, фінансової підтримки тощо. Це може призвести до роботи на низькокваліфікованих позиціях, що не відповідають їхнім здібностям та амбіціям.

РОЗДІЛ 2.

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ В СУЧАСНИХ УКРАЇНСЬКИХ РЕАЛІЯХ

2.1. Методи та форми активізації профорієнтаційної роботи зі старшокласниками

В умовах сучасних соціально-економічних змін в Україні перед психологічною наукою постало завдання розробки ефективних форм і методів активізації професійного самовизначення школярів. Раніше створені теоретичні та практичні підходи не завжди відповідають сучасним вимогам національної школи щодо підготовки випускників до вибору майбутньої професії.

Одним із способів подолання розбіжностей між традиційною підготовкою учнів до професійного вибору та сучасними реаліями є інтеграція у навчально-виховний процес новітніх педагогічних технологій, зокрема тих, що спрямовані на активізацію професійного самовизначення старшокласників.

Українські вчені, зокрема О. Дейнека, Л. Карамушка, В. Клименко та В. Синявський, розглядають професійне самовизначення не лише як підсумковий результат, а й як динамічний процес, що передбачає формування у школярів мотиваційної готовності, когнітивних орієнтирів та практичних навичок, необхідних для прийняття усвідомленого професійного вибору. Дослідники наголошують, що успішність цього процесу залежить від рівня сформованості у підлітків професійної спрямованості, адекватної самооцінки, розуміння власних здібностей і можливостей, а також від педагогічного супроводу.

Дослідження Л. Карамушки показують, що важливими факторами професійного самовизначення є:

- особистісні якості учня та його професійні схильності;
- вплив батьків і найближчого соціального оточення;
- інформаційна забезпеченість щодо можливих професій;
- відповідність професійного вибору життєвим цілям і самооцінці;

- суспільний запит на певні професії;
- можливість отримати необхідну освіту та реалізувати кар'єрні амбіції.

Відповідно до досліджень В. Клименка, формування професійного самовизначення потребує системного підходу, який передбачає як розвиток професійних інтересів через навчальні дисципліни, так і створення спеціальних програм психологічного супроводу. Однак аналіз сучасної практики свідчить, що більшість шкіл не мають достатньої кількості ресурсів для реалізації таких програм, а профорієнтаційна робота часто зводиться до поверхневого інформування.

Таким чином, хоча українські науковці пропонують ефективні підходи до розвитку професійного самовизначення, їх реалізація у школах залишається недостатньо розвиненою, що знижує можливість учнів ухвалювати усвідомлені рішення щодо свого професійного майбутнього.

Під час проведення експериментальної роботи за методикою українських учених, таких як Л. Карамушка, В. Клименко та О. Дейнека, ми враховували, що результатом розробки особистого професійного плану має бути:

- усвідомлення учнем необхідності професійної підготовки як основи для самовизначення та подальшої самореалізації в обраній сфері діяльності;
- загальна орієнтація у світі професій, що забезпечує макроінформаційну основу для професійного вибору;
- розуміння соціально-економічної ситуації в країні та її впливу на затребуваність певних професій;
- визначення довгострокової професійної мети та її узгодження з іншими аспектами особистого та професійного розвитку;
- формування конкретних етапів досягнення професійної мети через послідовний вибір освітніх і кар'єрних орієнтирів;
- наявність мікроінформаційної бази самовизначення, тобто знання про обрану професію, освітні можливості для її здобуття та перспективи працевлаштування;
- усвідомлення потенційних зовнішніх перешкод у процесі професійної

реалізації та способів їх подолання;

- аналіз особистих сильних і слабких сторін, що можуть впливати на реалізацію професійного вибору, розвиток навичок самопізнання та самокорекції;
- формування стратегії подолання власних недоліків і максимального використання сильних сторін для ефективної адаптації у професійному середовищі;
- розробка альтернативних варіантів кар'єрного шляху на випадок неможливості реалізації основного плану;
- перехід від теоретичного планування до практичної реалізації професійної перспективи з подальшою корекцією на основі зворотного зв'язку.

Такий підхід забезпечує комплексний розвиток професійної свідомості старшокласників, допомагаючи їм здійснити усвідомлений та реалістичний вибір професійного шляху.

З метою оцінки якості особистого професійного плану ми використали схему рівнів його побудови та реалізації (рис. 2.1).

Рівні реалізації способів побудови ОПП	1	2	3	4	5
Способи побудови ОПП					
IV					
III					
II					
I					

Рис. 2.1. Схема реалізації особистісної професійної перспективи.

За вертикальним критерієм узагальнення основних факторів вибору професії можна виокремити чотири способи формування особистого професійного плану:

I — відсутність здатності або бажання самостійно створювати

професійний план; II — формування плану на основі обмеженого набору факторів; III — складання плану з урахуванням більшості важливих чинників і їх узгодження, що призводить до вибору професії; IV — здатність коригувати правильний вибір у нових умовах.

По горизонталі, за критерієм активності учня як суб'єкта самовизначення, можна виділити п'ять рівнів реалізації особистого професійного плану:

1 — внутрішнє прийняття методу (згода), при цьому відсутні активні дії щодо його реалізації; 2 — схвалення методу, але без конструктивних дій для його впровадження; 3 — практичне застосування методу; 4 — здійснення особистого професійного вибору; 5 — успішне оволодіння обраною професією.

У ході експериментальної роботи ми використовували алгоритм формування особистого професійного плану, розроблений Є. Клімовим. Наступні кроки, на думку дослідника, повинні допомогти учню вибрати професію:

1. Перший етап ухвалення рішення полягає в упорядкуванні загальних знань про світ професій, включаючи розуміння вимог, що ставляться до особистості в різних професіях.

2. Другий етап передбачає створення ситуації вибору професії, де учень має визначити можливості та обмеження, пов'язані з особливостями його родинних обставин (позиція родини), впливом товаришів (позиція однолітків) і ставленням школи до професійного майбутнього учня. Важливо класифікувати ці можливості та обмеження за категоріями: ті, які не можна ігнорувати; ті, з якими краще рахуватися, аніж не враховувати; та ті, які можна залишити без уваги.

3. Також важливо врахувати можливості та обмеження, що виникають через особистісні характеристики учня. Це означає, що йому слід оцінити свої здібності, інтереси та рівень амбіцій.

4. Для кращого розуміння цих можливостей і обмежень можна використовувати карту професій, на якій по горизонталі представлені різні типи професій («людина — природа», «людина — техніка», «людина — людина»,

«людина - знакова система», «людина - художній образ»), а по вертикалі — навчальні заклади, що надають необхідну підготовку для кожного типу професії (див. таблицю 2.1).

Таблиця 2.1.

Карта світу професій					
Навчальні заклади	Типи професій (за знаряддям праці)				
	Л-П	Л-Т	Л-Л	Л-ЗС	Л-ХО
Школа, курси, виробництво	1	2	3	4	5
Професійно-технічні училища	6	7	8	9	10
Вищі навчальні заклади	11	12	13	14	15

Виявлення можливостей і обмежень, пов'язаних із вибором професії, передбачає виділення конкретних елементів таблиці. Навіть якщо рішення щодо професійного майбутнього ще не остаточне, це дозволяє зменшити невизначеність майбутнього вибору.

Для виявлення професійних схильностей можна скористатися диференційно-діагностичним опитувальником (ДДО). Крім цього інструменту, за останні роки було розроблено кілька інших методик, які також допомагають визначити професійні інтереси та схильності учнів (анкета інтересів, карта інтересів, методика Л. Йовайши, квадрат інтересів, “ОДАНІ - 2” тощо) [26; 212].

Застосування одночасно ДДО та згаданих тестових методик дозволяє більш точно визначити професійні інтереси та схильності учня. Це дає змогу не лише виявити схильність до професії на рівні її типу, а й точніше визначити конкретну галузь професійної діяльності та необхідний рівень кваліфікації. У будь-якому випадку, навіть якщо процедура лише частково обмежить область вибору професії, вона вже допоможе визначити пріоритети в одній з зон карти світу професій.

Наступним етапом є цілеспрямований збір учнем інформації про професії, що були вибрані на попередньому етапі. Основними джерелами можуть бути: а) розповіді вчителя про професії, пов'язані з навчальним предметом; б) бесіди з представниками професій, запрошеними до школи; в) дослідження учнів, які зібрали інформацію про професії своїх рідних або тих, що їх зацікавили; г) професіографічні екскурсії; д) відвідування ярмарків професій; є) література, статті та довідники про професії, матеріали ЗМІ; ж) особиста участь у найпростішій трудовій діяльності.

Для більш точного визначення професії учню слід сформулювати формулу найбільш підходящої для нього професії. Оскільки формула є загальним орієнтиром щодо предмета, цілей, інструментів і умов праці, вона вказує на певну галузь діяльності, а не конкретну професію. Таким чином, "особиста" формула може відповідати кільком спеціальностям, серед яких учень може вибрати одну, враховуючи ситуаційні обставини. Визначення формули професії означає уточнення не тільки типу, але й більш конкретних підрозділів професійної класифікації. Після цього учень може повернутися до тих професій, які раніше не привернули його увагу.

5. Перший крок на шляху освоєння обраної професії чи фаху вимагає певних зусиль навіть у разі бажання учня відразу після школи розпочати роботу. Незалежно від цього, йому все одно доведеться продовжувати навчання, принаймні на короткострокових курсах або безпосередньо на робочому місці.

Отже, вибір професії, особливо кваліфікованої, зазвичай супроводжується також вибором професійно-освітнього закладу та форми здобуття професії.

6. Повторне уточнення всіх аспектів, що характеризують особисті професійні плани. Оскільки важливим етапом у розробці особистого професійного плану є визначення формули професії, доцільно детальніше розглянути класифікацію професій за Є. Клімовим [29-35]. Згідно з першою ознакою — знаряддям праці — усі професії можна поділити на п'ять основних типів: людина - техніка (Т), людина - людина (Л), людина

- природа (П), людина - знакова система (З), людина - художній образ (Х).

У межах кожного типу професії класифікуються за цілями праці. Перший клас складають гностичні професії (Г), другий — перетворюючі (Пр), що пов'язані з активною зміною властивостей предметів праці, а останній клас — пошукові професії (По).

Кожен з класів професій далі поділяється залежно від знаряддя праці або засобів виробництва на відділи:

- використання ручних знарядь праці (Р);
- використання машин з ручним керуванням (М);
- використання автоматизованого та автоматичного обладнання (А);
- професії, де знаряддям праці є функціональні засоби людського організму (Ф).

Залежно від умов праці професії поділяються на чотири групи:

- робота в стандартних, побутових умовах (п);
- робота на відкритому повітрі (в);
- робота в незвичних умовах (н);
- робота з підвищеною моральною відповідальністю (м) [51].

При аналізі професії згідно з цією класифікацією необхідно визначити її основні характеристики: предмет праці, мета, знаряддя праці та умови праці, після чого записати формулу професії за допомогою умовних позначень. Наприклад, якщо розглянути професію токаря, то її можна класифікувати так: тип професії — «Людина - техніка» (Т), мета праці — перетворююча (Пр), знаряддя праці — машини з ручним керуванням (М), умови праці — побутові (п). Отже, формула професії виглядає як ТПрМп. Ця класифікація дозволяє визначити вимоги професії до людини.

В ході дослідно-експериментальної роботи ми також використовували карткові профконсультаційні методики, розроблені М. Пряжніковим [56; 57]. Однією з їхніх переваг є точність виявлення пошукових дій та можливість швидко організувати картки, що моделюють об'єкти, які учні обирають. Карткові методики можна поділити на дві основні групи: інформаційно-

пошукові системи та ігрові карткові технології. В індивідуальних інформаційно-пошукових системах учень складає з карток образи своїх профорієнтаційних проблем і визначає шляхи їх вирішення, а також вибирає найбільш привабливі професії. Основною перевагою карткових методик є можливість коригувати вибір у реальному часі, що відрізняє їх від традиційних бланкових тестів. Така корекція є важливим елементом роботи, оскільки профконсультант може стимулювати оптанта за допомогою спеціальних питань, підвищуючи рівень усвідомленості і самостійності його рішень.

Ігрові карткові методики моделюють основні етапи життя людини і її професіоналізації. Ключовим активізуючим елементом таких методик є організовані «суперечки» між оптантом і відповідями на картках, а також «призи» і покарання за перемогу. Під час таких суперечок учень зазвичай висловлює зв'язок між своїми ігровими можливостями та досягненнями гри.

Тим не менш, впровадження карткових профконсультаційних методик має свої організаційні труднощі. Однією з проблем є значні витрати часу, особливо при роботі з групами учнів (від 40 хвилин до 1,5-2 годин у індивідуальних процедурах і від 2 до 3,5 годин у групових іграх). Крім того, виникають труднощі при виготовленні наочних матеріалів для методик, що ускладнюється самостійним виготовленням профконсультаційних карток. Нарешті, педагогам може бути важко освоїти методику її проведення та тлумачення результатів.

Натомість, настільні карткові ігри, порівняно з більш складними картковими системами, дозволяють моделювати проблеми особистісного та професійного самовизначення в спрощеній формі. Це робить їх корисним інструментом для організації самостійної роботи учнів.

У профорієнтаційній грі «Або-Або» учасники рухають свої фішки по ігровому полю, виконуючи кроки, зазначені на клітинках, які стосуються вибору або відмови від різних аспектів професійного, життєвого та особистісного розвитку. В кінці гри, на основі вибраних карток, визначається, який стереотип професійного та життєвого розвитку вдалося реалізувати

кожному учаснику [62].

Використання карткових профконсультаційних ігор вимагає активної участі учасників у підготовці матеріалів. Наприклад, картки виготовляються самими гравцями (по 8-12 карток кожен), а результати гри фіксуються у спеціальних бланках, які також готуються учасниками. Таким чином, важливим етапом є не тільки сама гра, а й підготовка до неї, коли кожен учасник, складаючи свої картки, виступає як експерт. Під час такого процесу багато учнів виявляють ширший інтерес до оцінки і вибору.

Наступною групою профорієнтаційних методик є активізуючі опитувальники, що сприяють особистісному і професійному самовизначенню. Вони були створені для розширення інструментарію профорієнтаційної діагностики, оскільки деякі тестові методики та анкети не завжди сприймаються учнями позитивно.

Основною метою активізуючих опитувальників є не стільки збір інформації про учня, скільки стимулювання його роздумів щодо майбутніх перспектив у професійному та особистісному самовизначенні. Це підвищує усвідомленість і активність у процесі самоаналізу. У відмінність від традиційних тестів, які орієнтовані на психодіагностику, активізуючі опитувальники більше сприяють розвитку внутрішнього пошуку, переживань і вивчення різних життєвих орієнтацій. Таким чином, на наш погляд, важливіше не створення "об'єктивного" діагнозу, а формування готовності до роздумів про себе, своє життя і цілі.

Нижче представлена процедура роботи з опитувальником, розробленим М. Пряжніковим [61, 168-172]. Це відкритий опитувальник для оцінки і самооцінки перспектив професійного та особистісного розвитку старшокласників, що займає до 20 хвилин. Процес опитування виглядає так:

1. Учням надаються чисті аркуші паперу, на яких вони пишуть свої П.І.Б., клас, школу та дату.
2. Педагог дає інструкцію: «Я буду зачитувати питання, а ви повинні коротко відповідати і пояснювати свої відповіді. Позначаєте номери

питань і пишуть відповіді».

3. Педагог зачитує питання, учні відповідають.
4. Перед збором аркушів педагог пропонує учням оцінити якість своїх відповідей за умовною 5-бальною шкалою.
5. Далі педагог читає приклади відповідей інших учнів або підготовлені зразки, і разом з учнями оцінює їх.
6. Учні ставлять оцінки своїм відповідям на 5-бальній шкалі.
7. Аркуші з відповідями збираються і аналізуються.

Результати опитування можна оцінювати за різними методиками. Наприклад, педагог може виставити оцінки за 5-бальною шкалою, порівнявши їх із самооцінками учнів. Також оцінку можна здійснити на основі обчислення середнього балу для кожної відповіді в класі (для кожної позиції професійного самовизначення), що допомагає вчителю більш обґрунтовано планувати свою роботу, враховуючи, де в учнів виникають труднощі (низькі середні бали), а де таких проблем менше (вищі бали). Це дає змогу порівняти середні бали класу на початку і в кінці профорієнтаційного курсу, визначити, які аспекти професійного самовизначення покращилися, а які залишилися без змін. Отже, результати опитування можуть слугувати одним із інструментів оцінки ефективності профорієнтаційної роботи.

Серед методів активізації профорієнтаційної роботи важливе місце займають професіографічні дослідження [16; 50], оскільки вони базуються на здебільшого самостійній пошуковій діяльності учнів. Такі дослідження передбачають, що учні самостійно збирають інформацію про конкретні професії з метою створення їх профорієнтаційного портрету. Зібрана учнями інформація є не лише перспективною, але й розвиваючою, вона стимулює мислення, спрямовує учнів на аналіз різних видів професійної діяльності та допомагає їм самостійно визначати й вирішувати профорієнтаційні завдання. Однак це не означає, що вчитель не має брати участь у підготовці та проведенні таких досліджень. Організуючи професіографічні дослідження, ми дотримувалися алгоритму, запропонованого О. Ткаченко.

Методика підготовки та проведення професіографічного дослідження складається з кількох взаємопов'язаних етапів: початкове ознайомлення вчителя з професією, яка підлягає вивченню; складання списку питань, які мають бути досліджені учнями; підготовка вступної бесіди перед дослідженням; формування дослідницьких груп у класі; організація та контроль дослідження; представлення та обговорення результатів.

Попереднє ознайомлення вчителя з професією не вимагає глибокого спеціалізованого вивчення. Його завдання полягає в тому, щоб отримати загальну інформацію, що дозволяє правильно сформулювати запитання для учнів і підготувати вступну бесіду. Ознайомившись з різними видами професійної діяльності, вчитель розробляє питання для кожної дослідницької групи. Важливо, щоб питання були чітко і однозначно сформульовані, оскільки це безпосередньо впливає на ефективність роботи. Невірно сформульовані питання можуть призвести до зниження зацікавленості учнів, тоді як правильно підібрані запитання, глибокі за змістом, викликають у них бажання знайти на них відповіді.

Наступним етапом перед проведенням професіографічного дослідження є підготовка вступного слова вчителя, яке грає важливу роль у формуванні настановних позицій учнів перед початком дослідження. Вступне слово має створити ситуацію, що спонукає учнів до самостійного пошуку рішень, не надаючи їм готових відповідей на питання. Вчитель надає лише загальні відомості про професійну сферу, до якої належить обрана професія, її роль в економіці та інші аспекти. Такий підхід сприяє розвитку інтересу учнів до професії і підготовці їх до самостійного проведення дослідження, як показує досвід [71].

При розподілі класу на групи важливо враховувати професійні інтереси учнів. Після цього вчитель детально пояснює завдання для кожної групи і надає можливість школярам задати уточнюючі питання.

Завершення професіографічного дослідження може проходити в різних формах, але головною його метою є допомогти учням освоїти аналіз професій

та сприяти формуванню готовності до професійного самовизначення [34]. Під час узагальнення відповідей учнів вчитель акцентує увагу на питаннях професійної придатності, що включає самооцінку учнями своїх можливостей для включення в певну професійну діяльність. Зокрема, акцентуючи увагу на психологічних вимогах професії, вчитель стимулює учнів до оцінки своїх професійно важливих психологічних якостей. Це дозволяє старшокласникам глибше пізнати себе, сприяє розвитку свідомого і активного ставлення до праці. В результаті професіографічне дослідження не здається абстрактним, а набуває реального життєвого значення [32].

Вищезгадані методи активізації професійного самовизначення учнів вимагали вирішення низки організаційних проблем для їх впровадження в навчально-виховний процес. Як було зазначено раніше, в школі відсутні спеціальні структури, що координують профорієнтаційну роботу з учнями. Тому було запропоновано факультативний курс, який став організаційно-предметним середовищем для проведення профорієнтаційної роботи. Це дозволило інтегрувати методи активізації професійного самовизначення старшокласників у загальний навчально-виховний процес.

В ході викладання курсу використовувалась комбінація психологічних методик, які, з одного боку, допомагали досліджувати та аналізувати індивідуальні психологічні якості учнів, а з іншого – сприяли їх психологічному розвитку.

У ході викладання курсу застосовувалися різноманітні форми і методи організації навчального процесу, зокрема: комбіновані уроки, «круглі столи», індивідуальні та групові бесіди, семінари, професіографічні практикуми, диспути, конкурси, створення і розв'язання профорієнтаційних кросвордів тощо.

Вивчення курсу передбачало активну участь учнів у підготовці та проведенні занять, зокрема уроки та домашні завдання були насичені вправами для самостійної роботи.

Знайомлячись з методами самопізнання та самоаналізу, учні співвідносили свої схильності та здібності з вимогами професій, формуючи плани для реалізації своїх кар'єрних прагнень.

Для розвитку пізнавальних інтересів та розширення професійного кругозору була запланована самостійна позаурочна діяльність: робота з літературою, підготовка рефератів, аналіз змісту праці різних професій, виконання індивідуальних творчих завдань, проведення професіографічних досліджень тощо.

Основною метою впровадження цього факультативного курсу було активізувати процес професійного самовизначення учнів шляхом організації їх навчальної діяльності, яка спрямована на здобуття знань про себе (формування образу «Я») та про світ професійної праці.

До основних завдань курсу належали:

- Підвищення психологічної компетентності учнів через надання їм знань і навичок, розширення їхнього самосприйняття, розвиток потреби у самовдосконаленні.
- Формування у школярів позитивного ставлення до себе, усвідомлення власної індивідуальності, впевненість у своїх силах щодо реалізації кар'єрних прагнень.
- Ознайомлення старшокласників з особливостями професійної діяльності та новими формами організації праці в умовах ринкових відносин і кадрової конкуренції.

2.2. Методика, організація здійснення та основні результати педагогічного експерименту

Для перевірки ефективності педагогічних умов, що були теоретично обґрунтовані для активізації процесу професійного самовизначення учнів старших класів загальноосвітніх шкіл, нами було організовано та проведено формуючий етап педагогічного експерименту.

Основні завдання формуючого експерименту включали:

- визначення впливу кожного з експериментальних факторів та їх сукупності на формування у учнів готовності до вибору професії;
- виявлення педагогічно доцільних умов і методів для формування цієї готовності та оцінка їх ефективності;
- порівняння впливу запропонованих факторів на підвищення рівня готовності старшокласників до вибору професії.

Ми переконані, що при оцінці ефективності профорієнтаційної роботи важливо акцентувати увагу не стільки на кінцевому результаті, тобто виборі професії, який може бути ситуативним або необґрунтованим, скільки на формуванні готовності до цього вибору, тобто готовності до професійного самовизначення. Відповідно, мету підготовки старшокласників до професійного самовизначення можна уточнити як поступове формування у школярів внутрішньої готовності до свідомого, самостійного планування, коригування та реалізації власного розвитку (професійного, життєвого, особистісного). Інакше кажучи, це готовність сприймати себе як індивідуальність, що розвивається в рамках певного часу, простору та змісту. Формування цієї готовності можна розглядати як головний результат профорієнтаційної роботи в школі.

Задля досягнення такої мети, суть профконсультаційної роботи полягає в допомозі учням знайти особистісно значущі аспекти в обраному виді трудової діяльності та в самому процесі професійного самовизначення, що дозволить їм стати активними суб'єктами свого вибору. Одним з основних завдань нашого експерименту було підвищення актуальності питання вибору професії серед учнів експериментальної групи. Результатом педагогічного експерименту ми очікували підвищення ефективності профорієнтаційної роботи та збільшення числа старшокласників з високим і середнім рівнями сформованості готовності до професійного самовизначення.

Для оцінки ефективності запропонованих методів активізації професійного самовизначення старшокласників ми досліджували зміни критеріїв готовності учнів до прийняття рішення щодо вибору майбутньої професії. Формування готовності до вибору професії ми розглядали як процес розвитку особистісних якостей, мотиваційних установок, знань, вмінь і навичок, що дають можливість учням свідомо і обґрунтовано вибрати професійну діяльність.

Основою підготовки старшокласників до свідомого вибору майбутньої професії стало положення С. Фукуями, яке передбачає, що для успішного здійснення цього вибору учень має, по-перше, володіти знаннями про сучасний світ професій, по-друге, бути здатним до адекватної самооцінки своїх індивідуальних характеристик (образ “Я”), і по-третє, мати вміння порівнювати вимоги професії з власними інтересами, схильностями, здібностями та іншими особистісними якостями. Для реалізації цих завдань для учнів експериментальних класів був розроблений та прочитаний факультативний курс “Твоя майбутня професія”.

При створенні цього курсу ми виходили з того, що його впровадження дозволить створити організаційні умови для реалізації педагогічних аспектів профорієнтаційної роботи зі старшокласниками. Перший розділ курсу, “Професія та кар’єра”, спрямований на ознайомлення учнів з світом професійної праці. Результати констатуючого етапу педагогічного експерименту показали, що більшість учнів не мають чіткого уявлення про сучасні професії, плутають поняття “професія” та “спеціальність”, а також не знайомі з класифікацією професій.

Другий розділ курсу, який був апробований у процесі формуючого експерименту, називається “Самопізнання” і має на меті допомогти учням сформувати чітке уявлення про своє “Я”. Це досягається через ознайомлення учнів з основними психологічними характеристиками людини та проведення профконсультаційних досліджень.

Аналіз змісту загальноосвітньої програми показав, що жоден із предметів, що входять до державного компоненту освіти, не надає учням знань про психологічні особливості людини. Однак, для формування готовності до професійного самовизначення важливо, щоб учні мали систематизовані та об’єктивні знання про власні особистісні особливості. Шкільні психологи, чиї завдання включають вивчення індивідуальних особливостей учнів, зазвичай працюють вибірково, оскільки не можуть охопити всієї учнівської аудиторії, яка складається з кількох сотень дітей. У цьому контексті залучення до викладання курсу “Твоя майбутня професія” шкільних психологів або методистів профорієнтаційної роботи з міжшкільних навчально-виробничих комбінатів, що мають методики дослідження особливостей особистості старшокласників, дозволить ефективно вирішити цю проблему.

Наприкінці 80-х та на початку 90-х років XX століття в рамках вирішення проблем, пов'язаних з інтеграцією розділу «Основи вибору професії» до програми трудового навчання в старшій школі, було проведено кілька досліджень (О. Губенко, М. Ільюк, О. Мельник, Є. Пехота, О. Проціцька, М. Тименко та інші) щодо змісту та методики пропедевтичного формування основ психологічних знань у старшокласників. Результати цих досліджень, зокрема методика самопізнання школярами, стали основою для нашого формуючого експерименту під час викладання розділу “Самопізнання” в програмі факультативного курсу “Твоя майбутня професія”. Особливу увагу заслуговують роботи О. Проціцької та Г. Резапкіної, у яких, окрім методики формування основ психологічних знань та самопізнання, надано практичні рекомендації для розвитку різних особистісних якостей учнів, таких як увага, пам'ять та інші.

В процесі викладання розділу “Самопізнання” учні не лише набували знань про свої інтереси, схильності, темперамент, характер, пам'ять тощо, але й досліджували рівень та особливості їх розвитку. Для цього використовувалися як традиційні паперові методики, так і їх комп'ютеризовані версії. Важливо зазначити, що питання використання інформаційних технологій у профорієнтаційній роботі були досліджені О. Войскунським, Б. Коциком, В. Рубцовим, О. Тихоміровим, Н. Шевченко та іншими. На сьогодні існують програмні продукти, що дозволяють здійснювати дослідження психологічних особливостей учнів, використовуючи апробовані профконсультаційні методики, що враховують вікові характеристики опитуваних.

Застосування персональних комп'ютерів у профорієнтаційній роботі має кілька переваг порівняно з традиційними паперовими методами: стандартизоване подання завдань, точність та однозначність фіксації відповідей учнів, зменшення рутинної роботи профконсультанта з обробки анкет, фіксація додаткової інформації, швидка обробка результатів, збереження конфіденційності результатів автоматизованого обстеження та інші. Крім того, учні більш схильні довіряти «об'єктивності» комп'ютерних систем і рідше сумніваються в точності результатів опитувань або їх обробки.

Одним із методів формування образу “Я” у учнів були завдання, що стимулювали їх до самопізнання та самоаналізу. Серед таких завдань — твори-роздуми, наприклад, “Коли мені виповниться тридцять років” або “Тиждень у моєму житті”. Наприклад, під час виконання завдання “Тиждень у моєму житті” учням пропонувалося протягом тижня аналізувати структуру їх робочих та вихідних днів, заповнюючи відповідну таблицю.

Для стимулювання самопізнання активно використовувалися профорієнтаційні ігри та опитувальники, що були орієнтовані на професійний вибір і допомагали співвідносити особисті якості учнів із вимогами, які професія ставить до людини. Наприклад, у грі “Хто є хто?” основною метою було зіставлення учнями своїх рис характеру з різними професіями за допомогою думок однокласників. Гра “Зоряний час” допомагала учням осмислити основні особистісні сенси професійної діяльності та порівняти їх із власним уявленням про щастя. Методика “За та проти” сприяла активізації роздумів старшокласників про мотиви вибору професії та сприяла усвідомленню їх професійних переваг.

Ознайомлення учнів з особливостями їх особистості також включало підготовку до детального опису професій, зокрема психологічних характеристик цих професій.

Для оцінки ефективності запропонованих експериментальних факторів на рівень готовності учнів контрольної та експериментальних груп до

професійного самовизначення був проведений компонентний аналіз структурних елементів цієї готовності.

Мотиваційний компонент готовності до професійного самовизначення відображає ставлення учнів до вибору професії. Основними показниками цього компонента є професійні інтереси, наміри та мотиви вибору професії. Для вивчення провідних мотивів вибору професії нами була використана методика Є. Павлютенкова. Ця методика дозволяє класифікувати мотиви на 9 груп: соціальні, моральні, естетичні, творчі, матеріальні, престижні, утилітарні, пізнавальні та ті, що пов'язані із змістом праці. Порівняння результатів дослідження мотивів вибору професії на початку та в кінці формуючого етапу експерименту показало, що під впливом експериментальних факторів ці мотиви зазнали змін (див. Таблиця 2.2.).

Таблиця 2.2

Ранжування мотивів вибору професій старшокласників

Група мотивів	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Соціальні	VII	VII	VIII	VII
Моральні	VIII	VIII	VII	VIII
Естетичні	IX	IX	IX	IX
Пізнавальні	IV	IV	VI	III
Творчі	VI	VI	V	VI
Матеріальні	I	I	I	I
Престижні	II	II	II	V
Утилітарні	III	III	III	II
Пов'язані із змістом праці	V	V	IV	IV

Результати нашого дослідження вказують на те, що на початку експерименту рангова структура мотивів вибору професії була переважно зосереджена на престижних, матеріальних та утилітарних мотивах. Таке ж ранжування збереглося в контрольній групі і по завершенню експерименту.

Водночас, в експериментальній групі спостерігалось підвищення значення пізнавальних мотивів, а також мотивів, пов'язаних із змістом праці. Проте ми відзначаємо негативний аспект — відсутність суттєвих позитивних змін у рангових місцях соціальних та моральних мотивів вибору професії серед учнів експериментальної групи.

Для стандартизації результатів покомпонентного аналізу готовності до професійного самовизначення була сформована ідеальна гіпотетична ієрархія мотивів вибору професії, до якої увійшли: мотиви, пов'язані зі змістом праці, творчі, пізнавальні, соціальні, моральні, матеріальні, утилітарні та престижні. Порівняння реальних результатів експерименту з цією ієрархією дозволило визначити рівень вираженості мотивів вибору професії серед учнів (Таблиця 2.3).

Таблиця 2.3.

Рівні прояву мотивів вибору професії

Рівень	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	2,8	3,1	5,1	7,9
Середній	35,4	36,7	39,2	44,1
Низький	61,8	60,2	55,7	48,0

Розвиток професійних інтересів учнів, які брали участь в експерименті, оцінювався за допомогою методики “ОДАНІ-2”. Ця методика є однією з варіацій анкети інтересів, яка враховує зміни в структурі професій, зумовлені розвитком ринкової економіки в Україні. Вона дає можливість виявити та класифікувати інтереси учнів до сімнадцяти напрямків пізнавальної та практичної діяльності людини за ступенем їх розвитку. Спеціально підібрані питання для кожної групи професій і порядок їх подачі в анкеті дозволяють детально аналізувати інтереси учнів за якісними характеристиками.

Згідно з цією методикою, інтереси до певних напрямів діяльності можна розділити на три рівні: низький — коли відсутній інтерес або є лише загальне бажання дізнатися більше про дану професійну групу; середній — коли учні намагаються активніше здобувати знання (активний інтерес або інтерес до професії); та високий — коли учні активно займаються відповідною діяльністю (професійний інтерес). Перевагою методики “ОДАНІ-2” є здатність оцінювати як інтенсивність, так і широту інтересів учнів.

Необхідно зазначити, що наявність високого рівня інтересу до кількох напрямків професійної діяльності може трактуватись неоднозначно. Деякі дослідники вважають, що це може розпорошувати зусилля, спрямовані на освоєння конкретної професії. Однак ми вважаємо, що розширення діапазону професій, до яких учень виявляє активний або професійний інтерес, може свідчити про наявність у нього резервних професійних намірів, що є важливим показником для формування його повноцінного професійного плану.

Результати дослідження рівнів розвитку професійних інтересів учнів наведені у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

**Рівні сформованості професійних зацікавленостей старшокласників
(у %)**

Рівень	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	11,2	10,8	18,2	28,6
Середній	32,1	31,8	40,1	58,9
Низький	56,7	57,4	31,7	12,5

Результати дослідження щодо здібностей старшокласників до самоаналізу показано у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Рівні сформованості у старшокласників здібності до самоаналізу (у %)

Рівень	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	5,4	6,1	8,1	19,2
Середній	18,3	19,8	21,4	51,1
Низький	76,3	74,1	70,5	29,7

Під час вивчення самооцінки ми зосереджувалися на таких її аспектах, як наявність у учня бажання зрозуміти психологічні особливості власної особистості, ступінь адекватності його самооцінки в контексті психологічних та професіографічних знань і навичок, а також наявність прагнення розвивати ці знання. Високий рівень самооцінки ми визначали через наявність активного бажання та конкретних кроків у самопізнанні, а також адекватну самооцінку здатності до самоаналізу та професіографічного аналізу. Середній рівень виявлявся через бажання до самопізнання, з відносно адекватною самооцінкою (злегка заниженою або завищеною) здатності до самоаналізу і професіографічного аналізу. Низький рівень характеризувався відсутністю бажання вивчати особливості своєї особистості, а також неадекватною (значно

заниженою або завищеною) самооцінкою здатності до самоаналізу та аналізу професійної діяльності.

Оцінка рівня самооцінки школярів здійснювалася через такі показники: оцінка педагогом бажання учня до самопізнання, його активність у практичних діях, спрямованих на розширення когнітивної бази для професійного самовизначення, а також різниця між реальним рівнем здатності до самоаналізу та аналізу професій і самооцінкою цих здібностей учнями. Результати дослідження рівнів самооцінки учнів подано в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

Рівень самооцінки старшокласників (у %)

Рівень	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	9,8	9,1	13,0	21,6
Середній	32,6	34,2	41,5	56,1
Низький	57,6	56,7	45,5	22,3

Результати дослідження показників когнітивного компонента готовності старшокласників до професійного самовизначення вказують на позитивні зміни як в експериментальній, так і контрольній групах. Особливо варто відзначити позитивні зміни у таких аспектах, як здатність до самоаналізу та глибина професіографічних знань у учнів експериментальних груп.

Метою викладання розділу “Планування кар'єри” є стимулювання в старшокласників процесу самоаналізу, аналізу професій та оцінки їх відповідності вимогам обраної професії через рефлексію своїх станів під час навчальної та практичної діяльності. Одним із способів вирішення цих завдань є ознайомлення учнів з основними етапами побудови особистого професійного плану, запропонованими Є. Клімовим.

Вивчення рівня готовності старшокласників до професійного самовизначення передбачає оцінку якості їх професійних планів та заходів для

їх реалізації. Умовно можна виділити основні групи завдань, які вирішуються педагогами для допомоги учням у професійному самовизначенні: інформаційно-довідкова (просвітницька допомога), психодіагностична допомога (підтримка в самопізнанні), а також допомога при прийнятті конкретного рішення і створенні реальних професійних планів.

Ці завдання можуть бути реалізовані на різних рівнях активності учня. Перший рівень передбачає, що завдання вирішується педагогом за пасивної участі учня, другий рівень – це спільне вирішення проблеми через взаємодію та діалог, а третій рівень – це самостійне та обґрунтоване вирішення завдання учнем, що супроводжується реальними кроками з реалізації професійного плану.

Наші результати дослідження підтверджують, що існує прямий зв'язок між наявністю у учня особистого професійного плану та практичними заходами для його здійснення. Оцінка якості цього плану ґрунтувалася на підходах М. Пряжнікова, який запропонував 3-бальну шкалу оцінювання компонентів професійного плану: 1 бал – відсутність знань або недостатність конкретних уявлень, 2 бали – наявність мінімальних уявлень або певних варіантів, але з труднощами в обґрунтуванні, 3 бали – чітко сформульовані та обґрунтовані уявлення. Якісна оцінка особистого професійного плану проводилась за максимальною оцінкою в 18 балів: високий рівень – 15-18 балів, середній – 9-14, низький – 3-8 балів.

Основними методами для дослідження якості професійного плану є індивідуальні бесіди, анкетування та педагогічні спостереження. Результати цього дослідження щодо практичного критерію готовності до професійного самовизначення наведені в таблиці 2.7.

Таблиця 2.7.

Рівні сформованості у старшокласників професійних планів (у %)

Рівень	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	6,0	7,1	9,5	13,4
Середній	11,8	12,5	28,6	63,5
Низький	82,2	80,4	61,9	23,1

Основний результат впливу запропонованих експериментальних факторів на формування готовності до свідомого вибору професії в контексті практичного критерію полягає не стільки в збільшенні кількості учнів з високим рівнем сформованості особистого професійного плану (в середньому на 6,5 % в експериментальних групах порівняно з 3,5 % в контрольних групах), скільки в значному зменшенні числа учнів в експериментальних групах, які не розробили особистий професійний план і не реалізують практичні кроки для здобуття обраної професії. У експериментальних групах таких учнів було не більше 25 %, у той час як в контрольній групі – понад 60 %.

Проведення покомпонентного аналізу складових готовності старшокласників до професійного самовизначення дало можливість визначити її інтегральну якісну оцінку (Табл. 2.8).

Таблиця 2.8.

Рівні готовності до професійного самовизначення (у %)

Рівень готовності	Початок експерименту		Закінчення експерименту	
	К	Е	К	Е
Високий	6,8	7,2	11,8	24,1
Середній	18,4	19,6	24,8	51,3
Низький	74,8	73,2	63,4	24,6

Результати формувального етапу нашого експерименту загалом

підтвердили ефективність запропонованих психологічних умов активізації професійного самовизначення учнів старших класів.

Висновки до другого розділу

Основний результат впливу запропонованих нами експериментальних факторів на формування готовності учнів до свідомого вибору професії проявляється не лише у зростанні кількості учнів, що досягли високого рівня сформованості особистого професійного плану (підвищення на 6,5% у експериментальних групах порівняно з 3,5% у контрольних), але й у значному зменшенні числа тих, хто не зміг розробити цей план і не вжив жодних практичних кроків щодо своєї професійної самореалізації. У експериментальних групах таких учнів було лише 25%, у той час як у контрольній групі ця цифра перевищувала 60%.

Ці зміни не є лише кількісними, а відображають глибші психологічні процеси: у учнів експериментальних груп поступово формувалося відчуття відповідальності за свій професійний шлях, з'являлася впевненість у своїх силах та розумінні власних можливостей. Це дозволяло їм більш усвідомлено підходити до вибору професії, активно планувати свій професійний розвиток та оцінювати відповідність своїх інтересів, здібностей і цілей вимогам різних професій. Психологічно вони ставали більш готовими до самостійних рішень, усвідомлюючи важливість особистого вибору та впливу цього вибору на їхнє майбутнє. Зміни в їхній свідомості були пов'язані з поглибленим розумінням власних сильних сторін, потреби в постійному самовдосконаленні та адаптації до вимог сучасного професійного середовища.

Психологічні умови, які сприяють підвищенню ефективності процесу формування в учнів старших класів готовності до професійного самовизначення, базуються на ретельно спроектованій педагогічній технології, яка включає методи підготовки учнів до вибору професії. Важливими складовими цієї технології є широкий спектр методів активізації профорієнтаційної роботи, серед яких профорієнтаційні ігри, професіографічні дослідження, активізуючі опитувальники та інші інструменти. Проте, однією з найефективніших форм активізації процесу підготовки старшокласників є професійні проби. Однак, на жаль, в сучасній національній школі не створено необхідних організаційно-педагогічних умов для їх впровадження в практику.

Реалізація цієї технології активізації професійного самовизначення передбачає організацію профконсультаційної роботи в межах курсу «Твоя майбутня професія», що є невід'ємною частиною програми «Самопізнання». Положення курсу акцентують увагу на тому, що вибір майбутньої професії та планування професійної кар'єри — це важливі і відповідальні етапи в житті кожної людини. Ці етапи вимагають порівняння індивідуальних особливостей особистості з вимогами обраної професії, що стимулює самостійну пізнавальну діяльність учнів. Ця діяльність сприяє формуванню цілісного образу «Я» та знайомству з сучасними професіями, а також є основою для створення реалістичного особистого професійного плану.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Огляд психологічної літератури з питань професійного самовизначення учнів молодшого юнацького віку в середніх навчальних закладах, а також аналіз практичної роботи загальноосвітніх шкіл, дозволяє констатувати певну невідповідність між високим рівнем теоретичних та методичних розробок у галузі філософських, соціально-економічних, психолого-педагогічних і організаційних аспектів професійного самовизначення та недостатньою практичною реалізацією цієї роботи у навчально-виховному процесі. Профорієнтаційна робота на сьогодні в основному обмежується трудовим навчанням у середній школі та підготовкою до професії в старших класах, де вона є частиною навчально-виховного процесу міжшкільних навчально-виробничих комбінатів, часто не маючи тісного зв'язку з основною навчально-виховною роботою школи. Аналіз проблеми показав, що формування в учнів системи знань про їхні особистісні характеристики та сучасний професійний світ здебільшого не входить до навчально-виховного процесу школи.

Сучасна ситуація з вибором професії для українських старшокласників значно ускладнилася через масовий виїзд молоді за кордон, зокрема з метою уникнення мобілізації. Цей процес має кілька важливих аспектів, що впливають на професійне самовизначення молодих людей. В умовах вимушеної еміграції молодь змушена орієнтуватися не на власні професійні інтереси, а на доступні можливості у країні перебування. Це призводить до того, що замість реалізації потенціалу в бажаній сфері випускники обирають професії з низьким порогом входу, які не потребують тривалого навчання або підтвердження дипломів. Виїзд молоді спричиняє дефіцит кваліфікованих кадрів в Україні, особливо у сферах, що потребують довготривалої підготовки (медицина, інженерія, технології). Це ускладнює відновлення економіки країни та знижує конкурентоспроможність українського ринку праці в майбутньому. Молоді люди опиняються в умовах постійного стресу через невизначеність, необхідність адаптації до нового середовища та відсутність підтримки. Це

негативно впливає на їхню мотивацію до навчання та професійного розвитку, що в довгостроковій перспективі може призвести до відсутності кар'єрних перспектив як за кордоном, так і в Україні. Таким чином, сучасна ситуація вибору професії українськими старшокласниками перебуває під значним впливом військово-політичних чинників. Масовий виїзд молоді за кордон не лише змінює їхній підхід до професійного самовизначення, а й створює серйозні виклики для українського ринку праці. У цьому контексті важливо розробляти програми підтримки молоді як в Україні, так і за кордоном, щоб забезпечити можливості для їхнього професійного зростання та повернення до країни в майбутньому.

Професійне самовизначення є важливим етапом особистісного розвитку, що відображає ставлення людини до професійного світу, усвідомлення своїх можливостей і прагнення до самореалізації. Дослідження показують, що рівень готовності учнів до вибору професії визначається трьома ключовими компонентами: мотиваційним (ставлення, інтереси, мотивація), когнітивним (знання про професії, самоаналіз) і практичним (вміння планувати кар'єру та діяти відповідно до плану).

Результати проведеного експерименту свідчать, що понад 70% учнів 10-11 класів мають низький рівень готовності до професійного вибору, значною мірою спираючись на вплив оточення. Для підвищення ефективності профорієнтаційної роботи доцільно застосовувати методи, які сприяють самопізнанню та усвідомленню власних професійних можливостей, зокрема профорієнтаційні ігри, опитування, професіографічні дослідження.

Впровадження факультативного курсу «Твоя майбутня професія» позитивно впливає на процес професійного самовизначення, допомагаючи учням оцінити власні здібності, ознайомитися з ринком праці та створити особистий кар'єрний план. Формування готовності до професійного вибору є керованим процесом, а застосування активних методів профорієнтації підвищує ефективність педагогічної роботи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 1: Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. - К.: Либідь, 2003. - 280 с.
2. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 2: Особистісно-орієнтований підхід: науково-практичні засади. - К.: Либідь, 2003. - 344 с.
3. Бохонкова Ю. О., Ліпський А. В. Теоретико-методологічний аналіз проблеми адаптації особистості в умовах травмівного досвіду. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Київ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2024. № 3 (65). Т. 1. С. 47-59.
4. Бохонкова Ю.О. Критеріально-ступеневі характеристики сформованості системи переконань особистості в кризових умовах / А. С. Гуляєва, А. М. Журба, Ю. О. Бохонкова, М. А. Журба. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Київ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2024. № 1 (63). С. 139-149.
5. Васильєва О. А. Фактори професійного самовизначення особистості в сучасних умовах. URL: <https://cutt.ly/A6sNn12>
6. Гудименко К. М. Професійне самовизначення старшокласників як психолого-педагогічна проблема. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2015. № 2 (46). С. 227–232.
7. Дитяча праця в Україні / О.О.Яременко, Л.С.Волинець та ін. - К.: УІСД, 2001. - 132 с.
8. Жигаренко І.Є., Завацька Н.Є. [Результативно-змістовні параметри особистісно-професійної адаптації фахівців соціономічної галузі.](#) *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2021. № 1 (54). С. 162-172.
9. Завацька Н.Є., Жигаренко І.Є., Гейко Є.В. та ін. Соціально-психологічні

засади особистісно-професійної адаптації фахівців соціономічного профілю: монографія / за ред. І.Є. Жигаренко, Н.Є. Завацької. К.: ПВТП «LAT&K», 2023. 252 с.

10. Заверуха О.Я. Стратегії формування професійної ідентичності в переході до дорослості. *Вчені записки Університету «КРОК»*, (3(67)), 167–176.
11. Загребнюк Ю. В. Професійне самовизначення особистості як соціально-педагогічна проблема. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Педагогічні науки. Умань : ФОП Жовтий О. О., 2013. Ч. 2. С. 146–151.
12. Загребнюк Ю. В. Теоретичні підходи до трактування поняття «професійне самовизначення» у вітчизняній та зарубіжній педагогіці. Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. пр. Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Умань : ФОП Жовтий О. О., 2014. Вип. 50. С. 97–101.
13. Закатнов Д.О. Кар'єрні та професійні ціннісні орієнтації учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Інститут проблем виховання НАПН України*, 2020. Т.1 (24). С. 186-196.
14. Закатнов Д.О. Профорієнтаційна робота зі школярами в умовах профільного навчання. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб. наук. праць*. Т. 2. Вип. 67-72. Київ – Житомир: Вид-во ЖДУ, 2004. С. 58-70.
15. Закатнов Д.О. [Стан і проблеми професійної орієнтації](#). Професійно-технічна освіта: інноваційний досвід, перспективи 1 (6), 173-179.
16. Закатнов Д.О. Структура і показники готовності учнів ПТНЗ до побудови професійної кар'єри. Професійне навчання на виробництві: зб. наук. праць, 2009. К. : Наук. світ. Том 3. С. 53-61.
17. Закатнов Д.О. [Технології активізації професійного само визначення старшокласників](#). Наукові записки Тернопільського державного

- педагогічного університету: серія: педагогіка, 2021. Випуск 6. С. 99-110.
18. Закатнов Д.О. Технології активізації професійного самовизначення старшокласників // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка. - 2001. - № 6. - С. 99-104.
 19. Закатнов Д.О., Капустіна О.В. Професійне самовизначення старшокласників: Методичний посібник. - К.: КНЕУ, 2003. - 96 с.
 20. Закатнов Д.О., Мельник О.В., Федоришин Б.О. Зміст профорієнтаційної роботи зі старшокласниками. - К.: ПІВ АПН України, 2003. - 80 с..
 21. Калюжна І. П. The problem of professional self-identification of high-school pupil: theoretical aspect. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки: збірник наукових праць. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського. 2017. № 1(17), С. 74 – 77.
 22. Капустіна О.В. Активізація професійного самовизначення старшокласників // Навчальні інновації та їх вплив на якість освіти. - К.: КНЕУ, 2003. - С. 437-438.
 23. Ковальчук З.Я. Проблеми професійної підготовки особистості в умовах кризового суспільства через призму її рефлексивності. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор З.Я. Ковальчук. Львів: ЛьвДУВС, 2022. Вип. 1. С. 25-33.
 24. Ковальчук З.Я. Психологічний аналіз проблеми професійного самовизначення старшокласників у сучасній українській школі. Психологічна служба у професійно-технічних навчальних закладах: досвід, проблеми, перспективи :тези Обласної науково-практичної конференції, 20 жовтня 2010 р., м.Львів. – Львів : ФОП Корпан Б.І., 2010. – С.57-60.
 25. Ковальчук З.Я. Психологія праці: історичний аспект і професіогенез особистості. Педагогіка і психологія професійної освіти // Науково–методичний журнал. 2010. № 4. С. 113–123.

26. Концепція державної системи професійної орієнтації населення // Людина і праця. – 1994. - № 4. – С. 22-29.
27. Курбатова А. О. Роль професійного самовизначення осіб з обмеженими можливостями для майбутньої професійної самореалізації. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. 2013. № 10. С. 263-273.
28. Ляска О. П. Теоретичний аналіз проблеми професійного самовизначення молоді. Наукові праці Кам'янець-Подільського державного університету. Серія психологічні науки. Вип. 1. 2008. С. 90–93.
29. Мельник О.В. Ділові ігри як засіб активізації професійного самовизначення старшокласників. // Профорієнтаційна робота із школярами: Методичний посібник /За ред. М.П.Тименка. - Рівне, 1992. - С. 83-97.
30. Мельник О.В., Романчук В.П. Основи вибору професії: Експериментальна програма та збірник практичних завдань. - К.: Інститут проблем виховання АПН України, 2001. - 98 с.
31. Оліховська Л. П. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Випуск 2 (39). С.161-163.
32. Панченко В. Проблема професійного самовизначення учнівської молоді у працях Г. Костюка //Педагогіка і психологія професійної освіти. - 2000. - № 2. - С. 236-244.
33. Петриченко, Л. Професійне самовизначення особистості як психолого-педагогічна проблема. *Освіта. Інноватика. Практика*, Вип. 11(5), 2023. С. 52–58.
34. Підготовка до професійного навчання і праці (психолого-педагогічні основи): Навчал.-метод. посібник / За ред. Г.О.Балла, П.С.Перепелиці, В.В.Рибалка. - К.: Наукова думка, 2000. - 188 с.
35. Пілецька Л.С., Сафонова С.О., **Завацька Н.Є.**, Каширіна Є.В., Бровендер О.О. [Соціально-психологічні засади життєстійкості та](#)

- самореалізації молоді в професіях соціономічного типу. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. К.: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2022. № 2 (58). С. 5-17.
36. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу: монографія / за ред. Моріна О. Л., Харків: «Друкарня Мадрид», 2020. 220 с.
 37. Радчук Г.К. Особистісне та професійне самовизначення як чинник професійного становлення особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. Випуск 5. 2012. С.31-42.
 38. Спицька Л.В., Турбан В.В., Завацька Н.Є. Соціальне функціонування особистості в умовах сучасного соціуму. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. К.: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2021. № 2 (55). С. 64-71.
 39. Уніят С., Комінко С. Вибір професії, або задача з багатьма невідомими. - Тернопіль: Підручники і посібники, 1997. - 87 с.
 40. Федоришин Б.О. Методика виявлення й оцінки загальних інтересів особистості учнів (ОДАНІ-2): Метод. рекомендації. - К.: Цент міжнародної освіти, 1998. - 24 с.
 41. Шолох О. А. Ціннісне ставлення особистості до майбутньої професії як психолого-педагогічна проблема. 2017. URL: <https://cutt.ly/Q6vsWfQ>
 42. Янцур М. С. Основи професіографії (практикум). - К.: МПУ ДЦЗ, МОУ РДПІ, 1996. - 223 с.
 43. Blynova, Olena, Inna Chervinska, Viktoriia Kazibekova, Halyna Bokshan, Svitlana Yakovleva, Olha Zaverukha, Ihor Popovych (2020). Social and psychological manifestations of professional identity crisis of labor migrants. *Revista Inclusiones*, abril, 93-105.
 44. Zavatska N., Hoi N., Kozmenko O., Kosheleva N., Zavatskyi Y., Yaremko R. Empirical research of student leadership's content parameters. *Amazonia*

Investiga. 2022. № 11 (51). P. 40-49.

45. Zaverukha, O. ., Popovych, I., Karpenko, Y. ., Kozmenko, O. ., Stelmakh, O., Borysenko, O. ., Hulas, I. ., & Kovalchuk, Z. (2022). Dynamics of Successful Formation of Professional Identity of Future Psychologists in Higher Education Institutions. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 14(1), 139-157.