ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА **Практичної психології та соціальних технологій**
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ **053 «Психологія»**
ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА **«Практична психологія»**

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

на тему:

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Магістрант (ка) _____ **Кугаєвська Тетяна Анатоліївна**
(підпис студента)

Науковий керівник _____ **Абрамян Наталія Дмитрівна**
(підпис наукового керівника) кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту “___” _____ 2024 р.

Завідувач кафедри _____ _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

Декан факультету _____ **Кошіль О.П.**
(підпис) (прізвище, ініціали)

Завідувач навчальної частини _____ **Козинець А.О.**
(підпис) (прізвище, ініціали)

Київ – 2024

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА **Практичної психології та соціальних технологій**
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ **053 «Психологія»**
ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА **«Практична психологія»**

ЗАВДАННЯ

на випускну кваліфікаційну магістерську роботу студентці:

Кугаєвській Тетяні Анатоліївні

(прізвище, ім'я, по-батькові студента (ки))

1. Тема роботи Психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів

2. Затверджена наказом по університету від "__" __ 2024 р. №_____

3. Цільова установка на вихідні дані до роботи розробити і апробувати психологічну програму занять з розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

4. Перелік графічного матеріалу (з точним визначенням обов'язкових креслень)_____

Рис. - 10_____

Табл. -11_____

5. Консультанти по роботі, із зазначенням розділів, що їх стосуються:

Розділ	Науковий керівник	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання отримав
1	Абрамян Н.Д.	15.04.24	16.05.24
2	Абрамян Н.Д.	20.05.24	21.06.24
3	Абрамян Н.Д.	05.08.24	27.09.24

6. Зміст випускної кваліфікаційної магістерської роботи (перелік питань)

1. Теоретично обґрунтувати сутність професійного самовизначення особистості та психологічні аспекти формування професійного самовизначення особистості юнацького віку. 2. З'ясувати методично-організаційні основи розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті. 3. Емпірично дослідити стан розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів; опрацювати отримані результати дослідження. 4. Розробити та апробувати психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів.

7. Календарний план виконання випускної кваліфікаційної магістерської роботи

№ з\п	Назва етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	Термін виконання етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	
		За планом	Фактично
1.	Обрання теми випускної кваліфікаційної магістерської роботи (ВКМР)	12.02.24 – 23.02.24	23.02.24
2.	Опрацювання літератури та інших джерел для написання ВКМР	11.03.24 – 12.04.24	12.04.24
3.	Виконання 1 розділу ВКМР	15.04.24 – 17.05.24	16.05.24
4.	Виконання 2 розділу ВКМР	20.05.24 – 21.06.24	21.06.24
5.	Виконання 3 розділу ВКМР, висновки	05.08.24 – 27.09.24	27.09.24
6.	Передзахист та проведення перевірки на плагіат	14.10.24 – 25.10.24	16.10.24
7.	Відгук керівника, рецензія	04.11.24 – 08.11.24	08.11.24

8. Дата видачі завдання " _11_ " _03___ 2024 р.

Керівник _____
(підпис)

Завдання прийняв до виконання _____
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП..... 5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ..... 9
1.1. Сутність професійного самовизначення особистості..... 9
1.2. Психологічні аспекти формування професійного самовизначення особистості юнацького віку 17
1.3. Методично-організаційні основи розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті 24
Висновки до розділу 1 33
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ 35
2.1. Методика організації дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення студентів..... 35
2.2. Аналіз психологічних особливостей професійного самовизначення майбутніх психологів..... 44
Висновки до розділу 2 65
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ..... 69
3.1. Розробка психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів 69
3.2. Апробація психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів 75
Висновки до розділу 3 83
ВИСНОВКИ 85
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 92
ДОДАТКИ..... 104

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема професійного самовизначення займає важливе місце у психологічній та педагогічній науці, адже стосується вирішального моменту у становленні людини на етапі вибору професії та її подальшого життя. Особливої актуальності вона набуває у ранньому юнацькому віці, і навіть при виборі закладу вищої освіти відбуваються подальші уточнення правильності вибору професійної сфери, кристалізується професійна ідентичність, чи навпаки – людина розуміє хибність своїх дій та намагається змінити обрану сферу професіоналізації.

Вирішення проблем професійного самовизначення залежить від активної позиції оптантів (юнаків, які здійснюють вибір), від усвідомленості ними себе творцями власного життя, від прагнення їх до самореалізації у світі та професії, від вміння відповідально та самостійно приймати зважені рішення. Відповідно до вказаного важливим є вивчення професійного самовизначення у майбутніх фахівців на етапі їх професійної підготовки.

Вивчення професійного самовизначення у майбутніх психологів під час їх професійної підготовки може відкрити нові шляхи оптимізації процесу формування свідомого ставлення до себе як до представника обраної професії, до набуття необхідних професійних знань та вмінь, вдосконалення особистісних якостей, що забезпечують професійну придатність майбутніх фахівців до праці у галузі психології.

Аналіз психологічної літератури з проблеми професійного самовизначення вказує на важливість профорієнтаційної роботи у школі, де починається процес професійного самовизначення особистості раннього віку (Б. Барчі, М. Болгова, Ю. Бохонкова, К. Добра, Т. Кравченко, Д. Коробко, Р. Кулаков, А. Кульчицька, А. Мудрик, Г. Пирог, О. Руснак, Н. Тимошенко, Т. Федотова та ін.). Водночас зауважимо доцільність її глибокого вивчення і на етапі професійної підготовки студентів у ЗВО, що допомагає їм краще зрозуміти вимоги обраної професії до особистості та професійної

компетентності здобувача освіти, здійснити самоаналіз знань, вмінь, рис і властивостей, власної придатності до майбутньої практичної діяльності за обраним фахом. Останнім часом інтерес науковців також привертає й якість професійної підготовки майбутніх психологів у ЗВО, що дає змогу формувати професійну ідентичність та підвищувати готовність майбутніх фахівців до практичної діяльності з різними категоріями клієнтів (О. Василенко, О. Кокун, О. Лосієвська, І. Москович, Н. Мосол, Л. Пілецька, С. Поліщук, О. Радченко, Ю. Якименко та ін.).

Водночас малодослідженими залишаються методично-організаційні засади розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті. Відповідно до вищевказаного обрано актуальну тему дослідження: «Психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів».

Об'єкт дослідження – процес професійного самовизначення особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати та емпірично дослідити психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Для реалізації мети дослідження поставлено такі **завдання:**

1. Теоретично обґрунтувати сутність професійного самовизначення особистості та психологічні аспекти формування професійного самовизначення особистості юнацького віку;

2. З'ясувати методично-організаційні основи розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті;

3. Емпірично дослідити стан розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів; опрацювати отримані результати дослідження;

4. Розробити та апробувати психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів.

Методи дослідження:

- *теоретичні* – аналіз, синтез, узагальнення, систематизація основних положень психологічної науки щодо теоретико-методологічного обґрунтування психологічних особливостей розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів;

- *емпіричні* – опитування, тестування, самозвіти, використання психодіагностичних методик, експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний етапи);

- *методи обробки даних:* методи якісної і кількісної обробки та інтерпретації даних; методи математичної статистики, узагальнення результатів.

В процесі емпіричного дослідження використано такі **психодіагностичні методики:**

1. Тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості;
2. Методика професійної спрямованості особистості Б. Басса;
3. Методика самооцінки кар'єрного розвитку учнівської молоді «СКРУМ» (О. Ігнатович);
4. Опитувальник професійного самоздійснення (О. Кокун).

Вибірку опитуваних склали 40 студентів-майбутніх психологів, які навчаються на 2-3 курсах Європейського університету. Серед опитаних 10 хлопців та 30 дівчат віком від 19 до 21 років.

Наукова новизна дослідження: уточнено психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів; набули подальшого розвитку уявлення про психологічні засоби розвитку професійного самовизначення у студентів ЗВО, які отримують освіту за спеціальністю «053. Психологія».

Теоретичне значення роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Практичне значення роботи полягає у розробці та апробації психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів. Вказана програма занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів може бути використана працівниками психологічної служби ЗВО в процесі вдосконалення професійної підготовки студентів-майбутніх психологів в університеті.

Апробація. Основні результати дослідження оприлюднені на II Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасна вища освіта: дослідження, виклики та перспективи розвитку в умовах невизначеності» (Запоріжжя, 04-05 жовтня 2024 р.) в тезах доповіді за темою «Психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів».

Структура магістерської роботи обумовлена змістом дослідження, відповідає визначеній меті та розв'язанню поставлених завдань. Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Ілюстрована за допомогою 10 рисунків, 11 таблиць. Загальний обсяг роботи становить 126 сторінок.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

1.1. Сутність професійного самовизначення особистості

Сучасне життя умовах трансформацій та змін у всіх сферах українського суспільства вимагає від зростаючої особистості швидкого реагування на нові виклики, обставини зовнішнього світу, передбачає сформованість у неї вміння діяти в швидко у мінливих ситуаціях. Зокрема, гостро постає потреба відповідати сучасному суспільству, виконувати затребувані професійні обов'язки та функції, що передбачає вміння обирати відповідну актуальну професію для самореалізації в ньому. Особливою стає вимога мобільності та адаптивності молоді до несподіваних мінливих чинників оточуючого середовища, що можуть ускладнювати працевлаштування відповідно до обраних видів діяльності. Все це передбачає адекватність професійного самовизначення сучасної молоді, їх правильність вибору професій, знання і розуміння сфер суспільного життя, в яких юнаки та дівчата можуть якнайкраще реалізувати свої здібності та вміння.

У психологічній літературі професійне самовизначення особистості прийнято розглядати як одну з сторін її життєвого самовизначення. При цьому дослідники розглядають професійне самовизначення з різних позицій. З одного боку, це діяльність самого індивіда, який вибирає професію (оптанта), спрямована на професійне самопізнання, пошук шляхів професійного розвитку і вдосконалення; процес формування особистістю своїх відносин до професійно-трудового середовища і спосіб самореалізації в ній; процес самостійного вибору професії, здійснюваний особистістю на основі аналізу своїх даних і відповідності їх вимогам професії [3, с. 90].

Професійне самовизначення юнаків розуміється як процес поетапного прийняття ними рішень, що поєднують їх вподобання у виборі професії з

об'єктивними потребами соціально-економічного розвитку суспільства майбутньої професії [55, с. 256].

Л. Петриченко вказує, що поняття «професійне самовизначення розуміється як «складний, динамічний, довготривалий процес, що передбачає усвідомлене самостійне визначення людиною місії своєї діяльності в конкретній фаховій ситуації» [58, с. 54].

К. Гудименко сутність поняття «професійного самовизначення» пропонує трактувати як «процес самопізнання та оцінювання особистістю своїх психологічних рис, потенційних можливостей та порівняння їх із професіограмою обраної професії, що вказує вимоги і якості, потрібні для ефективної самореалізації у певній професійні діяльності. При цьому процес професійного самовизначення включає не лише обрання професії, а й визначення із закладом отримання професійної освіти, аналіз ринку праці та можливих місць роботи [17, с. 228].

Науковиця Н. Мосол відзначає, що професійне самовизначення в широкому розумінні – це процес, який охоплює весь період професійної діяльності особистості: від виникнення професійних намірів до виходу з трудової діяльності, тобто реалізується впродовж життя людини [49].

Центральним епізодом цього процесу є акт вибору професії, що стає переломним етапом в житті людини та визначає подальший розвиток життєвого шляху, і, зазвичай, співпадає із закінченням школи. Саме тому питання професійного самовизначення важливо розглядати як з позиції проблеми самореалізації (розвиток особистості в цілому на основі інтересів, здібностей та спрямувань), так і з позиції проблеми вибору (результат співвідношення внутрішніх та зовнішніх аспектів профорієнтаційної ситуації, здатність оцінювати власні інтереси і здібності та співвідносити їх з вимогами до конкретної професії) [49].

У дослідженні Б. Барчі, О. Руснак професійне самовизначення трактується як «складний динамічний процес орієнтації людини у професійному середовищі, спрямований на самореалізації професійних та

особистісних можливостей, формування адекватних намірів та професійних планів, сприйняття себе як професіонала» [3, с. 89].

Різнобічно розглядаючи професійне самовизначення особистості, науковці Б. Барчі та О. Руснак пропонують розуміти це поняття, як:

- відносно самостійний етап соціалізації особистості, що полягає у виникненні в людини свідомої мети і сенсу професійного життя, готовності до власної життєдіяльності на основі застосування своїх бажань та наявних рис і можливостей до вимог до професійної самореалізації у суспільстві;

- інтегральної властивості особистості, що сприяє усвідомленому і самостійному здійсненню стратегії вибору і виражається в моральній, психофізичній і практичній готовності до формування і реалізації професійного наміру і прагнення;

- однієї з форм активності особистості, де вона є дійсним суб'єктом власної життєдіяльності;

- частини життєвого шляху людини, важливої ланки у безперервному потоці актів її самореалізації та самоактуалізації;

- важливої характеристики соціально-психологічної зрілості особистості [3, с. 90].

Науковиця Л. Сердюк зазначає, що «професійне самовизначення не є одноразовим і сталим рішенням, яке пов'язане із вибором професії, навпаки професійне самовизначення не завершується при отриманні диплому про професійну підготовку у ЗВО, а лише є одним з етапів професійного шляху» [71, с. 34].

На думку Л. Сердюк, професійне самовизначення здійснюється людиною протягом всього професійного життя, людина часто рефлексує, осмислює свій професійний шлях, успіхи й невдачі, намагається утвердитися у правильності вибору професії, у своїй спроможності досягати успіхів у ній. При цьому дослідниця зазначає, що «психологічний зміст професійного самовизначення полягає у пошуку особистісних основ професійного вибору, а не лише у факті вибору певної професії. Саме знаходження чинників, які

суб'єктивно переживаються як покликання, місія, відповідають потребі людини зрозуміти себе та віднайти сенс власного життя [71, с. 37].

На основі аналізу досліджень проблеми професійного самовизначення в юнацькому віці В. Шахов називає три складові цього процесу:

- ціннісно-мотиваційний аспект (тут важливими є мотиви, які спонукають людину вибирати певну професію; значення, яке для неї має професійна діяльність; мета, яку вона прагне досягти; міра задоволеності від вибору професії та ін.);

- когнітивний аспект, що включає інформованість про професію (її соціальне значення, зміст, вимоги до фахівця, попит на ринку праці), уявлення про себе як професіонала (відповідність власних здібностей, можливостей вимогам професії);

- стан операціональної сфери (за допомогою яких прийомів і способів досягаються поставлені цілі; які технології використовуються; які засоби (знання, розумові операції, здатності) необхідні для планування та втілення планів у своєму професійному шляху) [88, с. 135].

Науковці О. Ігнатович та А. Шевенко [64], О. Мельник, Л. Гуцан, І. Ткачук та інші [44] представляють структуру професійного самовизначення особистості, яка включає мотиваційний, когнітивний та поведінковий компоненти. На їх думку, ця структура, передбачає крім стійкості й дієвості мотивів професійного самовизначення, глибини і міцності знань про професії, точності сформованих умінь і навичок, ще й «Я-компонент», на базі якого й відбувається формування загального рівня розвитку особистості [44; 64] (рис. 1.1.):

<table>
<tr><th colspan="2">Мотиваційний компонент</th><th colspan="2">Когнітивний компонент</th><th colspan="2">Поведінковій компонент</th></tr>
<tr><td>Зовнішня мотивація: соціально-вікова потреба у професійному самовизначенні</td><td>Внутрішня мотивація: процесуальна, творча, самовдосконалення, самореалізація</td><td>Знання про власні індивідуальні особлтвості (образ-«Я»)</td><td>Знання про вимоги професійного середовища (образ-«Я» у світі професій)</td><td>Загальнотрудові вміння та навички</td><td>Спеціальні вміння: вміння аналізувати професії, власні бажання і можливості; вміння будувати індивідуальну програму професійного зростання</td></tr>
<tr><td colspan="2">Стійкість та дієвість мотивів</td><td colspan="2">Глибина та міцність занань</td><td colspan="2">Точність умінь та навичок</td></tr>
<tr><td colspan="6">«Я-компонент»</td></tr>
<tr><td colspan="6">Загальний рівень розвитку особистості та самооцінка індивідуальних особливостей</td></tr>
<tr><td colspan="6">Чіткість ієрархічної структури ціннісних орієнтацій та адекватність самооцінки</td></tr>
</table>

Рис. 1.1. Структура професійного самовизначення юнаків

У праці Я. Бугерко, Г. Гірняк наведено модель професійного самовизначення, що включає професійну спрямованість, навички професійної рефлексії та саморегуляції, емоційно-оцінне ставлення до себе як до фахівця обраної професії та професійну самосвідомість, образ Я-професії та його засвоєння [10, с. 22].

На думку О. Ігнатович, А. Шевенко та ін., основними ознаками професійного самовизначення особистості виступають:

- уявлення особистості щодо вибору професії (розуміння вимог до професійної компетентності, діапазону заробітної плати, соціальної значущості та престижу професії);

- розуміння власних можливостей (прагнень, потреб, мотивів, здібностей, інтересів до певної професійної сфери, нахилів, знань та вмінь), що надалі інтегруються у вигляді стійкого уявлення особистості як до суб'єкта професійної діяльності.

При цьому, як вказують О. Ігнатович, А. Шевенко, адекватність уявлень особистості про себе відображається на когнітивному, емоційному, діяльнісному рівнях і також може змінюватися, впливати на адаптацію до обраної сфери професійної діяльності, мотивації самореалізації у цій галузі професіоналізації [64].

У психолого-педагогічній літературі зазначається, що на професійне самовизначення впливає багато чинників:

- активність самого суб'єкта самовизначення (В. Крайнюк, М. Корольчук, М. Савчин, В. Синявський та ін.);

- соціальні та економічні чинники, культура (Л. Карамушка, О. Кокун та ін.);

- особливості професійної діяльності (О. Кокун, В. Синявський та ін.);

- особистісна зрілість та готовність до здійснення вибору (Т. Титаренко та ін.);

- рефлексивні здібності (Ж. Вірна, Н. Мосол);

- індивідуально-типологічні особливості суб'єкта професійного вибору (М. Савчин та ін.).

Одним із результатів процесу професійного самовизначення особистості є вибір професійної сфери діяльності та вибір закладу професійно-технічної чи вищої освіти для набуття професійної компетентності та підготовки до майбутньої трудової діяльності

Роблячи професійний вибір, особистість має вирішити декілька важливих задач, серед яких В. Лозовецька виділяє такі:

1. Вибір закладу професійно-технічної чи вищої освіти, де вона планує отримати професійну підготовку, здійснювати навчально-професійну діяльність. Це завдання включає в себе ще декілька підзавдань: ознайомитися з напрямками професійної підготовки; оцінити якість умов навчання; врахувати рейтинг закладу освіти.

2. Визначення своїх психофізичних сил, здібностей, можливостей та їх відповідності до вимог бажаної професії, що включає в себе розв'язання таких

підзавдань: виконати психологічні тести, щоб з'ясувати рівень психофізичних можливостей; визначити свої фахові схильності; врахувати власні бажання і наявні можливості для оцінки професійної придатності до обраної професії.

3. Визначення перспективи працевлаштування за обраним фахом. Це завдання передбачає такі підзавдання: ознайомитися з рейтингами професій на ринку праці; врахувати актуальність та затребуваність обраної професії;

4. Застосування досвіду інших учасників процесу професійного вибору, а саме: зібрати рекомендації, уникнути типових помилок [42].

Відповідно до вказаного, сучасний стан професійного самовизначення та вибору професій у молоді вимагає застосування нових ефективних методів профорієнтаційної роботи в закладах освіти; відновлення посад психологів-профконсультантів, соціальних працівників, які допомагають молоді у питанні професійного самовизначення, сприяють здійсненню ними професійного вибору [76].

Науковиця Н. Мосол зауважує, що «важливою умовою реалізації професійного вибору виступає сформованість певних психічних та морально-вольових якостей оптанта: здатність до поглибленого самопізнання та самоаналізу, особистісної рефлексії, цілепокладання, саморегуляції» [49].

Значну роль у процесі професійного самовизначення відіграє самооцінка, що має орієнтуючу та стимулюючу функції. Завдяки самоаналізу, усвідомленню вимог до себе та співвідношенню наявних знань, вмінь та особистісних характеристик з тими вимогами, що висуває професія, відбувається самооцінка професійно значущих якостей, і таким чином людина отримує орієнтир для саморозвитку [49, с. 11].

На адекватність професійного самовизначенням та вибору професії впливають й особистісні здібності та характерологічні риси оптанта (людини, яка робить вибір). Крім того, варто навести результати дослідження Н. Тимошенко, за якими помітно, що юнаки прагнуть вибрати той вид діяльності, який відповідав би їх розумінню власних можливостей. Оскільки

часто розуміння власних можливостей у школярів не адекватне за показниками, то на шляху вибору їх очікують невдачі [44].

Вибираючи професію, юнаки в більшості випадків орієнтуються на рівень виразності у себе в першу чергу морально-вольових, потім інтелектуальних і тільки потім організаторських якостей [78].

Великого значення у процесі професійного самовизначення надаємо вольовим якостям особистості, зокрема, цілеспрямованості і наполегливості, здатності до застосування певних способів діяльності, що забезпечують успішність планомірного досягнення поставлених цілей. Також варто вказати й на відповідальність, самостійність, сформовані операціональні вміння щодо постановки мети, побудови цілей, визначення етапів їх досягнення, вміння контролювати ступінь виконання цих планів.

Дослідники Л. Гуцан, О. Морін, З. Охріменко та інші вказують, що професійне самовизначенням молоді нині відбувається з урахуванням життєвих цінностей особистості. Якщо головним для людини є соціальне визнання, статус, престиж, то професію вона обирає, орієнтуючись на існуючу моду щодо професій у суспільстві моду. Також важливими чинниками вибору професії є соціальні, матеріальні вигоди (заробітна плата, пільги, додаткові виплати, авторитет серед інших тощо) [63].

Одним із результатів професійного самовизначення О. Кокун вбачає «професійне самоздійнення», яке трактує як «свідомий саморозвиток людини, який стимулює її до розкриття потенційних можливостей у різних життєвих сферах, внаслідок чого людина постійно досягати особистісно та соціально визначних успіхів, формує власний простір життя» [33, с. 293].

Отже, професійне самовизначення є складним процесом усвідомлення людиною своїх потреб, мотивів, цілей та спрямувань у досягненні мети професійної діяльності. Людину, яка обирає професію, доцільно розглядати як суб’єкта професійного самовизначення. У ситуації вибору значно підвищується активність, відповідальність суб’єкта за те, що відбувається.

1.2. Психологічні аспекти формування професійного самовизначення особистості юнацького віку

У юнацькому віці відбувається суттєва перебудова особистості, зумовлена змінами в соціальній ситуації розвитку.

На думку А. Лукіянчук, головним новоутворенням ранньої юності загалом є усвідомлення власної індивідуальності, поява життєвих планів, готовність до самовизначення [43].

На думку інших науковців (М. Савчин, І. Тітов, Р. Хавула та ін.), саме готовність до самовизначення є основним із новоутворень юності.

За свідченням О. Сергієні, Л. Прісняковоі, О. Шевякова, в цей час відбувається новий етап розвитку самосвідомості. Він проявляється у відкритті свого внутрішнього світу, прагненні до самопізнання; формуванні особистої ідентичності, наступності та єдності; самоповазі та взятті на себе особистісної відповідальності [72, с. 43].

Вчений М. Савчин зазначає, що потреба юнаків у професійному самовизначенні, становленні, самоствердженні, суспільному визнанні сприяє подальшому розвитку їх самосвідомості, у структурі якої все більш відчутним стає професійний компонент, який трактується психологами як професійна самосвідомість [69, с. 125].

Дослідниця Н. Фалько вказує, що юнацький вік характеризується усвідомленням власної індивідуальності, неповторності, унікальності, несхожості на інших. У цьому віці остаточно формується фундамент для засвоєння ціннісних орієнтацій, вимальовується проекція основних напрямків професійного та особистісного життя, юнаки прагнуть до пошуків сфер самореалізації. При цьому професійні інтереси, політичні уподобання, стиль поведінки, характер спілкування – усі ці складові способу життя закладаються якраз в юнацькому віці [84].

На думку Т. Туркот, в період юності відбувається формування:

– самосвідомості як цілісного уявлення особистості про себе, емоційного ставлення до власного образу «Я», самооцінки зовнішності, різних якостей (розумових, вольових, моральних), проявів поведінки, усвідомлення власних позитивних і негативних рис, на основі чого активуються мотиви особистісного саморозвитку і вдосконалення;

– світогляду як системи установок, поглядів, переконань, сформованої життєвої філософії, що ґрунтується на засвоєній раніше системі знань та особистісних здібностей до абстрактно-логічного і критичного, творчого мислення;

– індивідуальності, яка виявляється у створенні особистісно значущих теорій сенсу власного життя, кохання, щастя та ін. [83, с. 97].

При цьому дослідниця Т. Туркот зауважує, що формування самосвідомості, світогляду та самоствердження особистості виступають важливою передумовою адекватного професійного самовизначення юнаків та професійного вибору. Характерними рисами юнацького віку є максималізм суджень, своєрідний егоцентризм: висуваючи свої теорії, юнаки часто поводяться, ніби оточуючі повинні підпорядковуватися їх уявленням прагненням, теоріям, а не об'єктивній дійсності. Прагнення довести власну незалежність та унікальність в юнаків можуть супроводжуватися типовими поведінковими реакціями – зневажливим ставленням до порад батьків чи педагогів, недовірою і критикою до порад старших (бабусь і дідусів), навіть відвертою немотивованою протидією. Водночас для юнацтва характерні навіюваність і конформізм відносно впливу однолітків, що обумовлює подібність їх інтересів та смаків, стилів поведінки (сленг, мода, зовнішній вигляд, музика та ін.) [83, с. 99]. Все це впливає й на адекватність професійного самовизначення та правильність професійного вибору. Адже занурюючись у власні переживання, маючи прагнення довести власну незалежність та унікальність батькам чи друзям, чи під впливом інших чинників юнаки часто поводяться необдумано, демонстративно, «не так, як всі», обираючи нетрадиційні спеціальності, що не допомагають розкрити їх потенціал, а лише

дають змогу епатувати публіку. Водночас багато юнаків взагалі не уявляють свого професійного майбутнього, особливо зараз, коли багато професій пов’язані з роботою в дистанційному форматі, передбачають уміння самопрезентації та «продажу» власного бренду, своїх здібностей і навичок через інтернет. Багато юнаків, не розуміють, де можуть знадобитися їхні здібності і вміння, не знають, куди б вони хотіли вступати і які спеціальності отримати, до якої професійної сфери виявляють особистісну і професійну схильність.

З освітленими вище аспектами проблеми професійного самовизначення тісно пов’язані психологічні особливості недостатньо сформованої рефлексії студентів. Підтвердженням цієї думку є погляди Л. Василенко, М. Савчина про те, що становлення ідентичності юнаків тісно пов'язане з рефлексією, яка визначається насамперед когнітивними новоутвореннями, зміною соціальних стосунків, потребою подолання внутрішніх конфліктів у юнаків. З допомогою рефлексії відбувається реалізація потреби юнаків у самоусвідомленні, самовизначенні та самоствердженні, що зумовлюються суперечностями між попередніми уявленнями про себе та прагненнями до самоствердження, незалежності, пошуку реалістичного погляду на себе у зовнішньому світі [69, с. 132].

Аналізуючи напрацювання науковців Н. Жиляк [24], Е. Лібанової [57], О. Шульги [92], дослідниця В. Пасічна [54] зауважує, що труднощі професійного самовизначення як частини їх життєвого самовизначення зумовлюють в сучасних юнаків виникнення ряду особистісних проблем, що мають вигляд:

- розбіжності між мотивами та ціннісними орієнтаціями особистості;

- нездатності реалізувати власні здібності і можливості у реальних умовах працевлаштування на ринку праці;

- виразної нервово-психічної напруги, тривожності, емоційної не стійкості, внутрішніх конфліктів, що може призводити до переживання

«синдрому самозванця» при оволодінні необхідними професійними знаннями і вміннями та при намаганні працевлаштуватися;

- нездатності самостійно справлятися із існуючими проблемами, долати стреси і різні життєві ситуації;

- почуття незадоволення собою, недовіри до своїх сил; зниження впевненості у власних здібностях; песимізму;

- відчуття невизначеності майбутнього, втрати перспективи діяльності, не розуміння сенсу життя та доцільності ділової та особистісної діяльності;

- неадекватного емоційного реагування на зміну умов діяльності;

- відчуття власної професійної невідповідності сучасним потребам ринку [54, с. 413].

Під тягарем вказаних проблем відбувається процес професійного самовизначення юнаків, реалізується їх вибір професії. При цьому, як вказує В. Пасічна, «особистісні проблеми сучасної молоді найбільше впливають на їх професійний шлях, на формування усвідомленого ставлення до свого професійного потенціалу, самокритичності і здатності прийняття ефективних рішень» [54, с. 413]. Саме тому питання усвідомленого професійного вибору, адекватного професійного самовизначення є однією з нагальних для вирішення в юнацькому віці.

За результатами дослідження В. Шахова відзначається не стійкість професійного самовизначення юнаків, які вступили до закладів вищої освіти. Вона зазначає, що зроблений професійний вибір не завжди передбачає наявність стійкого професійного інтересу та поінформованості (більше половини студентів зробили вибір професії безпосередньо перед вступом до ЗВО) [88].

Під час навчально-професійної діяльності у них часто відбувається переосмислення свого професійного вибору, визначальних його чинників, мотивів. Для більшості при обранні спеціальності важливу роль відіграє внутрішня мотивація (більше половини юнаків відзначили важливість «наявності здібностей до даного виду діяльності», «бажання отримати якісну

професійну підготовку», «інтересу до професії»). Однак і зовнішня мотивація до навчання за фахом досить поширена (наприклад, близько 40% юнаків відзначають серед головних мотивів «високий рівень матеріального забезпечення» і «престижність спеціальності»). При цьому студенти можуть цілком успішно навчатися, але їх професійний вибір в даному випадку не обов'язково враховує їх здібності та інтереси, що апріорі обмежує їх можливості в професійній самоактуалізації [88].

На думку М. Болгової, багато студентів переживають розчарування в отриманій професії у ЗВО. В процесі навчання в університеті у них виникає невдоволення окремими навчальними предметами, з’являються сумніви в правильності професійного вибору, знижується інтерес до навчання. Спостерігається криза професійного вибору, що виразно проявляється в перший і останній роки професійного навчання [6, с. 217-218].

При дослідженні процесуальності розвитку професійного самовизначення юнаків Н. Мосол виявила такі проблеми:

- відсутність інформації про професію в момент вибору фаху, що призвело до розчарування і формального ставлення до отримання вищої професійної освіти («для документу», «щоб батьки не діставали»);

- нечітке уявлення про необхідний рівень розвитку ціннісно-смислових основ професійної діяльності (розмиті уявлення про сенс і цінності професійної праці, про образ професіонала);

- низька рефлексія особистісних рис і можливостей, та вимог, особливостей обраної професійної сфери, що є перешкодою для професійного зростання;

- недостатній розвиток навички цілепокладання;

- незабезпеченість інформації про можливості працевлаштування за спеціальністю [49].

Як вказує О. Ігнатович, змістовою характеристикою професійної перспективи юнаків є очікування результату від власного вибору майбутньої професії, здійсненого професійного самовизначення. Тобто, обираючи певну

професію, вступаючи у ЗВО, у процесі навчання юнак може опинитися перед дилемою: чи потрібно йому далі навчатися, чи відповідає обрана майбутня професія його власним уявленням та очікуванням. Якщо уявне очікування майбутнього професійного шляху не співпадає з реальним процесом професійного навчання у ЗВО, в юнака зникає інтерес, потяг до знань, знижується успішність у навчанні. Але ж студент змушений продовжувати навчання, бо вже затрачено багато часу, зусиль і грошей [30].

Ще, на думку О. Ігнатович, важливим аспектом професійного самовизначення є самооцінка профпридатності [30]. Дослідниця вказує, що процес формування самооцінки профпридатності має нерівномірну динаміку, стосується суперечностей, коли юнаку не вдається співвіднести відомі ознаки і вимоги професії зі своїми особистісними рисами та якостями (недостатність самопізнання), або ж він не може визначити сферу професійної самореалізації, в якій би зміг найбільш вдало застосувати свої якості (недостатність професійної інформації). З віком зміст самооцінки поступово збагачується, але ці зміни є процесом, який розвивається послідовно та інтенсивно. На думку О. Ігнатович, самооцінка профпридатності індивіда також відіграє важливу роль у формуванні професійних очікувань юнаків, які в залежності від її ступеня, набувають реалістичний характер, або, навпаки, більш фантастичний. Наприклад, юнак із завищеною самооцінкою профпридатності, може відчувати та уявляти себе майже природженим фахівцем якоїсь обраної галузі, здатним вирішити будь-яку проблему клієнтів, не враховуючи внутрішніх особливостей самої професії [30; 63].

На жаль, в сучасних умовах життя не можна обійти увагою вплив війни всі процеси життєдіяльності сучасної молоді, що також негативно відображається й на якості їх професійного самовизначення. У дослідженні Т. Цуркан наведено характеристики впливу війни на сучасну молодь:

1) психологічний стан. Війна викликає сильний стрес і тривожність у студентів, впливає на їх здатність до концентрації, до напруженої роботи.

2) обмежений доступ до освітніх ресурсів. Через вплив війни можуть виникати проблеми з доступом до інтернету, до бібліотек, до наочних посібників, що загалом може знижувати якість навчання, засвоєння студентами необхідних професійних знань та вмінь;

3) труднощі організації режиму дня. При перервах в електро-водопостачанні та інших необхідних умовах, важливих для здорового режиму дня, можуть виникати проблеми підвищеної втоми, зниження продуктивності діяльності, виникати сумніви у доцільності виконання певної професійної діяльності тощо.

4) невизначеність майбутнього та невпевненість у його оптимістичних тонах. Війна створює відчуття невпевненості не лише в майбутньому, а й у поточному середовищі. Особливо складними є питання можливостей працевлаштування після закінчення ЗВО, а не відправки на фронт. Це може знижувати мотивацію студентів до оволодіння професійними знаннями і вміннями, зменшувати їх активність у формуванні необхідних якостей.

5) відсутність можливостей для соціально-культурного життя. Під час війни стають обмеженими можливості соціально-культурного дозвілля, не можливість відвідування кіно, театрів чи інших закладів. Це спричиняє відчуття соціальної ізольованості, знижує соціальну активність студентів, негативно впливає на якість їх навчально-професійної діяльності [87, с. 353].

Отже, професійне самовизначення є одним із основних новоутворень юнацького віку, що передбачає активну роботу молоді у напрямі визначення своєї сфери професіоналізації, вибору закладу вищої освіти для професійної підготовки, докладання зусиль для усвідомлення своїх якостей і нахилів для адекватної відповідності їх до обраної професії.

1.3. Методично-організаційні основи розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті

Одним із напрямів діяльності працівників психологічної служби у закладі вищої освіти є надання допомоги студентам у вигляді психологічного супроводу їх професійного самовизначення, уточнення відповідності зробленого професійного вибору до особистісних якостей і внутрішніх мотивів діяльності, з'ясування показників професійної придатності тощо.

Професійне становлення особистості студентів на етапі навчання в ЗВО характеризується набуттям необхідних професійних знань, умінь, навичок, розвитком професійних і культурних компетентностей, формуванням стосунків з іншими. У цей час відбувається сприйняття професії як значущої, засвоєння професійної ролі, «входження» в професію на позиції фахівця, усвідомлення власних цінностей і задоволення своїх потреб в отримуваній професії [10, с. 23].

Основними результатами професійного становлення особистості на етапі професійного навчання є професійна спрямованість, компетентність, соціальної та професійно важливі якості і здібності, готовність до професійної самореалізації і зростання [37, с. 202].

Як вказують Я. Бугерко, Г. Гірняк, «ефективність професійної підготовки у ЗВО визначається рівнем сформованості професійної самовизначеності у студентів, де важливим аспектом є включення студентів у процес цілеспрямованого самовизначення у процесі навчально-професійної діяльності, набуття ними необхідних професійних знань та вмінь» [10, с. 21].

Відповідно до вказаного Л. Петриченко зауважує, що в закладі освіти мають створюватися необхідні умови та реалізуватися такі завдання психологічного супроводу професійного самовизначення зростаючих особистостей:

- формування і розвиток індивідуально-психологічних рис та якостей;

- створення умов для активізації творчого потенціалу;

- ознайомлення із дійсними економічними запитами країни до кваліфікованих кадрах;

- формування соціальної активності юнаків, стимулювання їх активної громадянської позиції;

- формування у зростаючих особистостей компетентності щодо навчання впродовж життя [58, с. 55].

Психологічна підтримка та психологічний супровід студентів має особливу значущість для реалізації ефективного професійного самовизначення та успішного вибору професії. На думку Н. Мосол, юнаки, які знаходяться в ситуації професійного самовизначення, повинні не лише володіти інформацією про професії та їхні вимоги до особистості, але й мати певні особистісні якості, які відповідають вимогам професії, та достатній рівень готовності до такого вибору [49]. Це зумовлює необхідність створення оптимальних умов для активізації процесів професійного самовизначення студентів, надання їм допомоги в усвідомленні правильності зробленого професійного вибору. На це спрямовані консультації психолога, під час яких використовуються спеціальні методики, які включають профорієнтаційні ігри, профорієнтаційні вправи та рольові ігри, діагностичні процедури тощо [49].

Для ефективного професійного самовизначення юнаків, на думку Н. Мосол, важливо створювати умови для усвідомленого вибору ними професії, активізувати суб'єктність, формувати готовність до такого вибору [49].

Існують рівні вирішення завдань супроводу юнаків на етапі вибору професії. Схема суб'єкт-об'єктних відносин, наприклад, надання інформації про професії, – це лише «орієнтація». Професійне ж самовизначення відбувається за участю суб'єкта. Діяльність, що організована у формі реального діалогу, вже реалізує принцип суб'єкт-суб'єктних відносин, вона спрямована на активізацію особистості засобами спеціально організованої взаємодії. Наступний рівень уже спрямований на формування самостійності у

процесі професійного вибору – формується «внутрішня активність» як здатність до самостійного вирішення проблем професійного самовизначення. На відміну від ситуації інших рівнів, людина не лише потрапляє під активізуючий вплив, але стає активним суб'єктом [49].

Основними профорієнтаційними послугами, які надаються у закладах освіти, є:

1) формування загальної готовності до професійного самовизначення і майбутнього трудового життя;

2) психологічна допомога в умовах конкретного професійного вибору; перевірка його правильності;

3) психолого-педагогічна допомога в освоєнні вже обраної професії;

4) вдосконалення в обраній професії.

При цьому Н. Мосол відзначає пріоритетність перших двох послуг і відносну другорядність двох інших. [49].

За даними Л. Гуцан, С. Дятленко, О. Мельник, О. Моріна, та ін. «допомога юнакам у правильному виборі професії передбачає одержання ними знань про себе, свої риси та якості (формування образу «Я») і про світ професій (аналіз професійної діяльності) з наступним співвіднесенням отриманих знань (професійна проба)» [44].

У праці К. Олійник визначено такі напрями психологічної діяльності щодо професійного самовизначення юнаків:

- надання глибоких і різносторонніх знань про світ професій, створення умов для самопізнання, усвідомлення своїх якостей, дати інформацію про шляхи здобуття професійної освіти, ознайомити юнаків із потребами у певних кадрах на ринку праці. Цей напрям діяльності реалізується через проведення професійних консультацій з юнаками та бесід з ними;

- допомога юнакам у глибокому пізнанні рис свого характеру і темпераменту, власних здібностей, інтересів, мотивації, ціннісних орієнтацій. Тут застосовуються засоби і методи професійної діагностики юнаків та їх здібностей, нахилів, уподобань;

- розвиток потреби юнаків у професійному самовизначенні відповідно до уявлень про майбутню професію. Тут приділяється увага вирішенню основних питань адаптації до умов навчально-професійної діяльності у ЗВО, створюється основа для підготовки юнаків до свідомого прийняття рішення щодо правильності вибору професії, стимулювання до професійного самовдосконалення в обраній сфері;

- сприяння в активізації прагнень юнаків у пошуку власного шляху оволодіння певною професією, що передбачає використання вправ на самопізнання та самоаналіз, вміння визначати цілі та ставити кроки з їх досягнення;

- створення умов для моделювання юнаками ситуацій вирішення виробничих завдань, формування уявлень щодо ідеального образу професіонала, надання допомоги у побудові професійних планів. Тут застосовуються спеціальні вправи, рольові ігри, моделювання проблемних ситуацій та дискусії з їх вирішення та ін. [51, с. 48-49].

В. Кириченко вказує, що основними принципами роботи психолога з професійного супроводу юнаків є надання оптантам інформації про сучасний світ професій і праці; врахування інтересів, потреб, здібностей особистостей; створення відповідного інформаційного та діяльнісно-практичного середовища для набуття юнаками важливих для майбутньої професійної діяльності знань, умінь і навичок [31].

Водночас, однією з проблем, перед якою стоїть сучасна молодь у намаганні здійснити самовизначення – це невизначеність перспектив розвитку економіки. Існуючі прогнози розвитку економіки країни після війни при загальному оптимізмі страждають низькою конкретністю: невідомо, які сфери виробництва і професії будуть більш затребувані, а які втратять свою актуальність. Поки все це визначається на рівні здорового глузду, однак повоєнна економіка викликає більше запитань, чим ясності. Тим більше, що невідомо, скільки ще триватиме війна, і хто із фахівців, крім професійних військовослужбовців, буде потрібний країні в найближчі роки. Часто юнаки

про це взагалі не замислюються, однак вибираючи свій професійний шлях, молодь стикається із проблемою неможливості прогнозування подальшого працевлаштування після закінчення закладу вищої освіти.

Водночас у складний час життя в умовах війни психологічна робота із студентами має спрямовуватися не лише на вирішення проблем, запитів юнаків, а й на підвищення їх життєстійкості, опірності стресам, навчання діяти в умовах невизначеності, приймати рішення серед можливих. За даними Т. Цуркан, чинниками, які сприяють підтриманню свідомої та активної життєвої позиції у майбутніх фахівців нині, є:

1. Стійка система цінностей та моральних принципів, що підтримують мотивацію до активного життя в будь-яких умовах;

2. Формування навичко критичного і позитивного мислення, що сприяють зосередженню на ресурсах, силах, можливостях для вирішення проблем, а не на перешкодах;

3. Розвиток життєстійкості та супутніх проявів стресостійкості та емоційної стійкості, що допомагають сприймати проблеми як виклики, як уроки для досвіду, а не як глобальну катастрофу;

4. Соціальна підтримка від членів сім'ї, великої родини, друзів, які здатні підтримати студентів та навчити їм управляти своєю поведінкою під час стресу;

5. Спрямованість на участь в добрих справах, волонтерській діяльності, громадських проєктах, що дають змогу відчувати себе потрібним, корисним для суспільства, отримувати вдячність від інших людей. Це допомагає формувати у майбутніх психологів емпатію, здатність надавати підтримку і допомогу тим, хто потребує [87, с. 354].

При цьому Н. Тавровецька відзначає, що без систематичного цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу у більшості студентів ЗВО не виявляється сталого гармонійного розвитку професійного самовизначення та всіх його компонентів, а проект професійного життєвого шляху має нечітку, розмиту структуру. Тому в освітньому процесі ЗВО слід

приділяти особливу увагу психологічній роботі з ціннісно-смисловими основами професійної діяльності юнаків, розширювати уявлення студентів про можливі внутрішні і зовнішні перешкоди та обмеження на професійному шляху і про різні способи їх подолання, сприяти розвитку у них навичок рефлексії і цілепокладання [28].

Підтримуючи вищевказану думку, Б. Барчі та О. Руснак називають наступні важливі психологічні умови підготовки юнаків до свідомого професійного самовизначення:

- розроблення системи вивчення професійних інтересів, здібностей, мотивів учнів;

- системне дослідження можливостей професійного самовизначення, навчання та працевлаштування учнів на основі аналізу особливостей їх прояву;

- здійснення консультативної та просвітницької роботи з батьками щодо відомостей про різні професії і види діяльності, характер різноманітних професій у відповідності з особливостями і можливостями їхніх дітей;

- організація психокорекційної роботи, спрямованої на формування адекватної самооцінки і рівня домагань учнів [3, с. 90].

Психологічна допомога юнакам в оптимізації їх професійного вибору, уточненні професійного самовизначення має спрямовуватися на створення відповідних умов за допомогою спеціальних методів, які б сприяли самостійному та свідомому вирішенню юнаком чи дівчиною нагальних проблем з професійного самовизначення. Вже після формування у юнаків впевненості у зробленому професійному виборі, усвідомленні обраної сфери як внутрішньо цінної для трудової реалізації, їх можна розглядати як суб'єктів професійного самовизначення.

Основними характеристиками нових методів профорієнтації, сприяння професійному самовизначенню студентів є:

а) простота у використанні, акцент – на «живу» роботу, засновану на діалозі;

б) більш сміливе використання таких методів, як спеціально організована дискусія (можливо з елементами ділових ігор);

в) розробка спеціальних ситуацій для аналізу, які могли б використовуватися як навчальні завдання (на прикладі їх аналізу в учнів має формуватися спосіб вирішення складних профорієнтаційних завдань, і тільки тоді, коли випускники шкіл самі навчаться їх вирішувати, можна буде говорити про можливість їх професійного самовизначення);

г) практичне доопрацювання профорієнтаційних процедур, що дало б змогу поступово перетворити їх в освітні (але вже профорієнтаційні) навчальні технології [64].

Актуальним завданням психологічної роботи із супроводу професійного самовизначення студентів є проведення з ними соціально-психологічних тренінгів, що набувають останнім часом все більшої популярності та доводять свою ефективність у різних сферах при вирішенні широкого кола завдань. Як вказують Н. Афанасьєва, Л. Перелигіна, соціально-психологічний тренінг є ефективним методом навчання та виховання особистості, також він є цінним засобом корекції неадаптивних форм поведінки, установок і очікувань. Тренінг має свої специфічні та принципові риси, що відрізняють його від інших форм психолого-педагогічного впливу на особистість [1].

За визначенням Т. Щербан, соціально-психологічний тренінг – один з методів активного навчання та психологічного впливу, який здійснюється в процесі інтенсивної групової взаємодії і спрямований на підвищення компетентності в сфері спілкування, в якому загальний принцип активності учасника доповнюється принципом рефлексії над власною поведінкою і поведінкою інших учасників груп [93, с. 160].

Саме під час тренінгу, де використовуються активні методи роботи з учнями, створюються умови для внутрішньої зміни особистості юнаків, і для засвоєння ними досвіду міжособистісної взаємодії, особистісної рефлексії, самоаналізу та визначення шляхів для вдосконалення.

Як вказує Н. Мілорадова, використання тренінгових технологій у процесі супроводу професійного самовизначення юнаків є найбільш прийнятним під час роботи з молоддю, що обумовлене віковими психологічними особливостями світосприйняття та світобачення, а також визначальним значенням їх обізнаності та чутливості для успішного професійно-кар'єрного самовизначення учасників [47].

Одним із напрямів психологічного супроводу студентської молоді в процесі їх професійного самовизначення є надання допомоги у побудові професійного плану, що має включати:

- мотиваційний аспект до праці за обраним фахом;

- наближену перспективу постановки професійної мети;

- запасні варіанти досягнення професійної мети;

- віддалену перспективу професійної діяльності;

- розуміння своїх можливостей і фактичне врахування власних ресурсів та здібностей, сил при професійному плануванні та визначенні домагань у професійному житті;

- докладання зусиль для формування компетентностей у досягненні професійної мети;

- при недосягненні професійного плану передбачається його корекція чи побудова нового плану, із врахуванням попереднього досвіду реалізації бажань та очікувань у реальності [58, с. 57].

За ствердженням Л. Петриченко, втілення професійного плану в життя включає розв'язання таких завдань з особистісного розвитку та професійної реалізації:

- активувати установку на активність у самопізнанні і рефлексії як підґрунті професійного самовизначення;

- ознайомити із запитом на ринку праці, вимогами до обраної професії;

- формувати особисту активну позицію у професійній діяльності,

- розвивати вміння порівнювати свої ресурси і сили із вимогами професії, навчати навичкам створення професійного плану, контролювати перебіг його виконання;

- формувати здатність до аналізу власної придатності до різних видів і напрямів професійної діяльності психолога відповідно до вимог до знань і вмінь, особистісних якостей майбутнього фахівця;

- створювати умови для визначення перспектив у процесі самореалізації у різних напрямах професійної діяльності під час проходження виробничих практик;

- підтримувати умови для розвитку професійно значущих рис особистості фахівців;

- формувати життєстійкість, позитивну мотивацію і готовність до змін, гнучкості та мобільності у межах обраної професії;

- формувати емоційно-вольові, моральні, професійні риси особистості [58, с. 57].

Отже, для надання допомоги студентам у професійному самовизначенні, здійсненні ними усвідомленого професійного вибору велике значення має психологічний супровід, що сприяє утвердженню професійно-життєвих установок, свідомому прийняттю правильності зробленого вибору, підвищує особистісну готовність до майбутньої професійної діяльності.

Висновки до розділу 1

У психологічній науці поняття «професійного самовизначення» трактується як процес, який охоплює весь період професійної діяльності особистості: від виникнення професійних намірів до виходу на пенсію. При цьому професійне самовизначення трактується також і як процес поетапного прийняття рішень, що поєднують вподобання юнаків у виборі професії із оцінюванням особистістю своїх психологічних рис, потенційних можливостей та порівняння їх із професіограмою обраної професії. Ще вважається, що професійне самовизначення – це складний, довготривалий процес, що передбачає усвідомлене самостійне визначення людиною призначення своєї трудової діяльності у конкретній фаховій ситуації.

Проблема професійного самовизначення стосується не лише старшокласників та випускників шкіл, які обирають фах та мають намір вступати до вищого закладу освіти відповідно до обраної сфери професіоналізації. Необхідність свідомого професійного самовизначення, утвердження у правильності свого вибору засвідчується як важливий аспект професійного становлення майбутніх фахівців на етапі їх навчання у ЗВО.

Навіть зробивши певний професійний вибір, юнак може сумніватися у ньому, або ж відчувати не свідомий підхід до цього вибору, зробленого під впливом батьків чи друзів, авторитетних знайомих. Майбутній фахівець може відчувати недостатність внутрішньої мотивації до самореалізації саме в обраній сфері професійної діяльності, або ж у процесі набуття професійних знань та вмінь відчувати власну не придатність, змінити уявлення про необхідні ресурси, особистісні риси, які допомагають виконувати професійні обов’язки та з’ясувати не відповідність до вимог професії.

Зважаючи на певні труднощі професійного самовизначення юнаків, у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців у ЗВО доцільно використовувати більш ефективні стратегії і методи формування свідомого ставлення до себе як до представника обраної професії, створювати необхідні

умови для вдосконалення шляхів професійного становлення майбутніх фахівців, набуття ними теоретичних знань і практичних вмінь, формування особистісних якостей, необхідних для професійної діяльності.

Вказано на доцільність психологічного супроводу процесу професійного самовизначення юнаків. Важливими напрямами діяльності практичних психологів закладів вищої освіти із юнаками є профорієнтація та профконсультація, основними завданнями яких є активізація студентів до вдумливого і свідомого професійного вибору, розширення знань про професійну діяльність та надання змоги пізнати себе, співвіднести індивідуальні особливості і здібності і вимогами обраної професії.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

2.1. Методика організації дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення студентів

Для практичного вивчення психологічних особливостей розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів проведено емпіричне дослідження. Визначено цілі та завдання його підготовки і проведення, проаналізовано особливості вибору методик для діагностики стану розвитку професійного самовизначення в юнацькому віці, встановлено специфіку обробки результатів за обраними методиками.

Нижче представлено послідовність та структуру експериментально-дослідницької роботи на кожному з етапів проведення дослідження (рис. 2.1.).

Представимо основні позиції підготовки і проведення дослідження на кожному з етапів:

1. На констатувальному етапі, мета якого – встановити психологічні характеристики стану розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів, виконано такі види діяльності відповідно до поставлених завдань:

- теоретично проаналізовано методичне підґрунтя проведення дослідження щодо показників професійного самовизначення студентів-майбутніх фахівців у галузі психологів, визначено цілі і завдання етапів дослідження;

- підібрано психодіагностичні методики для проведення опитування майбутніх психологів щодо психологічних характеристик їх професійного самовизначення;

- проведено опитування студентів, опрацьовані первинні результати щодо професійного самовизначення майбутніх психологів;

- опрацьовано результати, сформовано висновки про психологічні особливості професійного самовизначення у студентів 2 і 3 курсів, які навчаються за спеціальністю «053. Психологія».

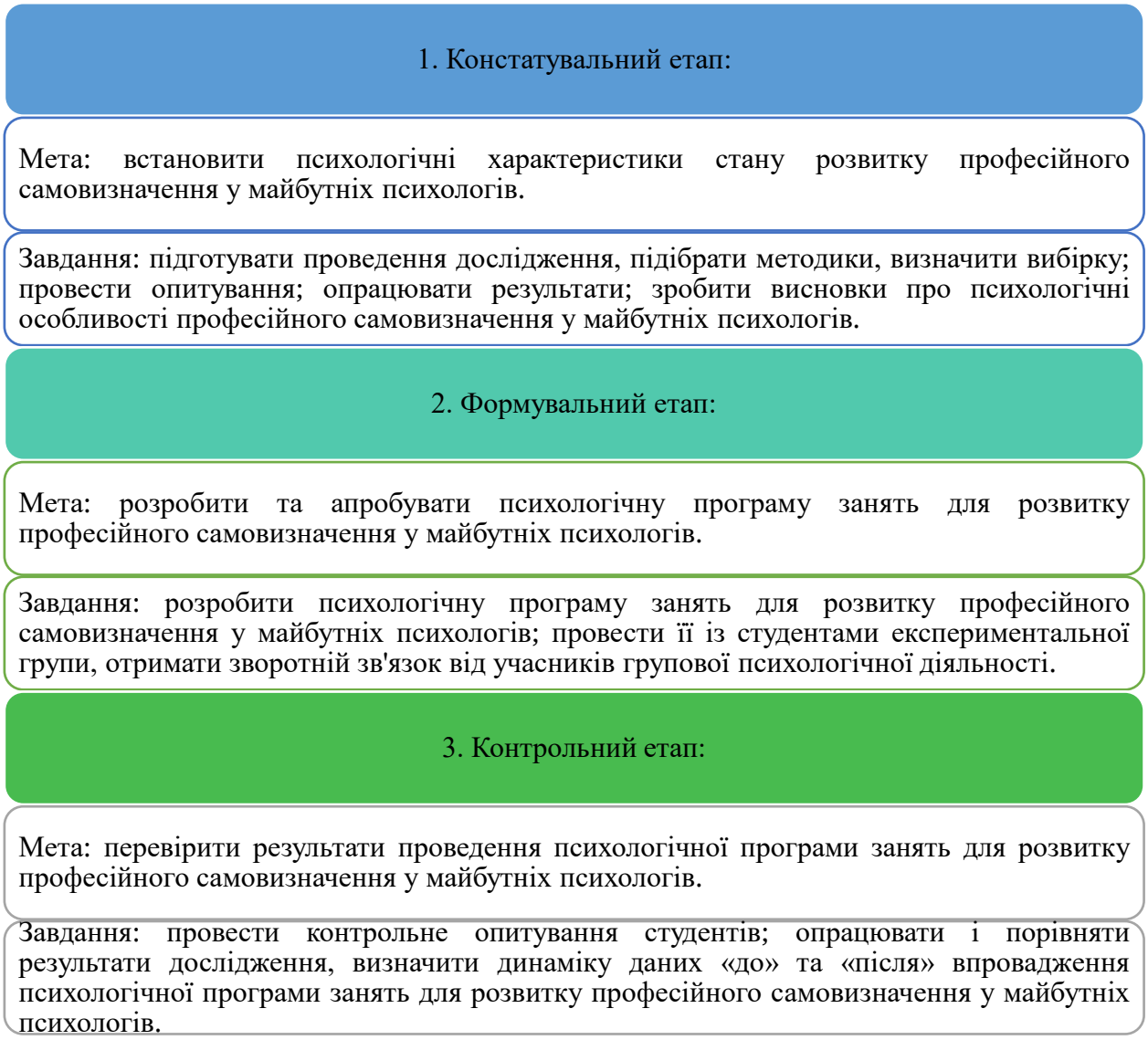


Рис. 2.1. Етапи та основна структура проведення дослідження стану розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів

2. На формувальному етапі, мета якого – розробити та апробувати психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів, виконано такі види робіт відповідно до поставлених професійних завдань:

- розроблено психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів;

- розроблену програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів впроваджено із опитаними студентами 3 курсу, що склали експериментальну групу респондентів;

- отримано зворотній зв'язок від учасників психологічної роботи з розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

3. На контрольному етапі, мета якого – перевірити результати проведення психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів, виконано такі види діяльності згідно з визначеними завданнями:

- проведено контрольне опитування студентів експериментальної групи (3 курсу) та контрольної групи (2 курсу) за заздалегідь обраними методиками;

- опрацьовано та проаналізовано отримані результати дослідження, порівняно дані «до» та «після» впровадження психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів;

- на основі отриманих результатів емпіричного дослідження встановлено високу ефективність впровадження психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів, що дає змогу рекомендувати апробовану психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів у практичну діяльність працівників психологічної служби ЗВО для вдосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі психології.

Вибірку опитуваних склали 40 студентів-майбутніх психологів, які навчаються на 2-3 курсах Європейського університету (по 20 осіб з 2-го та 3-го курсів). Серед опитаних 10 хлопців та 30 дівчат віком від 19 до 21 років.

В процесі емпіричного дослідження використано такі **психодіагностичні методики:**

- Тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості;
- Методика професійної спрямованості особистості Б. Басса;

- Методика самооцінки кар’єрного розвитку учнівської молоді «СКРУМ» (О. Ігнатович);
- Опитувальник професійного самоздійснення (О. Кокун).

Тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості спрямований на оцінку професійного особистісного типу. Респонденту пропонується бланк опитувальника, де попарно представлені різні професії. Він має обрати в кожній із запропонованих пар одну професію, якій надає перевагу, і відзначити її знаком «+». На основі порівняння отриманих результатів із ключем тесту визначається тип професійної схильності опитуваного: реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенціальний, підприємницький, артистичний.

Максимальна кількість збігів вказує на приналежність респондента до одного із шести типів професійної спрямованості:

1. Реалістичний тип – орієнтований на сьогодення, емоційно стабільний, займається конкретними об'єктами (речами, інструментами, машинами, віддає перевагу заняттям, що вимагають моторної спритності, конкретності. У представника даного типу розвинені математичні, невербальні здатності, йому рекомендуються професії механіка, електрика, інженера, агронома тощо.

2. Інтелектуальний тип – аналітичний, раціональний, незалежний, оригінальний. У такої людини переважають теоретичні цінності, вона любить розв’язувати завдання, які вимагають абстрактного мислення, інтелектуальної діяльності. У представників даного типу гармонійно розвинені вербальні й невербальні здатності, вони віддають перевагу науковим професіям: ботанік, астроном, математик, фізик.

3. Соціальний тип – має соціальні вміння та високу потребу в контактах з іншими людьми. У представників даного типу виразно проявляються такі риси характеру, як прагнення повчати й виховувати, психологічне налаштування на іншу людину, гуманність, толерантність. Представник даного типу намагається триматися осторонь від інтелектуальних проблем; активний, але часто залежить від думки групи людей. Проблеми вирішує,

опираючись на емоції, почуття, уміння спілкуватися. Має гарні вербальні здатності. Сфери його професійної реалізації – освіта та медицина, а найчастіші професії – педагог, лікар, психолог тощо.

4. Конвенціальний тип – віддає перевагу чітко структурованій діяльності. Має стереотипний, конкретний, практичний характер, не проявляє критичності, оригінальності, переважно консервативний, залежний від думки інших, ригідний (не любить зміни діяльності). У представників даного типу слабко розвинені організаторські, але переважають математичні здібності. Кращі професії для представника конвенціального типу – пов'язані з канцелярією й розрахунком.

5. Підприємницький тип – обирає цілі, які надають змогу виявити його енергійність, ентузіазм, імпульсивність, любить пригоди. Представник даного типу домінантний, любить визнання, любить керувати. Йому не подобається практична праця, а також заняття, що вимагають інтелектуальних зусиль, посидючості. Гарно вирішує завдання, пов'язані з керівництвом, статусом і владою, агресивний і заповзятливий, має гарні вербальні здатності. Найкраща сфера професійної діяльності: артист, журналіст, телеоператор, завідувач, директор, дипломат і т.п.

6. Артистичний тип – опирається на емоції, уяву, інтуїцію; має складний погляд на життя. Незалежний у рішеннях, оригінальний. У представників даного типу високо розвинені моторні й вербальні здібності, він має високий життєвий ідеал із ствердженням свого «Я». Його можна назвати несоціальним у тому розумінні, що не дотримується умовностей суспільства. Разом з тим він віддає перевагу творчим заняттям: музиці, малюванню, літературній творчості, створенню мистецтва [64, с. 128-134].

Методика професійної спрямованості особистості Б. Басса спрямована на визначення мотиваційно-особистісної та професійної спрямованості респондента за одним із типів – «на себе» (особистісно-егоїстичний тип спрямованості), «на справу» (професійно-орієнтований, спрямований на якісне виконання професійної діяльності), «на спілкування»

(соціально-орієнтований на взаємодію, співпрацю, залучення інших людей до вирішення проблем, обговорення шляхів їх розв'язання).

Опитуваному дається бланк методики, який включає 30 тверджень, до кожного з яких пропонується по три відповіді (а, в, с). Респондент спочатку обирає варіант відповіді, який найбільше підходить («більш за все»), записує буквену позначку в бланк відповідей, і так само обирає найменш вірогідну відповідь («менш за все»), записує її у бланк відповідей. Третя відповідь, яка залишилася, не записується до бланку відповідей.

Опрацювання результатів здійснюється шляхом їх порівняння із ключем методики, де визначається домінуючий тип спрямованості – «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований), «на справу, завдання» (професійно-орієнтований).

Кожний із типів спрямованості відрізняється своїми психологічними характеристиками:

1) спрямованість на себе «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) вказує на орієнтацію респондента на задоволення своїх потреб та інтересів, на пряму винагороду (заробітну плату, визнання, іншу користь) незалежно від своїх здібностей та змісту роботи. Цей опитуваний прагне до задоволення лише своїх цілей, схильний до суперництва з іншими.

2) спрямованість на «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) засвідчує спрямування респондента до співпраці, підтримання стосунків з іншими людьми, залучення їх до обговорення проблем, пошуку спільних рішень. За будь-яких умов цей респондент надає перевагу збереженню гарних взаємин з іншими людьми, а тому навіть готовий поступатися своїми інтересами у конфліктах, здатний дотримуватися норм групи та правил взаємодії в ній. Також цей респонденти високо орієнтований на спільну діяльність, готовий до співробітництва, схильний досягати високих успіхів у колективній діяльності.

3) спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) – свідчить про зацікавленість респондента у високому досягненні

запланованих цілей у справах, на професійне виконання обов'язків. Він орієнтований на вирішення поставлених професійних завдань, подолання проблем найшвидше та професійним шляхом. Готовий до ділової співпраці з іншими, при цьому сам докладає максимум зусиль, щоб досягати високих успіхів, відповідальний, вдумливий, серйозний. Це найбільш «професійний тип», його представник досить вимогливий до себе і до інших, чітко формулює завдання, відстоює власні ідеї та переконання, особливо, коли вони корисні для загальної справи [65, с. 40-48].

Методика самооцінки кар'єрного розвитку учнівської молоді «СКРУМ» (О. Ігнатович) спрямована на визначення психологічних характеристик професійного самовизначення в юнацької молоді.

Включає 20 запитань, що стосуються зробленого професійного вибору, впливу на нього з боку батьків, друзів, вчителів, самостійності у досягненні успіхів у навчально-професійній діяльності, прагнень докладати належних зусиль для професійного становлення і кар'єрного розвитку.

За кожним питанням респондент має визначити свою згоду за 10-бальною шкалою від 1 до 10, що відповідає мінімальному та максимальному рівням згоди. При підрахунку отриманих результатів визначається сумарний бал за всіма твердженнями, і визначається три рівні професійного самовизначення і кар'єрного розвитку:

Базовий (низький) від 0 до 67 балів

Середній – від 67 до 134 балів

Високий – від 134 балів до 200 балів [63, с. 178-179].

Автор методики пропонує так трактувати отримані результати:

Базовий (низький) рівень кар'єрного розвитку властивий для осіб, які недостатньо ефективно застосовують особистісні ресурси при професійному самовизначенні, мають занижені чи завищені, тобто неадекватні кар'єрні домагання та очікування, не засвоїли елементарних знань про професію. А при виборі певної професійної сфери послуговувалися думкою батьків, вчителів, друзів, тобто вибір здійснено несвідомо.

Середній рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку властивий для осіб, які частково здатні до прогнозування кар'єрних перспектив, уявляють, які професійно важливі якості їм необхідні для успіхів у професійній діяльності. Ці респонденти готові докладати зусиль, щоб підвищити власні професійні можливості, однак недостатньо ініціативні, не вміють гнучко і швидко реагувати на зміни соціального і професійного середовища.

Високий рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку властивий для респондентів, які реально оцінюють свої професійні перспективи і кар'єрні домагання, знають і враховують власні сильні та слабкі сторони, вміло використовують ресурси, щоб досягти успіхів у майбутній професії. Саме ці опитувані готові наполегливо працювати для досягнення цілей свого професійного шляху та кар'єрного розвитку [30].

Опитувальник професійного самоздійснення (О. Кокун) спрямований на визначення ознак професійного самоздійснення, поєднаних за двома формами (внутрішньопрофесійні та зовнішньопрофесійні) і визначення загального результату – рівня професійного самоздійснення опитуваного.

Респонденту пропонується бланк із двох частин, де в першій міститься 30 запитань, а в другій – творче завдання. На запитання пропонуються 5 варіантів відповідей, що залежать від змісту запитання, та вказують на наявність цілей, здібностей, задоволеності професійною реалізацією, або наявність певних ознак професійного життя.

Творче завдання (друга частина опитувальника) передбачає довільну відповідь на те, як професійна діяльність допоможе створювати умови для особистісної самореалізації. Респондент дає письмову відповідь про те, як він бачить поєднання професійної та особистісної самореалізації у своєї професійній сфері.

Обробка результатів передбачає визначення показників за такими ознаками професійного самоздійснення, де за кожною шкалою виділяється по 3 твердження:

1. Внутрішньо-професійні ознаки професійного самоздійснення:

- Потреба у професійному вдосконаленні;

- Наявність проекту професійного саморозвитку;

- Домінуюче задоволення від своїх професійних досягнень;

- Здатність до постановки нових професійних цілей;

- Формування свого «життєвого професійного простору»;

2. Зовнішньо-професійні ознаки професійного самоздійснення:

- Досягнення поставлених професійних цілей;

- Визнання досягнень особи з боку професійного співтовариства;

- Здатність до застосування професійного досвіду та здобутків фахівця іншими спеціалістами;

- Розкриття особистого потенціалу та здібностей у професії;

- Вияв власної творчості у професійній діяльності.

Загальні рівні вияву внутрішньо-професійного та зовнішньо-професійного самоздійснення дають змогу встановити «загальний рівень професійного самоздійснення», відповідно до наведених у ключі діапазонів відповідно до трьох інтегральних рівнів. Так, зокрема, за рівнем «внутрішньо-професійного самоздійснення» передбачається діапазон від низького до високого рівнів у проміжку між 0 до 52 балів, за рівнем зовнішньо-професійного самоздійснення – від 0 до 50 балів, за загальним рівнем професійного самоздійснення – у проміжку від «менше 45 балів» до більше 100 балів. Градація рівнів передбачає виділення високого, вищого за середній, середнього, нижчого за середній та низького рівнів професійного самоздійснення [34].

Процедура дослідження включала опитування і тестування студентів за обраними психодіагностичними методиками протягом одного навчального тижня (бланки відправлялися їм за різними інформаційними каналами зв’язку – вайбер, профілі у фейсбуці), деякі опитувальники пропонувалися в онлайн вигляді і тоді студенти могли самостійно ознайомитися із результатами тестування.

Під час збору бланків з відповідями на питання діагностичних методик проводився контроль якості їх заповнення (якщо респонденти давали не всі відповіді – повертали на повторне тестування з проханням бути уважнішим). Обробка та інтерпретація отриманих даних була зроблена на основі кількісної оцінки і якісного аналізу результатів опитування, методів описової статистики, що комплексно дало змогу проаналізувати стан розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

2.2. Аналіз психологічних особливостей професійного самовизначення майбутніх психологів

Проаналізуємо всі отримані результати опитування студентів-майбутніх психологів щодо вияву психологічних характеристик сформованості у них показників професійного самовизначення. Використовуючи тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості, ми отримали наступні результати опитування студентів-майбутніх психологів (рис. 2.2).

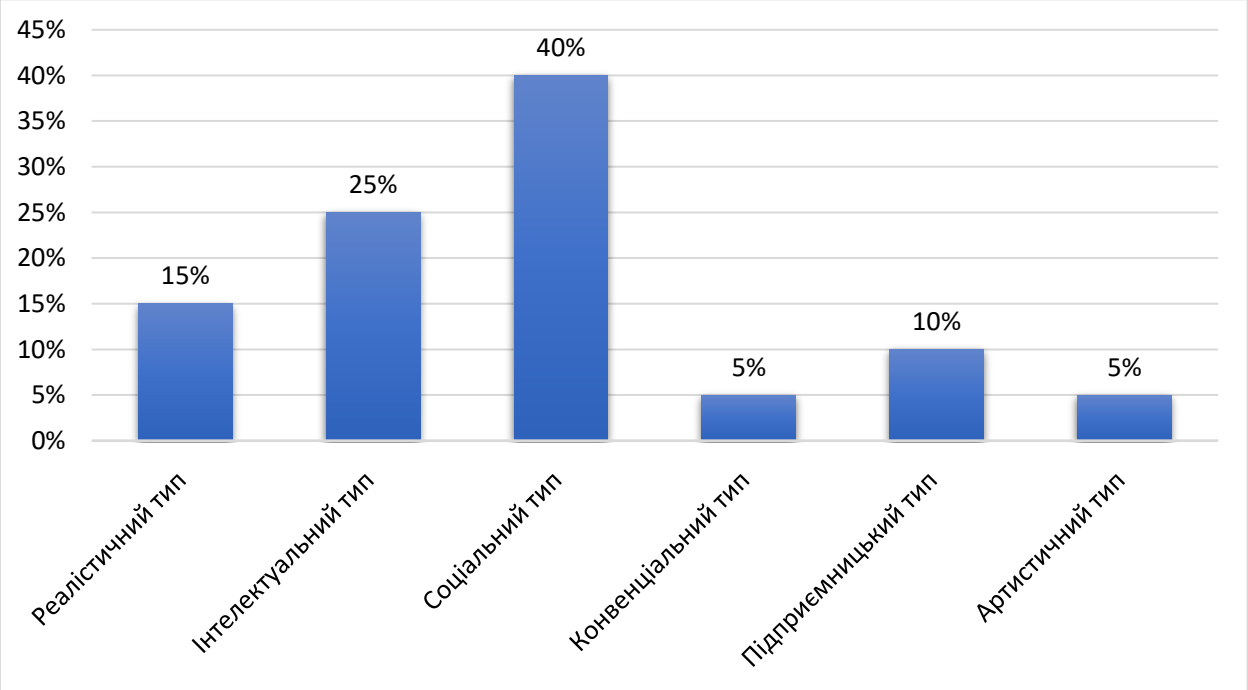


Рис. 2.2. Типи професійної спрямованості майбутніх психологів (за методикою Дж. Голланда)

Серед опитаних студентів більшість надають перевагу соціальному типу професійної спрямованості (40%), що характеризується як схильність юнаків до професійної діяльності у контакті з іншими людьми у сфері освіти, медицини, соціальної та психологічної допомоги тощо. Студенти з цим типом професійної спрямованості товариські, комунікативні, мають гарні вербальні здібності, легко встановлюють контакти з іншими – колегами, клієнтами, учнями тощо. Тобто саме цей тип професійної спрямованості найбільше відповідає професійній сфері самореалізації майбутніх психологів.

Для 25% студентів властивий інтелектуальний тип професійної спрямованості, вони схильні до аналітичного мислення, раціональної поведінки, і разом з тим до оригінальності, пошуку цікавих рішень для поставлених завдань. Ці респонденти можуть бути гарними теоретиками, вченими, математиками або фізиками, або ж вдосконалювачами існуючих способів і засобів досягнення виробничих завдань. Вони не схильні до практичної діяльності руками, проте ініціативні у висуванні різноманітних ідей для детального вивчення і покращення даної діяльності. Також, зважаючи на високі здібності до аналітичних роздумів, ці респонденти можуть працювати вмілими психологами-науковцями і діагностами, коучами, які надають інформативну підтримку і допомогу іншим, спрямовують клієнтів до пошуку ефективних шляхів вирішення їх проблем.

Ще 15% опитаних мають перевагу реалістичного типу, що вказує на їх схильність до практичної діяльності у сьогоденні, активне використання конкретних інструментів та засобів для досягнення поставленої професійної мети. Вони мають гарно розвинені математичні та розрахункові здібності, схильні до роботи бухгалтерами, інспекторами у різних інстанціях і службах контролю якості, а також на виробництві із використанням простих і зрозумілих приладів та об’єктів. З цих студентів-майбутніх психологів вийдуть гарні науковці, психологи-експериментатори, які проводять різні дослідження, вивчають науку психологію в її прикладних аспектах.

Для 10% студентів властивий підприємницький тип, що характеризує їх як енергійних, спрямованих на досягнення успіху, бадьорих і дієвих, активних в управлінні іншими, здатних захопити власною ідеєю і повести за собою. Для таких оптантів доцільні професії директора, завідувача, журналіста, дипломата тощо. Ці майбутні психологи можуть працевлаштуватися на посаду організаційного психолога і за сумісництвом менеджера з персоналу, керівника, ідейного лідера, який працює з колективом організації.

Для 5% студентів характерний конвенціальний тип, вони надають перевагу чітко структурованій діяльності, конкретним завданням, практичній роботі за інструкцією. Ці респонденти консервативні, залежні від думки інших, при цьому їх мислення ригідне, вони не приділяють уваги критичному переосмисленню інформації, вважають, що за них вже подумало керівництво і виконують задачі так, як сказано, без внесення власних ідей чи бачення. Проте мають достатньо гарні математичні здібності і можуть бути корисні в канцелярській роботі, складанні бухгалтерських звітів чи іншої документації. З одного боку, студенти із таким типом професійної спрямованості не дуже підходять за власними якостями до професії психолога, з іншої – при заповненні документації також потрібна посидючість, а використання письмових практик у роботі психолога з клієнтами також досить часто дає позитивні результати. За умови приділення уваги вдосконаленню власних соціально-психологічних якостей ці студенти можуть досягати успіхів у подальшій професійній діяльності психолога. А при безініціативності та ригідності мислення, відсутності навичок критичного сприйняття інформації, її творчого опрацювання – на жаль, ці студенти не придатні до професійної діяльності психолога, їм складно взаємодіяти з людьми (а не з паперами) та шукати шляхи надання допомоги клієнтам.

Ще 5% студентів мають артистичний тип, вони опираються на власну емоційність, творчість, артистичні здібності, акторську майстерність, або ж приділяють увагу створенню різних музичних, образотворчих, літературних творів. Можна сказати, що це творчі особи, які не схильні підкорятися

загальноприйнятим правилам бачення світу, вони «літають у хмарах», але часто саме так і народжується щось прекрасне й творче в їх виконанні. З одного боку такі майбутніх психологи .творчі, оригінальні, натхненні і можуть дійсно гарно виконувати свої обов'язки, з іншого – при відсутності ґрунтовних психологічних знань вони не зможуть якісно виконувати професійні завдання.

Представимо результати опитування студентів-майбутніх психологів 2 та 3 курсів за методикою Дж. Голланда (табл. 2.1.):

Таблиця 2.1.

Типи професійної спрямованості майбутніх психологів (за методикою Дж. Голланда)

Типи проф. спрямованості	Всього (40 осіб)		Студенти 2 курсу (20 осіб)		Студенти 3 курсу (20 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Реалістичний тип	6	15%	-	-	6	30%
Інтелектуальний тип	10	25%	7	35%	3	15%
Соціальний тип	16	40%	10	50%	6	30%
Конвенціальний тип	2	5%			2	10%
Підприємницький тип	4	10%	2	10%	2	10%
Артистичний тип	2	5%	1	5%	1	5%

Для студентів 2 курсу характерні такі типи професійної спрямованості, як «соціальний», орієнтований на роботу з людьми (50%), що є найбільш оптимальним для професійної діяльності психологів.

Ще у 35% студентів 2 курсу виявлено «інтелектуальний», пов'язаний із теоретичним вирішенням поставлених завдань, раціональним аналізом та аналітичним мисленням.

Ще для 10% респондентів 2 курсу властивий «підприємницький» тип, орієнтований на управління іншими, вирішення різних комунікативних завдань адміністративного характеру, енергійне досягнення поставленої професійної мети.

І 5% студентів 2 курсу мають «артистичний» тип професійної спрямованості, вони готові до творчої самореалізації у ході демонстрування власних здібностей та можливостей. Однак для досягнення успіхів у

професійній самореалізації їм також потрібні ґрунтовні знання та професійні вміння й навички.

Серед студентів 3 курсу переважним є «реалістичний» тип (у 30%), що вказує на схильність юнаків до практичної діяльності за допомогою конкретних засобів та інструментів. Вони мають хист до роботи, що вимагає моторної спритності і конкретності. Це оптимально характеризує студентів, які здатні до професійної самореалізації у поточному часі, в мінливих умовах війни.

Ще для 30% студентів майбутніх психологів властивий «соціальний» тип, спрямований на роботу з людьми, вони орієнтовані на підтримку і допомогу населенню, знають, як застосувати професійні навички і вміння у професійній діяльності.

Для 15% осіб цієї підгрупи опитаних властивий інтелектуальний тип професійної спрямованості, вони орієнтовані на аналітичну діяльність та пошук найкращих варіантів рішень проблем, можуть успішно працювати як експериментаторами-дослідниками, так і практичними психологами (за умови підвищення соціально-емоційних якостей тактовності, толерантності, емпатії до людей).

Ще 10% студентів 3 курсу мають «підприємницький» тип професійного спрямування, вони здатні управляти іншими, енергійно досягти поставлених цілей, вони заповзятливі та наполегливі.

Також у 10% студентів 3 курсу спостерігається «конвенціальний» тип, що вказує на прагнення до структурованої діяльності за інструкцією. Ці юнаки не володіють критичним і творчим мисленням, ригідні, консервативні, стереотипні, разом з тим здатні до тривалої монотонної роботи.

Решта 5% студентів 3 курсу мають «артистичний» тип, що забезпечує можливість реалізувати свої професійні прагнення у творчості, активно працювати над естетичним вдосконаленням продуктів, творів, виробів, приміщень тощо.

Отже, до оптимальних типів професійного спрямування, що вказують на придатність студентів до професійної діяльності психолога, відносяться – «соціальний» (властивий для 50% студентів 2 курсу і 30% студентів 3 курсу); «реалістичний» (властивий для 30% студентів 3 курсу); інтелектуальний (виявлено у 35% студентів 2 курсу та 15% студентів 3 курсу). Умовно оптимальним є «підприємницький» тип (властивий для 10% студентів 2 і 3 курсів), що може вказувати на прагнення психологів вести приватну практику або допомагати керівникам організацій, бути коучами, або ж керівниками відділів у великих корпораціях.

Для представників, які обирають конвенціальний та артистичний типи, характерні психологічні особливості, які не зовсім відповідають професійним вимогам до фахівців-психологів. Цим студентам потрібно докладати багато зусиль для формування необхідних соціально-психологічних якостей, що сприятливо впливатимуть для налаштування взаємодії з клієнтами, допоможуть у пошуках адекватних рішень їх проблемних ситуацій і запитів.

Отже, у кожній підгрупі опитаних є частина студентів, які мають різні прояви типів професійного спрямування, що не зовсім відповідають їх обраній професії майбутніх психологів. І якщо при проявах інтелектуального та раціонального типів виявлені якості та характеристики професійного спрямування ще умовно можна віднести до допустимих у їх майбутній роботі, а підприємницький тип може бути присутнім серед амбітно налаштованих психологів, то представники конвенціального та артистичного типів мають такі якості, що не забезпечують успішності в їх майбутній професійній діяльності.

Використовуючи «Методику професійної спрямованості особистості» Б. Басса, отримано такі результати (рис. 2.3.).

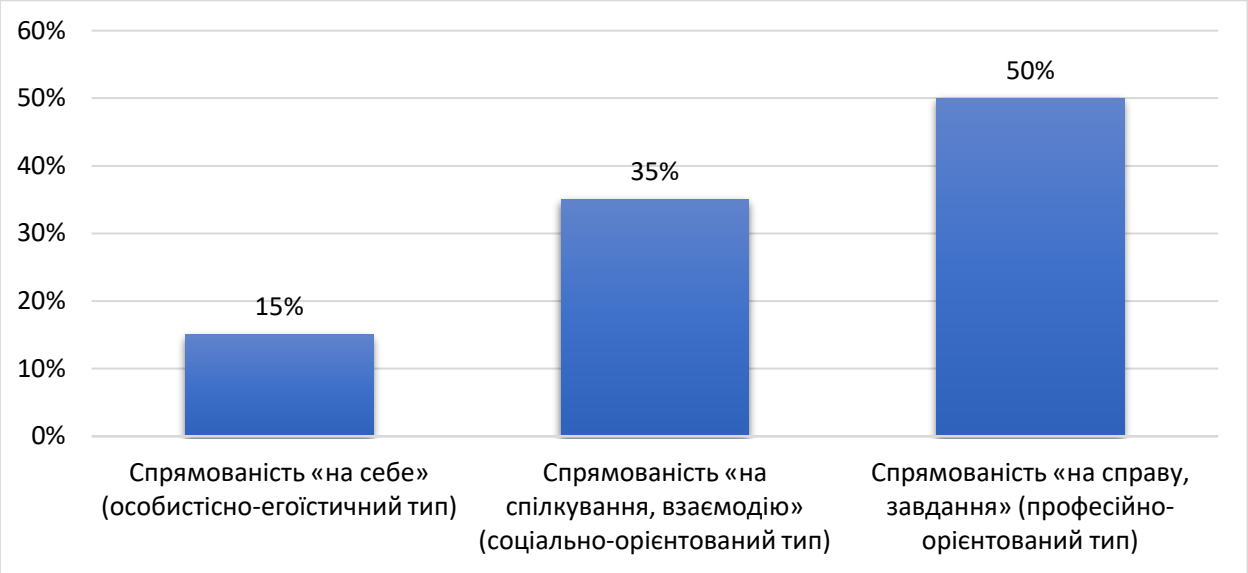


Рис. 2.3. Психологічні характеристик професійної спрямованості майбутніх психологів (за методикою Б. Басса)

Більшості опитаних майбутніх психологів (50%) властива спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип). Вони зацікавлені у професійно вдалому досягненні високих успіхів, орієнтовані на вирішення ділових завдань, подолання виробничих проблем. Вміють залучати інших людей до спільного вирішення проблеми, пошуку творчих та ефективних засобів подолання труднощів. Ці опитувані прагнуть до довірливої взаємодії з клієнтами і колегами, і водночас орієнтовані на продуктивну співпрацю з іншими. Вони відповідальні, серйозні, справедливі, здатні відстоювати власну думку в інтересах загальної справи.

Ще у 35% осіб виявлено спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип). Ці респонденти прагнуть підтримувати стосунки з іншими людьми, орієнтовані на спільну діяльність, докладають зусиль для досягнення високих результатів спільній діяльності. Часто ці люди хочуть підтримувати гарні стосунки з іншими, однак у випадку конфліктів – погоджуються на вимоги більш сильної сторони. Крім того, у випадку стресових ситуацій вони звертаються за допомогою до інших, багато уваги приділяють обговоренню подій, і можуть втрачати цінний час для вирішення проблем. Або ж залучаючи соціальну підтримку, прагнуть перекласти

відповідальність за вирішення складних питань на інших осіб, ризикуючи опинитися у залежній позиції від їх думки.

Решта респондентів (15%) мають спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), що вказує на орієнтацію на пряму винагороду не залежно від інтелектуальних і професійних здібностей, змісту виконаної роботи. Ці респонденти спрямовані на задоволення власних цілей та інтересів, мають схильність до суперництва. Ці студенти мають прагнення до задоволення власних інтересів та амбіцій у професійній діяльності, однак не враховують наявні у них ресурси та здібності (часто недостатні чи обмежені, не відповідні до амбіцій респондентів).

Зауважимо, що спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований) є найбільш оптимальною для фахівців-психологів, оскільки допомагає здійснювати успішну професійну діяльність, опираючись на наявні професійні вміння і навички, особистісні якості.

Також до умовно оптимальних можемо віднести спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип), адже професійна діяльність психологів протікає саме у процесі контактів з клієнтами та надання їм психологічної підтримки і допомоги.

Але спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) є не оптимальною у професійній спрямованості майбутніх психологів та вказує на зовнішню мотивацію вибору цієї професії, прагнення до задоволення власних утилітарних потреб, а не допомогу іншим. Респонденти з цим типом професійної спрямованості потребують корекційного впливу на професійне самовизначення, оскільки мають протилежні до вимог професії психолога риси особистості.

Нижче наведено дані щодо опитування студентів 2 і 3 курсів щодо професійної спрямованості особистості за опитувальником Б. Басса (табл. 2.2.).

Таблиця 2.2.

Психологічні характеристик професійної спрямованості майбутніх психологів (за методикою Б. Басса)

Типи проф. спрямованості	Всього (40 осіб)		Студенти 2 курсу (20 осіб)		Студенти 3 курсу (20 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип)	6	15%	2	10%	4	20%
Спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип)	14	35%	6	30%	8	40%
Спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип)	20	50%	12	60%	8	40%

Як бачимо, для студентів 2 курсу властива перевага оптимальної спрямованості на «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип). Ці опитувані (60%) виявляють прагнення до досягнення високих результатів у професійній діяльності, готові докладати відповідних зусиль, щоб налаштувати ділову співпрацю з іншими та досягти успіхів. Вони серйозні, відповідальні, дисципліновані, організовані, вміють правильно побудувати свою діяльність, щоб досягати високих успіхів.

У 30% студентів 2 курсу виявлено спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип), вони мають високу орієнтацію на спільну діяльність з іншими, прагнуть підтримувати стосунки з іншими людьми. Докладають зусиль для досягнення високих результатів у колективній діяльності.

У решти студентів 2 курсу виявлено спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), вони орієнтовані на задоволення лише своїх інтересів, мають схильність до суперництва.

Порівняно з цими опитаними студенти 3 курсу мають переважну схильність до спрямованості «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (40%), зацікавлені у якнайкращому досягненні успіхів, наполегливі і цілеспрямовані у справах. Досить вимогливі, вміють чітко ставити цілі і

досягти їх. Серйозні та відповідальні, раціонально розподіляють власні сили і вміння при вирішенні професійних завдань.

Ще у 40% студентів 3 курсу виявлено спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип). Вони прагнуть підтримувати стосунки з іншими людьми за будь-яких умов, виявляють високу орієнтацію на спільну діяльність, готові до співпраці. І хоча їм вдається досягати успіхів у колективній діяльності, іноді схильні перекладати відповідальність на інших або занадто довго обговорюють проблеми замість їх вирішення.

У решти 20% студентів 3 курсу встановлено спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип). Ці респонденти під час вирішення проблем приділяють увагу лише досягненню успіхів у справах собі на користь, не зважаючи на інтереси оточуючих людей.

Порівнюючи отримані результати опитування студентів 2 і 3 курсів, бачимо, що оптимальний тип спрямованості «на справу, завдання» (професійно-орієнтований) більш властивий для студентів 2 курсу (на 20%). Умовно оптимальна спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований) більш властива для третьокурсників (на 10%), а в решти опитаних виявлено спрямованість на «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) (у 10% студентів 2 курсу та 20% студентів 3 курсу), що вказує на недостатню професійну придатність цих респондентів до професійної діяльності психолога.

Зважаючи на те, що серед студентів 3 курсу на 20% менше осіб із оптимальною спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), і на 10% більше осіб із спрямованістю на «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), вбачаємо доцільність проведення із студентами 3 курсу психологічної діяльності з розвитку психологічних показників професійного самовизначення.

За методикою «СКРУМ» (О. Ігнатович) отримано такі дані про рівні професійного самовизначення та кар’єрного розвитку серед майбутніх психологів (рис. 2.4.).

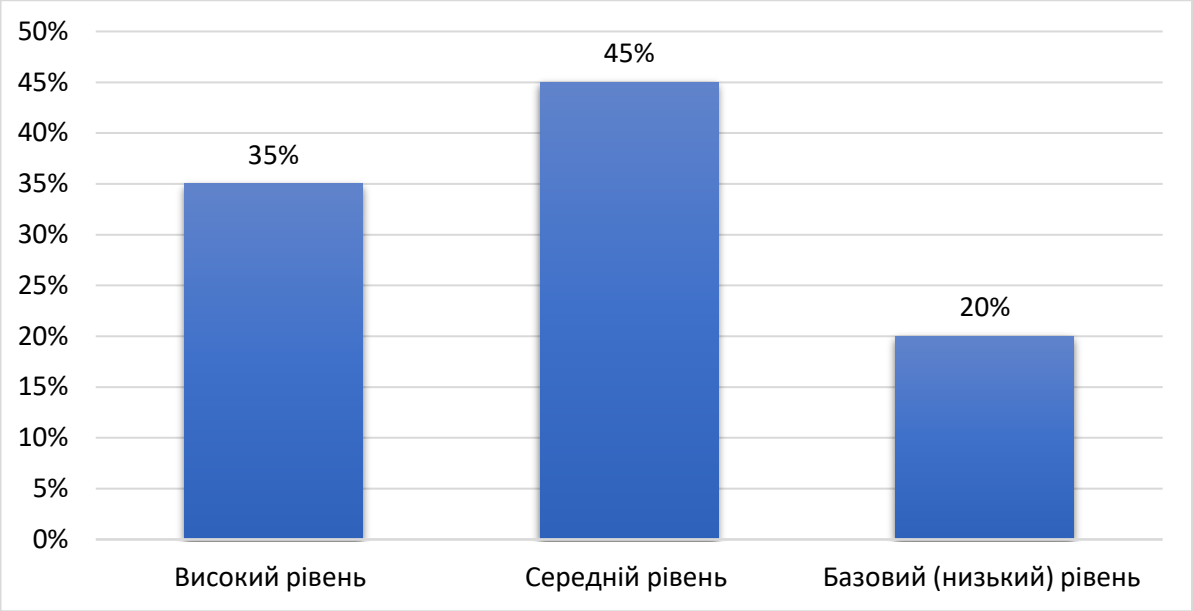


Рис. 2.4. Рівні професійного самовизначення та кар'єрного розвитку майбутніх психологів (за методикою О. Ігнатович)

Як бачимо, високий рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку властивий для третини респондентів (35%), які досить адекватно оцінюють свої професійні наміри, знають і враховують свої якості і риси, здібності, що дають змогу адекватно обирати сферу професіоналізації. Ці респонденти відповідно оцінюють професійні перспективи і кар'єрні домагання, вміють враховувати свої сильні сторони при виборі професійних завдань. Вони готові наполегливо працювати для досягнення цілей свого професійного шляху та кар'єрного розвитку, охоче використовують ресурси, щоб досягти успіхів у майбутній професії.

Ще для 45% майбутніх психологів властивий середній рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку. Вони мають часткові вміння до прогнозування кар'єрних перспектив, уявляють необхідні професійно важливі якості, щоб досягати успіхів у професійній діяльності. Переважно знають, яких зусиль потрібно докласти, щоб досягати успіхів, однак не завжди ініціативні у підвищенні професійних можливостей, не вміють гнучко і швидко реагувати на зміни соціального і професійного середовища.

У решти опитаних (20% осіб) встановлено базовий (низький) рівень кар'єрного розвитку. Вони мають слабкий досвід із застосування особистісних ресурсів при професійному самовизначенні, мають не адекватні домагання, обмежені знання про вибрану професію.

Проаналізуємо вияви рівнів професійного самовизначення та кар'єрного розвитку у студентів 2 і 3 курсів (табл. 2.3.)

Таблиця 2.3.

Рівні професійного самовизначення та кар'єрного розвитку майбутніх психологів (за методикою О. Ігнатович)

Рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку	Всього (40 осіб)		Студенти 2 курсу (20 осіб)		Студенти 3 курсу (20 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Високий рівень	14	35%	6	30%	8	40%
Середній рівень	18	45%	9	45%	9	45%
Базовий (низький) рівень	8	20%	5	25%	3	15%

Оптимальний високий рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку виявлено у 30% студентів 2 і 40% студентів 3 курсів. Ці респонденти реально оцінюють свої професійні перспективи і кар'єрні домагання, знають і враховують власні сильні та слабкі сторони, вміло використовують ресурси, щоб досягти успіхів у майбутній професії. Вони впевнені у зробленому виборі професії, володіють необхідними знаннями та особистісними якостями, щоб досягати успіхів.

По 45% опитаних обох груп студентів мають середній рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку. Вони частково здатні до прогнозування кар'єрних перспектив, уявляють, які професійно важливі якості їм необхідні для успіхів у професійній діяльності. однак недостатньо ініціативні і не знають, в яких сферах потрібно докладати зусиль, щоб підвищити власні професійні можливості.

У решти опитаних (25% студентів 2 курсу та 15% студентів 3 курсу) виявлено базовий (низький) рівень кар'єрного розвитку. Ці респонденти недостатньо ефективно застосовують особистісні ресурси при професійному

самовизначенні, не впевнені у зробленому виборі професії. Не знають свої сильні сторони або ж вони не співпадають із вимогами професії психолога та не створюють відчуття власної придатності до вибраної професійної сфери самореалізації.

Зважаючи на те, що серед опитаних студентів виразна частина мають низький рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку, з ними варто провести психологічну роботу для підвищення їх показників професійного самовизначення, набуття впевненості у зробленому виборі чи спрямування до формування необхідних особистісних і професійно орієнтованих рис, важливих для професійної діяльності психолога.

Використовуючи «Опитувальник професійного самоздійснення» (О. Кокуна), отримано наступні результати опитування майбутніх психологів (рис. 2.5.), що вказують на сформованість їх внутрішньо-професійного, зовнішньо-професійного та загального професійного самоздійснення.

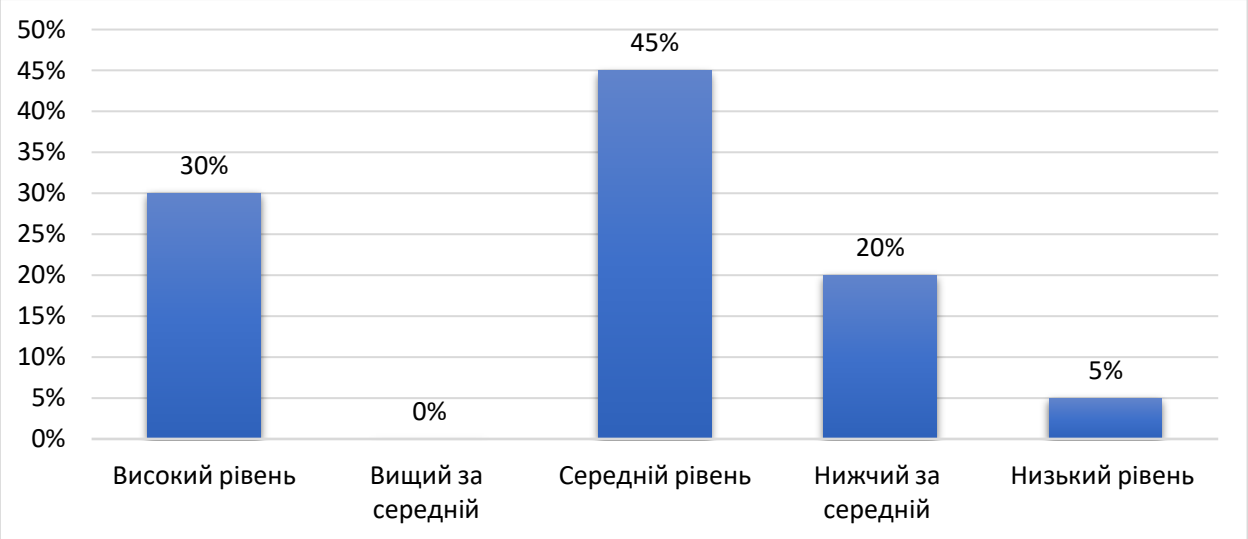


Рис. 2.5. Рівні професійного самоздійснення майбутніх психологів (за опитувальником О. Кокуна)

За цими даними помітно, що високий рівень внутрішньо-професійного самоздійснення мають 27,5% студентів, які відчувають власну потребу у професійному вдосконаленні, у них сформований проект професійного розвитку. Ці респонденти переважно задоволені своїми професійними

досягненнями (навчально-професійними успіхами), здатні до визначення та досягнення професійних цілей, мають уявлення щодо формування власного «життєво-професійного простору».

У 22,54% студентів виявлено рівень вищий за середній, ще у 35% майбутніх психологів – середній рівень за цією шкалою. Проте решта респондентів мають нижче середнього (10%) рівень внутрішньо-професійного самоздійснення, вони не розуміють свого професійного майбутнього, не мають чітких орієнтирів, не усвідомлюють необхідності докладання зусиль для професійного вдосконалення, і не мають плану з досягнення професійних цілей. Низький рівень за цією шкалою не виявлено у студентів-майбутніх психологів, що є досить оптимальним результатом і вказує на їх більш-менш свідоме ставлення до вибору професії психолога.

На високому рівні показники зовнішньо-професійного самоздійснення властиві для 30% студентів-майбутніх психологів, які здатні до досягнення поставлених професійних цілей. Саме ці респонденти вміють використовувати професійний досвід інших людей, виявляють наміри до саморозкриття творчого особистого потенціалу та здібностей у професійній діяльності. Ще у 45% осіб виявлено середній рівень, а для решти властиві прояви нижчого за середній (20%) і низького рівнів (5%). Ці респонденти не готові до професійної самореалізації, не вміють ставити професійні цілі та досягати їх, не вміють ділитися досвідом та сприймати досвід колег, не здатні до використання творчих підходів до вирішення професійних завдань. Ці студенти потребують підтримки і допомоги для покращення показників професійного самовизначення та спрямування на професійному шляху.

Також визначено загальний рівень професійного самоздійснення, де встановлено, що у третини студентів виявляється високий, у 45% середній рівні професійного самоздійснення. Ці респонденти здатні до визначення цілей і їх досягнення, до реалізації спланованих професійних кроків, до застосування особистих рис при досягнені успіхів у професійній сфері. У решти опитаних виявлено нижчий за середній (20%) і низький (5%) рівні

професійного самоздійснення. Ці студенти не готові до професійної самореалізації, не вміють ставити і досягати професійних цілей, не розуміють цінності складання професійних планів та їх втілення. З цими студентами варто провести психологічну роботу з розвитку професійного самовизначення та удосконалення навичок професійного самоздійснення.

Представимо результати опитування студентів 2 і 3 курсів за методикою О. Кокуна щодо професійного самоздійснення (табл. 2.4).

Таблиця 2.4.

Рівні професійного самоздійснення майбутніх психологів (за опитувальником О. Кокуна)

Рівні професійного самоздійснення	Всього (40 осіб)		Студенти 2 курсу (20 осіб)		Студенти 3 курсу (20 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Рівні внутрішньо-професійного самоздійснення:						
Високий рівень	11	27,5%	6	30%	5	25%
Вищий за середній	9	22,5%	6	30%	3	15%
Середній рівень	14	35%	6	30%	8	40%
Нижчий за середній	4	10%	2	10%	2	10%
Низький рівень	-	-	-	-	-	-
Рівні зовнішньо-професійного самоздійснення:						
Високий рівень	12	30%	6	30%	6	30%
Вищий за середній	-	-	-	-	-	-
Середній рівень	18	45%	8	40%	10	50%
Нижчий за середній	8	20%	4	20%	4	20%
Низький рівень	2	5%	2	10%	-	-
Рівні загального професійного самоздійснення:						
Високий рівень	12	30%	6	30%	6	30%
Вищий за середній			-	-	-	-
Середній рівень	18	45%	8	40%	10	50%
Нижчий за середній	8	20%	4	20%	4	20%
Низький рівень	2	5%	2	10%	-	-

За шкалою показників внутрішньо-професійного самоздійснення високий рівень виявлено у 30% студентів 2 курсу і 25% студентів 3 курсу, вищий за середній – у 30% і 15% студентів відповідно. Середні прояви властиві для 30% і 40% студентів 2 і 3 курсів відповідно. А нижчий за середній виявлено у 10% майбутніх психологів (однаково серед студентів 2 і 3 курсів).

Тобто за проявами внутрішньо-професійного самоздійснення спостерігається подібність у виявах високого рівня (на 5% більше у студентів 2 курсу) і незначна перевага середнього рівня у студентів 3 курсу (на 10%), що вказує на достатність умотивованості опитаних майбутніх психологів до професійної діяльності та прагнення до саморозвитку і самовдосконалення в обраній професійні сфері.

За шкалою зовнішньо-професійного самоздійснення високий рівень мають по 30% студентів 2 і 3 курсів. На 10% більше третьокурсників мають середній рівень зовнішньо-професійного самоздійснення (40% у студентів 2 курсу та 50% у студентів 3 курсу). Нижчий за середній рівень мають по 20% студентів 2 і 3 курсів, а низький – спостерігається лише у студентів 2 курсу (10%). Тобто за показниками зовнішньо-професійного самоздійснення виявлено перевагу оптимальних результатів 70% студентів 2 курсу (сумарно) та 80% студентів 3 курсу (сумарно), що вказує на вищу готовність до професійної діяльності у третьокурсників, які практично мають вищі здібності до постановки і втілення професійних цілей, оцінки досвіду колег та можливостей його використання у своїй практичній діяльності.

За загальним рівнем вияву загального професійного самоздійснення високий рівень властивий для 30% студентів 2 і 3 курсів (однаково). Вищий за середній рівень майже не виявлявся в опитаних, а середній – властивий для 40% другокурсників та половини (50%) третьокурсників. Нижчий за середній рівень професійного самоздійснення мають по 20% студентів 2 і 3 курсів, а низький рівень – мають лише другокурсники (10%), що очевидно, адже у них недостатньо досвіду для професійної самореалізації у практичній діяльності психолога.

Отже, за всіма проявами внутрішньо-професійного і зовнішньо-професійного, загального професійного самоздійснення переважаючі оптимальні характеристики (високі і середні рівні) мають студенти 3 курсу (на 10-20% більше, чим у студентів 2 курсу).

Водночас за іншими показниками професійного самовизначення і придатності саме серед студентів 3 курсу встановлено потребу проведення з ними психологічної роботи, спрямованої на розвиток їх професійного самовизначення і спрямування до вдосконалення.

Також було проаналізовано психологічні особливості вияву професійного самовизначення у майбутніх психологів, які мають різні рівні професійного самовизначення та кар'єрного розвитку – високий, середній і базовий (низький) (14, 18, 8 осіб).

Відповідно до цього представимо отримані результати опитування студентів-майбутніх психологів з різними рівнями професійного самовизначення щодо виявів у них типів професійної спрямованості (табл. 2.5).

Таблиця 2.5.

Типи професійної спрямованості майбутніх психологів з різними рівнями професійного самовизначення (за методикою Дж. Голланда)

Типи проф. спрямованості	Рівні професійного самовизначення					
	Високий рівень (14 осіб)		Середній рівень (18 осіб)		Низький рівень (8 осіб)	
	n	%	n	%	N	%
Реалістичний тип			6	33,3%		
Інтелектуальний тип			10	55,6%		
Соціальний тип	14	100%	2	11,1%		
Конвенціальний тип					2	25%
Підприємницький тип					4	50%
Артистичний тип					2	25%

У студентів, які мають високий рівень професійного самовизначення, виявляється перевага «соціального типу» професійної спрямованості, що відповідає вибраній професійній сфері діяльності у галузі психології.

В опитаних, які мають середній рівень професійного самовизначення, встановлено перевагу таких типів професійної спрямованості, як «інтелектуальний» (55,6%), «реалістичний» (33,3%) і «соціальний» (11,1%). Ці типи професійної спрямованості характеризують людей, які готові до вдумливого аналізу вхідної інформації, проблем та завдань, схильні до

наукової роботи, або ж готові до використання реальних засобів і можливостей у поточному часі та здатні докладати зусиль з вирішення професійних завдань.

У студентів, які мають низький рівень професійного самовизначення, спостерігається перевага «підприємницького типу» (50%), орієнтованого на завдання, пов'язані з керівництвом, управлінням людьми. Однак типовими рисами цього типу є агресивність, заповзятливість, вербальні здібності переконання, тиску. Тобто для професії психолога такі респонденти не зовсім готові. Ще 25% осіб мають вибори «конвенціального» типу, що має стереотипний, практичний характер орієнтації у роботі, переважно консервативний, залежний від думки інших, ригідний (не любить зміни діяльності). Йому властиві слабкі організаторські, але переважають математичні здібності. А в 25% виявлено перевагу «артистичного» типу, який надає перевагу незалежним, оригінальним рішенням. Такі респонденти володіють енергійністю, вербальними здібностями, мають високі життєві ідеали, що передбачають самоствердження образу «Я» у творчій сфері. Загалом виявлені типи професійної спрямованості у майбутніх психологів вказують на їх зовнішні мотиви вибору цієї професійної сфери та певну не відповідність їх якостей, знань і вмінь до професійних вимог. Якщо вони не докладуть зусиль з розвитку необхідних професійних знань і навичок, особистісних якостей, необхідних для професії психолога, то ймовірно – не стануть придатними до цієї професії в майбутньому, й отримавши диплом, будуть намагатися отримати іншу кваліфікацію або погодяться на іншу посаду (не за спеціальністю).

Представимо результати опитування студентів майбутніх психологів з різними рівнями професійного самовизначення щодо виявів їх професійної спрямованості (табл. 2.6.).

У студентів, які мають високий рівень професійного самовизначення, спостерігаються переважні прояви професійної спрямованості «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) – у 100% опитаних.

В опитаних, які мають середній рівень професійного самовизначення, виявлено перевагу спрямованості «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) (55,6%), ще у третини встановлено спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (33,3%), і в решти 11,1% – виявлено спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип).

Таблиця 2.6.

Психологічні характеристик професійної спрямованості майбутніх психологів з різними рівнями професійного самовизначення (за методикою Б. Басса)

Типи проф. спрямованості	Рівні професійного самовизначення					
	Високий рівень (14 осіб)		Середній рівень (18 осіб)		Низький рівень (8 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип)			2	11,1%	4	50%
Спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип)			10	55,6%	4	50%
Спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип)	14	100%	6	33,3%		

У студентів, які мають низький рівень професійного самовизначення, переважають такі види спрямованості, як «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) та «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) – по 50%.

Тобто у майбутніх психологів, які мають високий рівень професійного самовизначення, переважає спрямованість «на справу» (100%), а ті, хто мають низький рівень професійного самовизначення – спрямовані «на себе» і «на спілкування» (по 50%).

Проаналізуємо рівні професійного самоздійснення в опитуваних студентів з різними рівнями професійного самовизначення (табл. 2.7.).

У студентів, які мають високий рівень професійного самовизначення, виявлено перевагу високого і середнього рівнів професійного самоздійснення (85,7% і 14,3%)

Таблиця 2.7.

Рівні професійного самоздійснення майбутніх психологів з різними рівнями професійного самовизначення (за опитувальником О. Кокуна)

Рівні професійного самоздійснення	Рівні професійного самоздійснення					
	Високий рівень (14 осіб)		Середній рівень (18 осіб)		Низький рівень (8 осіб)	
	n	%	n	%	n	%
Високий рівень	12	85,7%				
Вищий за середній						
Середній рівень	2	14,3%	16	88,9%		
Нижчий за середній			2	11,1%	6	75%
Низький рівень					2	25%

В опитаних, які мають середній рівень професійного самовизначення, виявлено перевагу середнього і нижчого за середній рівнів професійного самоздійснення (88,9% і 11,1%).

У студентів, які мають низький рівень професійного самовизначення, виявлено нижчий за середній та низький рівні професійного самоздійснення (75% і 25%).

Тобто спостерігаються стійкі показники усвідомленого ставлення до свого професійного шляху та майбутнього у студентів, які мають високий рівень професійного самовизначення. Ці опитувані свідомо зробити професійний вибір, знають, які знання, навички, вміння, якості їм потрібні для успішної діяльності та розвивають їх. Вони готові до наполегливої праці, активно засвоюють досвід інших, вивчають практичні аспекти праці психолога, готові до задіювання власного потенціалу саме в обраній сфері професійної діяльності у галузі психології.

А студенти з низьким рівнем професійного самовизначення не мають свідомого ставлення до самореалізації в обраній сфері професійної діяльності, не розуміють, якими знаннями і вміннями мають володіти для успішної професійної діяльності. Не мають прагнень до саморозвитку і самовдосконалення у професійному плані.

Наведено загальні дані опитування майбутніх психологів, які мають різні рівні професійного самовизначення:

У студентів-майбутніх психологів, які мають високий рівень професійного самовизначення, проявляються:

- перевага «соціального типу» професійної спрямованості (100%), що однозначно сприятливий для здійснення професійної діяльності психолога;

- спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (100%);

- високий і середній рівні професійного самоздійснення (85,7% і 14,3%), що оптимально характеризують їх свідоме ставлення до обраної професії, докладання зусиль для набуття професійної компетентності, розвитку необхідних професійно значущих якостей і вмінь.

В опитаних майбутніх психологів, які мають середній рівень професійного самовизначення, виявляється:

- «інтелектуальний» (55,6%), «реалістичний» (33,3%) і «соціальний» (11,1%) типи професійної спрямованості, умовно оптимальні для професійної діяльності психолога;

- спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) (55,6%) і спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (33,3%).

- переважний середній і нижче за середній рівні професійного самоздійснення (88,9% і 11,1%).

У студентів-майбутніх психологів, які мають низький рівень професійного самовизначення, встановлено:

- перевагу «підприємницького типу» (50%), і по 25% мають вибори «конвенціального» і «артистичного» типів професійної спрямованості;

- спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) і спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) (по 50%);

- нижчий за середній та низький рівні професійного самоздійснення (75% і 25%).

Тобто у цих опитаних переважають не оптимальні показники професійного самовизначення, що виявляються у їх несвідомому виборі професії (не за внутрішніми переконаннями і мотивами, а за навіюванням чи впливом батьків, друзів, інших осіб); у не відповідності особистісних та професійно значущих якостей і рис до вимог професії психолога, не здатністю до докладання зусиль з набуття професійної компетентності та особистісного розвитку у професійному напрямку.

Отже, виявлено, що близько 20-25% майбутніх психологів мають низький рівень професійного самовизначення та професійного самоздійснення, і ще 15% спрямовані «на себе», а не на допомогу іншим. Це спрямовує нас до розробки і проведення із майбутніми психологами психологічної роботи з розвитку професійного самовизначення, підвищення їх розуміння себе як представника обраної професії, формування адекватного ставлення до планування і реалізації професійного шляху.

Висновки до розділу 2

Для практичного вивчення психологічних особливостей розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів проведено емпіричне дослідження. Вибірку опитуваних склали 40 студентів-майбутніх психологів, які навчаються на 2-3 курсах Європейського університету (по 20 осіб з 2-го та 3-го курсів). У ході дослідження використано такі методики: тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості; «Методика професійної спрямованості особистості» Б. Басса; методика самооцінки кар'єрного розвитку учнівської молоді «СКРУМ» (О. Ігнатович); «Опитувальник професійного самоздійснення» (О. Кокун).

За отриманими результатами дослідження більшість майбутніх психологів надають перевагу «соціальному типу» професійної спрямованості (40%), що оптимально характеризує їх схильність юнаків до професійної діяльності у контакті з іншими людьми. Для 25% студентів властивий

інтелектуальний тип професійної спрямованості, вони схильні до аналітичного мислення, раціональної поведінки, можуть працювати психологами-науковцями і діагностами, коучами, які спрямовують клієнтів до пошуку ефективних шляхів вирішення їх проблем. Ще 15% опитаних мають перевагу реалістичного типу, готові до практичної діяльності із застосуванням реальних засобів праці. Для 10% студентів властивий підприємницький тип, а по 5% студентів надають перевагу конвенціальному та артистичному типам.

Отже, 40% студентів-майбутніх психологів мають оптимальний соціальний тип, у 25% виявлено умовно оптимальний інтелектуальний тип, схильний до аналітичної роботи. А решта опитаних студентів-майбутніх психологів мають професійну схильність до інших професійних сфер самореалізації, а тому, щоб досягти успіхів в обраній професійній сфері психології їм потрібно докласти зусиль для набуття необхідних професійних знань, вмінь, навичок, розвитку особистісних якостей.

Оптимальна професійна спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) властива для 50% опитаних майбутніх психологів, які зацікавлені у професійно вдалому досягненні високих успіхів, орієнтовані на вирішення ділових завдань, подолання виробничих проблем. У 35% осіб виявлено спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип), вони прагнуть підтримувати стосунки з іншими, докладають зусиль для досягнення високих результатів спільній діяльності. Решта респондентів (15%) мають спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), що вказує на орієнтацію на пряму винагороду не залежно від інтелектуальних і професійних здібностей, змісту виконаної роботи.

Високий рівень професійного самовизначення та кар’єрного розвитку властивий для третини респондентів (35%), які досить адекватно оцінюють свої професійні наміри, знають і враховують свої якості і риси, ресурси, здатні до наполегливої самореалізації в обраній сфері професіоналізації. Ще для 45% майбутніх психологів властивий середній рівень, однак у решти опитаних (20% осіб) встановлено базовий (низький) рівень кар’єрного розвитку. Вони

мають обмежені знання про вибрану професію, слабкий досвід із застосування особистісних ресурсів при професійному самовизначенні.

Щодо проявів професійного самоздійснення – високий рівень внутрішньо-професійного самоздійснення мають 27,5% студентів, які відчувають власну потребу у професійному вдосконаленні, у них сформований проект професійного розвитку. Також високий рівень зовнішньо-професійного самоздійснення виявлено у 30% студентів-майбутніх психологів, які здатні до досягнення поставлених професійних цілей. За виявами загального рівня професійного самоздійснення, де встановлено, що у третини студентів (30%) виявляється високий, у 45% – середній рівні професійного самоздійснення. У решти опитаних виявлено нижчий за середній (20%) і низький (5%) рівні професійного самоздійснення, вони не готові до професійної самореалізації в обраній сфері.

Проаналізовано психологічні особливості професійного самовизначення опитаних студентів, де зокрема встановлено, що для майбутніх психологів з високим рівнем професійного самовизначення властивий «соціальний тип» професійної спрямованості (100%), що однозначно сприятливий для здійснення професійної діяльності психолога; спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (100%); високий і середній рівні професійного самоздійснення (85,7% і 14,3%). А для студентів-майбутніх психологів, які мають низький рівень професійного самовизначення, характерні: «підприємницький» (50%), «конвенціальний» і «артистичний» (по 25%) типи професійної спрямованості; спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип) і спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) (по 50%); нижчий за середній та низький рівні професійного самоздійснення (75% і 25%).

При аналізі психологічних особливостей професійного самовизначення студентів 2 і 3 курсів виявлено, що оптимальний тип професійної спрямованості «соціальний» властивий більшою мірою для другокурсників (на 20%), так само їм частіше характерна спрямованість «на справу»

(професійно-орієнтований тип) (на 20%). Високий рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку мають 30% студентів 2 курсу і 40% студентів 3 курсу, а високий рівень загального професійного самоздійснення виявлено в третини студентів обох груп (по 30%).

Тобто більш оптимальні характеристики професійної спрямованості виявлено у студентів 2 курсу, що обґрунтовує вибір підгрупи опитаних студентів 3 курсу як експериментальної групи для подальшої психологічної інтервенції, що передбачає розробку і проведення з ними психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

РОЗДІЛ 3
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

3.1. Розробка психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів

Для проведення психологічної роботи з майбутніми психологами ми розробили програму занять для розвитку їх професійного самовизначення. При розробці програми занять використали напрацювання К. Бондар [7], Р. Кулакова [39], Ж. Миколаєнко [46], С. Мотики [50], В. Синявського [73], О. Шимко [91], В. Яковець [94] та ін.

Нижче наведено основні структурні елементи програми занять, а основний зміст, конспекти і необхідні методичні матеріали для інформаційних повідомлень, вправ і технік знаходяться у додатку В.

Психологічна програма занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів

Мета: сприяти професійному самовизначенню майбутніх психологів, утвердженню у правильності зробленого вибору професії; формувати адекватне ставлення до себе як до представника професії «психолог»; стимулювати прагнення учасників до професійного саморозвитку і вдосконалення.

Завдання:

- сприяти самопізнанню та розумінню своїх сильних і слабких сторін, їх врахуванню при виборі професійно орієнтованих завдань;

- розширити уявлення учасників про обрану професію, про вимоги до професійних знань і навичок, особистісний якостей, необхідних для професійної діяльності;

- допомогти визначити власну професійну придатність до професії «психолог»;

- надати допомогу в розкритті потенціалу та здібностей для самореалізації у професійній сфері;

- розвивати навички складання плану професійного розвитку, визначення пріоритетних напрямів самовдосконалення та розвитку професійних і особистісно значущих якостей і рис.

Структура програми: 6 занять, кожне з яких має вступну, основну і заключну частини. Орієнтовна тривалість – 1-1,5 години кожне заняття.

Заняття № 1. «Мрії про професію психолога»

Мета: сприяти професійному самовизначенню учасників; ознайомити із професіограмою психолога; розвивати навички самопрезентації; сприяти саморозумінню, дати змогу визначити свої сильні і слабкі сторони, власні ресурси для професійного самовдосконалення; розвивати комунікативні вміння.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Вправа-знайомство

Вправа «Це чудово!»

Вправа «Прийняття правил тренінгової групи»

ІІ. Основна частина

Вправа «Дерево прийняття рішень»

Мозковий штурм «Професія, спеціальність, посада»

Групова робота «Що таке професія, а що – посада»

Вправа «Ранжування професій»

Інформаційне повідомлення «Що таке профпридатність і професіограма» (авторська вправа)

Вправа «Професіограма психолога»

ІІІ. Підбиття підсумків

Заняття № 2. «Геніальний вибір професії»

Мета: сприяти розвитку професійного самовизначення; розширювати знання учасників про світ професійної праці; актуалізувати уявлення про

професії психолога; формувати ставлення до себе як до представника обраної професії; сприяти визначенню ідеальних умов для робочого процесу, приміщення, перебігу професійної діяльності; допомогти зрозуміти особливості професійної діяльності на бажаній посаді; стимулювати до саморозвитку і вдосконалення професійно важливих якостей і вмінь.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Обговорення настрою.

Вправа «Не хочу хвалитися, але я...»

ІІ. Основна частина

Вправа-активізатор «Професія на букву»

Вправа «Моє майбутнє в моїх руках»

Вправа «Геніальний вибір професії»

Вправа «Створення світу»

Рекомендації «Як запобігти помилковому вибору професії»

Арт-вправа «Коли я буду психологом ….»

Мозковий штурм «Моє ідеальне робоче місце»

ІІІ. Підбиття підсумків

Заняття № 3. «Важливість праці в розвитку людини»

Мета: сприяти професійному самовизначенню учасників; розширювати знання про світ професій, вимоги до професійних знань та вмінь, особистісних якостей; допомогти усвідомити важливість праці, залучення людини до суспільно корисної діяльності; розвивати особистісні якості та комунікативні навички учасників.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання

Вправа-розминка «Я і моє ім’я»

ІІ. Основна частина

Вправа «Події мого життя»

Вправа-гра «Най-най»

Ігрова вправа «Ланцюжок професій»

Вправа «Розвіювання міфу «#Тижпсихолог»

Вправа-практикум «Що робить психолог»

ІІІ. Підбиття підсумків

Заняття № 4. «На правильному шляху»

Мета: сприяти свідомому професійному самовизначенню; розвивати навички цілепокладання і досягнення поставлених цілей у професійному житті; розглянути наслідки випадкового вибору професійної сфери; ознайомити учасників із переліком особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога; формувати в учасників потребу у самовдосконаленні.

Хід заняття

І. Вступна частина

1. Привітання. Обговорення настрою.

Вправа-розминка «Привітання з компліментом»

Вступне слово ведучого. Повідомлення теми заняття

Налаштування на роботу

ІІ. Основна частина

Вправа-лотерея «Рука долі»

Інформаційне повідомлення «Основні помилки при виборі професії»

Вправа «Оптимісти і скептики»

Читання та обговорення притчі «Змінюй обставини»

Вправа «Риси для психолога»

Вправа «Риси, необхідні всім»

ІІІ. Підбиття підсумків

Заняття № 5. «Цінність свідомого професійного життя»

Мета: сприяти формуванню професійного самовизначення; сприяти набуттю професійної ідентичності; організувати психологічний супровід учасників у професійному становленні; допомогти розкрити потенціал і

здібності до визначення професійної спрямованості особистості; формувати необхідні особистісні характеристики для роботи психологом; сприяти розвитку навичок самоконтролю, емоційної саморегуляції поведінки.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Обговорення настрою.

Вправа «Поміняйся місцем»

ІІ. Основна частина

Вправа «Образ професіонала»

Ігрова вправа «День із життя...»

Метафорична вправа «Кораблик»

Вправа «Прийоми психологічного захисту. Техніка «Я – герой!»

ІІІ. Підбиття підсумків

Заняття № 6. «Вплив на професійну ідентичність психолога»

Мета: сприяти професійному самовизначенню, надати можливість уявити професійне майбутнє; формувати професійну ідентичність; розвивати особистісні якості, необхідні для досягнення успіхів у самореалізації в професійній сфері; стимулювати до саморозвитку і самовдосконалення професійно значущих рис, набуття професійних знань і практичних навичок; допомогти узагальнити набутий досвід професійного самовизначення та розуміння, відчуття себе як представника обраної професії «психолог».

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання.

Арт-вправа «Портрет у променях сонця»

ІІ. Основна частина

Ігрова вправа «Людина-Професія»

Вправа «Сформуй позитивний образ «Я»

Вправа «Візитівка професії психолога»

Вправа «Валіза в дорогу для справжнього професіонала»

Вправа-метафора «Гадання на кулі»

Вправа «Хмаринки побажань»

ІІІ. Підбиття підсумків

Отже, розроблено психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів, що має на меті: сприяти професійному самовизначенню майбутніх психологів, утвердженню у правильності зробленого вибору професії; формувати адекватне ставлення до себе як до представника професії «психолог»; стимулювати прагнення учасників до професійного саморозвитку і вдосконалення.

Структурно програма включає 6 занять такої тематики: «Мрії про професію психолога»; «Геніальний вибір професії»; «Важливість праці в розвитку людини»; «На правильному шляху»; «Цінність свідомого професійного життя»; «Вплив на професійну ідентичність психолога».

Психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів було впроваджено у роботі із студентами 3 курсу, які входили до експериментальної групи. А студенти 2 курсу склали контрольну групу і з ними додаткової Психологічної роботи з розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів ми не проводили.

Для перевірки ефективності психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів організовано і проведено контрольне опитування всіх учасників дослідження, проаналізовано отримані результати, виявлено позитивну динаміку змін у розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів експериментальної групи.

3.2. Апробація психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів

Перевіряючи результативність впровадження психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів, проаналізуємо дані контрольного опитування студентів 2 і 3 курсів, які входили до контрольної та експериментальної груп.

Використовуючи тест Дж. Голланда на визначення професійної спрямованості особистості, ми отримали наступні результати опитування студентів ЕГ і КГ (табл. 3.1.):

Таблиця 3.1.

Типи професійної спрямованості студентів експериментальної і контрольної груп (за методикою Дж. Голланда)

Типи проф. спрямованості	КГ, студенти 2 курсу (20 осіб)				ЕГ, студенти 3 курсу (20 осіб)			
	До		Після		До		Після	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Реалістичний тип	-	-	2	10%	6	30%	6	30%
Інтелектуальний тип	7	35%	6	30%	3	15%	2	10%
Соціальний тип	10	50%	10	50%	6	30%	10	50%
Конвенціальний тип					2	10%	-	-
Підприємницький тип	2	10%	2	10%	2	10%	2	10%
Артистичний тип	1	5%	-	-	1	5%	-	-

У респондентів контрольної групи встановлено мінімальні зміни – на 10% стало більше осіб з реалістичним типом, на 5% стало менше представників інтелектуального та артистичного типів. І за проявами соціального типу змін не виявлено – так само більшість студентів КГ мають соціальний тип (50%), орієнтований на практичну роботу у сфері спрямованості на роботу з людьми.

Для студентів експериментальної групи характерні зміни – на 20% стало більше респондентів із «соціальним» типом, спрямованим на надання необхідної допомоги людям, активну соціальну діяльність на користь

суспільства. Зменшилась частка опитуваних із артистичними властивостями (було 5%), і з інтелектуально-дослідницькими схильностями (на 5%). Також зникли опитані, які мають конвенціальний тип (було 10%).

За проявами реалістичного та підприємницького типів змін в ЕГ не виявлено – так само 30% студентів ЕГ мають професійну спрямованість реалістичного типу, а для 10% властивий підприємницький тип.

Загалом в експериментальній групі стала спостерігатися більш відповідальна позиція щодо професійного самовизначення, вища відповідність професійно важливих якостей і рис, що сприятливі для майбутньої самореалізації у практичній діяльності психолога.

Представимо отримані результати опитування студентів ЕГ і КГ щодо їх професійної спрямованості за методикою Дж. Голланда (рис. 3.1).

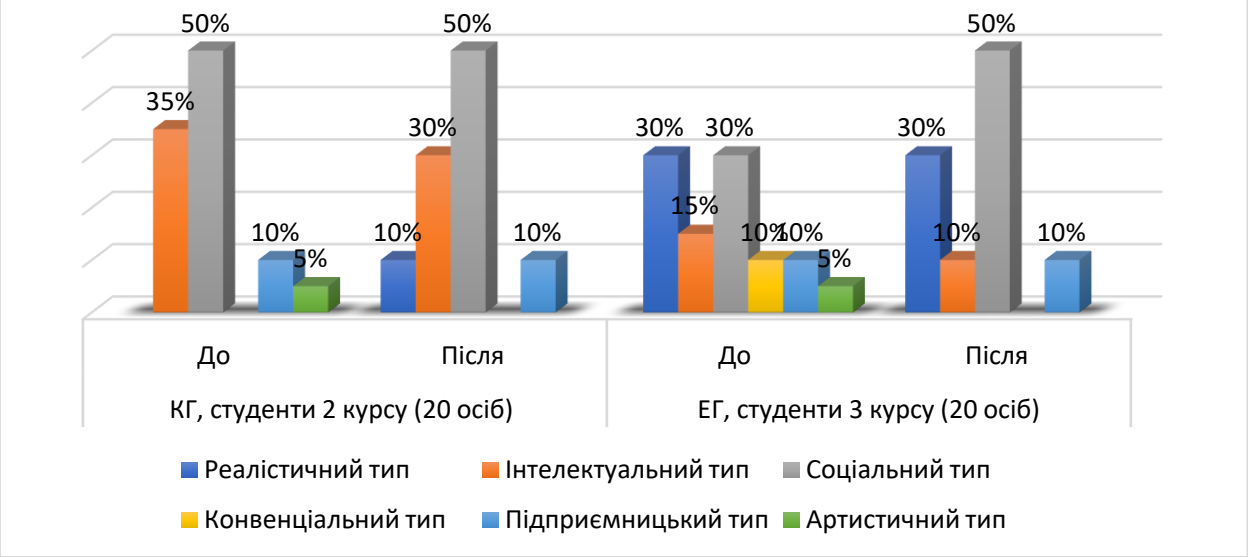


Рис. 3.1. Типи професійної спрямованості студентів експериментальної і контрольної груп (за методикою Дж. Голланда)

Відповідно до встановлених змін – значно зросла кількість студентів ЕГ із «соціальним» типом професійної спрямованості (на 20%). Це визначає схильність респондентів до професійної самореалізації у сфері роботи з людьми, і оптимально характеризує вплив проведеної психологічної роботи на юнаків, які стали більш свідомо підходити до розуміння обраного профілю професійної підготовки, проаналізували власні здібності і можливості,

визначили ймовірні шляхи досягнення успіху під час реалізації професійного плану. Це підтверджує ефективність проведеної психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів.

Застосовуючи «Методику професійної спрямованості особистості» Б. Басса у контрольному опитуванні студентів ЕГ і КГ, виявлено такі результати опитування майбутніх психологів (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2.

Психологічні характеристик професійної спрямованості студентів експериментальної і контрольної груп (за методикою Б. Басса)

Типи проф. спрямованості	КГ, студенти 2 курсу (20 осіб)				ЕГ, студенти 3 курсу (20 осіб)			
	До		Після		До		Після	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип)	2	10%	2	10%	4	20%	1	5%
Спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип)	6	30%	6	30%	8	40%	6	30%
Спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип)	12	60%	12	60%	8	40%	13	65%

В КГ змін не виявлено – так само 60% студентів володіють спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), що оптимально характеризує їх особистісну та професійну сферу, вказує на орієнтацію досягати успіхів у запланованих цілях і справах.

Ще у третини студентів КГ (30%) виявлено спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип), на взаємодію з іншими, спільне досягнення колективних цілей і завдань. І в решти опитаних КГ виявлено «на себе» (особистісно-егоїстичний тип (10%).

У студентів ЕГ на 25% стало більше респондентів із спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), і на 15% стало менше опитаних із спрямованістю «на себе» (особистісно-егоїстичний тип). Також на 10% стало менше опитаних із спрямованістю «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип професійної спрямованості).

Тобто виявлено підвищення кількості респондентів із оптимальною спрямованістю на досягнення цілей професійних завдань – із спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип). Ці майбутні психологи мають прагнення до вмілої самоорганізації діяльності та досягнення професійних цілей, виконання поставлених завдань.

Нижче наочно представлено дані щодо змін у проявах професійної спрямованості студентів ЕГ і КГ за методикою Б. Басса (рис. 3.2.).

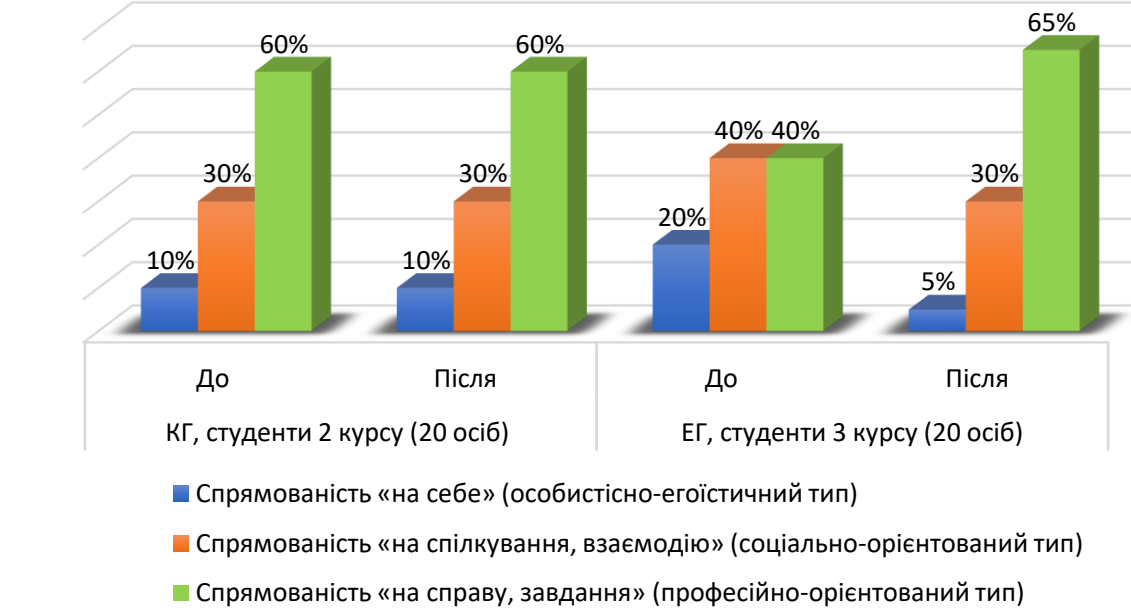


Рис. 3.2. Психологічні характеристик професійної спрямованості студентів експериментальної і контрольної груп (за методикою Б. Басса)

Отже. В ЕГ на 25% стало більше осіб із оптимальною спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), на 15% стало менше студентів із спрямованістю на «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), і на 10% стало менше опитаних із спрямованістю «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип).

Відповідно до представлених даних помітно, що проведена психологічна робота для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів є успішною та ефективною.

Використовуючи методику «СКРУМ» (О. Ігнатович), отримано такі дані опитування студентів ЕГ і КГ (табл. 3.3.).

Таблиця 3.3.

Рівні професійного самовизначення та кар'єрного розвитку студентів експериментальної та контрольної груп (за методикою О. Ігнатович)

Рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку	КГ, студенти 2 курсу (20 осіб)				ЕГ, студенти 3 курсу (20 осіб)			
	До		Після		До		Після	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Високий рівень	6	30%	6	30%	8	40%	13	65%
Середній рівень	9	45%	10	50%	9	45%	7	35%
Базовий (низький) рівень	5	25%	4	20%	3	15%		

В КГ на 5% стало менше осіб з базовим (низьким) рівнем професійного самовизначення та кар'єрного розвитку, і на стільки ж підвищилася кількість студентів із середнім рівнем.

В ЕГ на 25% стало більше осіб з високим, оптимальним рівнем професійного самовизначення та кар'єрного розвитку, на 10% стало менше осіб із середнім рівнем. І зникли опитувані, які мали базовий (низький) рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку (було 15%). За цими даними підтверджуємо ефективність психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Наочно результати опитування студентів ЕГ і КГ щодо рівнів професійного самовизначення та кар'єрного розвитку наведено у рис. 3.3.

Отже, в ЕГ на 25% стало більше студентів, які мають високий рівень професійного самовизначення та кар'єрного розвитку, і зникли опитувані з низьким рівнем. А в КГ лише на 5% стало більше осіб із середнім рівнем професійного самовизначення та кар'єрного розвитку.

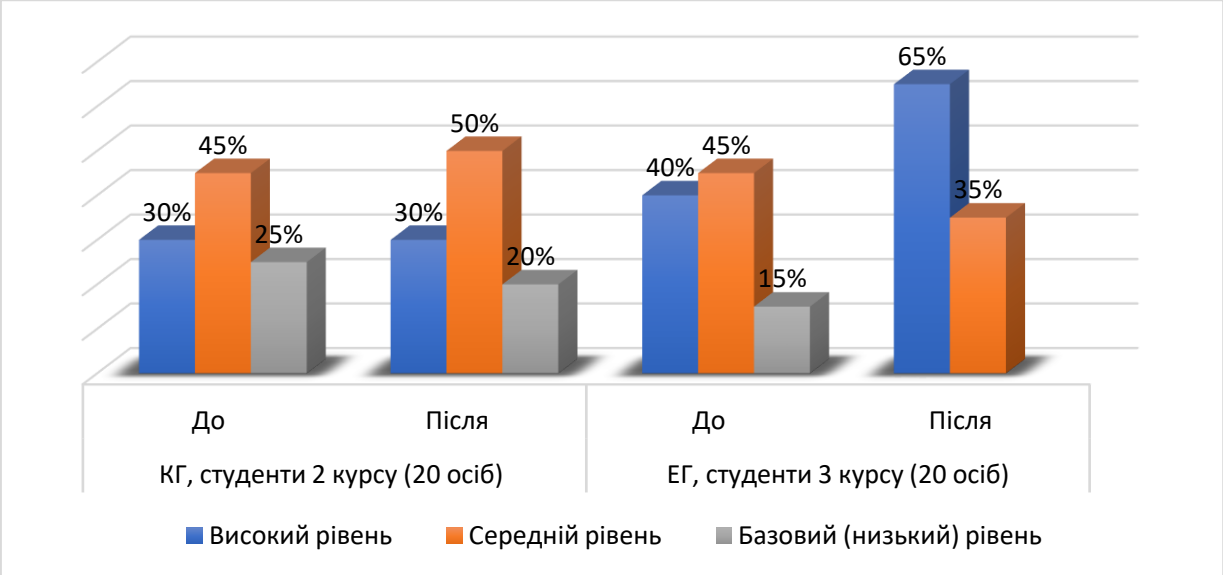


Рис. 3.3. Рівні професійного самовизначення та кар'єрного розвитку студентів експериментальної та контрольної груп (за методикою О. Ігнатович)

Зважаючи на виразні оптимальні зміни у становленні показників професійного самовизначення та кар'єрного розвитку серед студентів ЕГ підтверджуємо ефективність проведеної роботи за психологічною програмою занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

За «Опитувальник професійного самоздійснення» (О. Кокуна) виявлено такі результати опитування студентів ЕГ і КГ (табл. 3.4.).

За показниками внутрішньо-професійного самоздійснення в КГ змін не виявлено, так само як і за проявами зовнішньо-професійного самоздійснення змін. Згідно з цим загальний рівень професійного самоздійснення залишився таким самим – у 30% виявлено високий рівень, у 40% середній, і ще для третини другокурсників властивий нижчий за середній та низький рівні професійного самоздійснення (у 20% і 10% відповідно).

В ЕГ на 25% стало більше осіб із високим рівнем внутрішньо-професійного самоздійснення. Рівень вище середнього встановлено у такої ж кількості осіб (15%), за проявам середнього рівня – на 5% стало менше студентів, а низького і нижче середнього рівнів внутрішньо-професійного

самоздійснення у респондентів ЕГ не виявлено (було 10% із рівнем нижче середнього).

Таблиця 3.4.

Рівні професійного самоздійснення студентів експериментальної та контрольної груп (за опитувальником О. Кокуна)

Рівні професійного самоздійснення	КГ, студенти 2 курсу (20 осіб)				ЕГ, студенти 3 курсу (20 осіб)			
	До		Після		До		Після	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Рівні внутрішньо-професійного самоздійснення:								
Високий рівень	6	30%	6	30%	5	25%	10	50%
Вищий за середній	6	30%	6	30%	3	15%	3	15%
Середній рівень	6	30%	6	30%	8	40%	7	35%
Нижчий за середній	2	10%	2	10%	2	10%	-	-
Низький рівень	-	-	-	-	-	-	-	-
Рівні зовнішньо-професійного самоздійснення:								
Високий рівень	6	30%	6	30%	6	30%	9	45%
Вищий за середній	-	-	-	-	-	-	-	-
Середній рівень	8	40%	8	40%	10	50%	11	55%
Нижчий за середній	4	20%	4	20%	4	20%	-	-
Низький рівень	2	10%	2	10%	-	-		
Рівні загального професійного самоздійснення:								
Високий рівень	6	30%	6	30%	6	30%	9	45%
Вищий за середній	-	-	-	-	-	-	-	-
Середній рівень	8	40%	8	40%	10	50%	11	55%
Нижчий за середній	4	20%	4	20%	4	20%	-	-
Низький рівень	2	10%	2	10%	-	-	-	-

За проявами зовнішньо-професійного самоздійснення в ЕГ на 15% стало більше студентів з високим рівнем. Середній рівень став виявлятися на 5% частіше, а нижчий за середній – зник (був у 20%). Так само не виявлено прояви низького рівня зовнішньо-професійного самоздійснення.

За загальним рівнем професійного самоздійснення в ЕГ на 15% стало більше студентів із високим рівнем, на 5% стало більше осіб із середнім рівнем, і зникли опитувані, які мали нижчий за середній рівень професійного самоздійснення (було 20%).

Наочно результати опитування майбутніх психологів експериментальної та контрольної груп щодо показників професійного самоздійснення наведено на рис. 3.4.

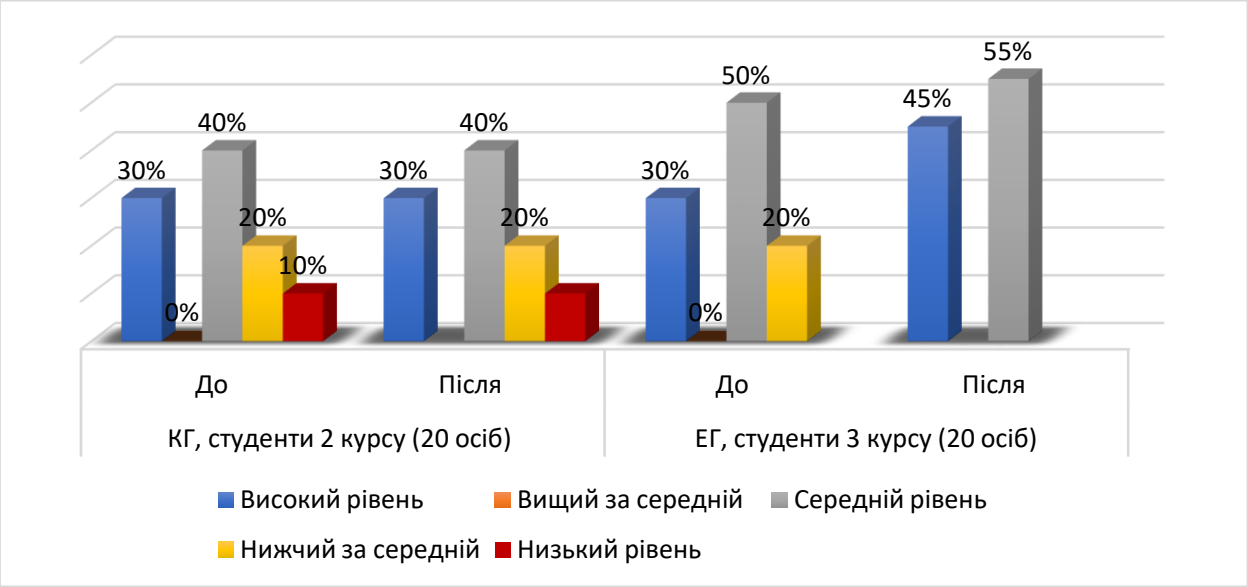


Рис. 3.4. Рівні професійного самоздійснення студентів експериментальної та контрольної груп (за опитувальником О. Кокуна)

За цими даними встановлено, що за показниками внутрішньо-професійного самоздійснення і зовнішньо-професійного самоздійснення в ЕГ на 15% стало більше осіб з високим рівнем, на 10-20% стало менше студентів із рівнем нижче середнього. Це оптимально характеризує вплив проведеної психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на професійне самоздійснення студентів 3 курсу, які входили в експериментальну групу опитуваних.

Отже, на основі виявлених особливостей та змін у показниках професійного самовизначення студентів 3 курсу (ЕГ) доведено високу ефективність психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів. Це дає змогу рекомендувати розроблену та апробовану психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів у практичну роботу працівників психологічної служби ЗВО із студентами для підвищення якості

їх професійної підготовки та формування усвідомленого ставлення до себе як до фахівця у галузі психології.

Висновки до розділу 3

Для роботи із респондентами 3 курсу, яких визначено як експериментальну групу для подальшої психологічної інтервенції, розроблено психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Психологічна програма занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів має на меті: сприяти професійному самовизначенню майбутніх психологів, утвердженню у правильності зробленого вибору професії; формувати адекватне ставлення до себе як до представника професії «психолог»; стимулювати прагнення учасників до професійного саморозвитку і вдосконалення.

Структурно програма включає 6 занять такої тематики: «Мрії про професію психолога»; «Геніальний вибір професії»; «Важливість праці в розвитку людини»; «На правильному шляху»; «Цінність свідомого професійного життя»; «Вплив на професійну ідентичність психолога». Під час проведення цих занять ми ознайомлювали студентів із професіограмою психолога, професійно значущими рисами та якостями, необхідними для роботи за спеціальністю, допомагали учасникам краще пізнавати свої сильні сторони, розуміти власні професійні наміри, вчили складати професійні плани для майбутньої самореалізації у галузі психології.

Психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів впроваджено у роботі із студентами 3 курсу, які входили до експериментальної групи, із студентами 2 курсу психологічної роботи не проводили, вони входили до контрольної групи дослідження.

Для студентів контрольної групи характерні незначні зміни, що вказують на переважно оптимальні прояви їх професійного самовизначення та професійної спрямованості.

Для студентів експериментальної групи характерні позитивні виразні зміни у проявах професійної спрямованості, зокрема, в ЕГ на 20% стало більше респондентів із соціальним типом, спрямованим на надання необхідної допомоги людям, реалізацію активної соціальної діяльності на користь суспільству. Також у студентів ЕГ на 25% стало більше респондентів із спрямованістю «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), і на 15% стало менше опитаних із спрямованістю «на себе» (особистісно-егоїстичний тип).

За проявами професійного самовизначення, в ЕГ на 25% стало більше осіб з високим, оптимальним рівнем професійного самовизначення та кар'єрного розвитку. За шкалами професійного самоздійснення – в ЕГ на 25% стало більше осіб із високим рівнем внутрішньо-професійного самоздійснення, і на 15% зросла частка студентів із проявами високого рівня зовнішньо-професійного самоздійснення. За загальним рівнем професійного самоздійснення в ЕГ на 15% стало більше студентів із високим рівнем, і зникли опитувані, які мали нижчий за середній рівень професійного самоздійснення (було 20%).

Отже, за результатами контрольного етапу дослідження доведено високу ефективність психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів. Це дає змогу рекомендувати апробовану психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів до використання у процесі професійної підготовки майбутніх психологів у ЗВО.

ВИСНОВКИ

Теоретично проаналізовано та емпірично досліджено психологічні особливості розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів. На основі виконання поставлених завдань дослідження зроблено такі висновки:

1. Теоретично обґрунтовано сутність професійного самовизначення особистості та психологічні аспекти формування професійного самовизначення особистості юнацького віку.

Професійне самовизначення в широкому розумінні – це процес, який охоплює весь період професійної діяльності особистості: від виникнення професійних намірів до виходу з трудової діяльності,

У психологічній літературі поняття «професійне самовизначення розуміється як діяльність самого індивіда, який вибирає професію ; процес формування особистістю самостійного вибору професії на основі аналізу своїх даних і відповідності їх вимогам професії.

Центральним епізодом цього процесу є акт вибору професії, що визначає подальший розвиток життєвого шляху, що припадає на юнацький вік, протягом якого відбувається формування самосвідомості; світогляду; індивідуальності.

Структурно професійне самовизначення включає ціннісно-мотиваційний і когнітивний аспекти, стан операціональної сфери. Типовою моделлю прфоесійного самовизначення є структурна єдність мотиваційного, когнітивного та поведінкового компонентів.

Проблема професійного самовизначення стосується також і неправильно зробленого професійного вибору, здійсненного юнаками, що викликає не лише труднощі вступу до обраного закладу вищої освіти (через недостатність знань та навичок у певній сфері професіоналізації), але й проблеми навчання в університеті (недостатній рівень мотивації до оволодіння знаннями і практичними навичками), неможливість працевлаштуватися за обраною професією, якщо вона була вибрана випадково, під впливом батьків

чи за компанію з друзями. Не маючи здібностей до професії, не володіючи необхідними навичками до виконання тих чи інших професійних видів діяльності, сучасна молодь втрачає цінний час, залишаючи навчання, намагається перекваліфікуватися, вступити на інші спеціальність, яка буде максимально відповідати їх здібностям і запитам.

2. З’ясовано методично-організаційні основи розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів на етапі професійної підготовки в університеті.

Професійне становлення особистості студентів на етапі навчання в ЗВО характеризується набуттям необхідних професійних знань і практичних навичок, розвитком професійних компетентностей, формуванням особистісних значущих якостей.

Психологічна допомога юнакам в оптимізації їх професійного вибору, уточненні професійного самовизначення має спрямовуватися на створення відповідних умов для навчально-професійної діяльності у ЗВО за допомогою спеціальних методів і засобів, що сприяють свідомому вирішенню нагальних проблем професійного самовизначення. При впевненості юнаків у зробленому професійному виборі, усвідомленні професійної сфери як значущої, надалі вони вважаються суб'єктами професійного самовизначення, здатними до професійного вдосконалення і докладання зусиль для оволодіння необхідними знаннями і вміннями, формування доцільних особистісних якостей для успішного здійснення майбутньої професійної діяльності.

Напрями психологічної діяльності щодо професійного самовизначення майбутніх фахівців є: надання глибоких і різносторонніх знань про світ професій; допомога юнакам у глибокому пізнанні рис свого характеру і темпераменту, власних здібностей, інтересів; розвиток потреби юнаків у професійному самовизначенні відповідно до уявлень про майбутню професію; сприяння в активізації прагнень юнаків у пошуку власного шляху оволодіння певною професією; створення умов для моделювання юнаками ситуацій

вирішення виробничих завдань, формування уявлень щодо ідеального образу професіонала.

Водночас зауважено, що без систематичного цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу у більшості студентів ЗВО не виявляється сталого гармонійного розвитку професійного самовизначення та всіх його компонентів.

В процесі психологічного супроводу професійного самовизначення юнаків важливо допомагати їм пізнавати себе, власні якості і риси, проводити з ними вправи на самопізнання і саморозуміння, що допомагає усвідомленню власної професійної придатності до обраної сфери професіоналізації. Доцільним є використання методів моделювання ситуацій майбутньої професійної діяльності, проведення рольових ігор, залучення студентів до програми тренінгових занять для розвитку необхідних професійно значущих якостей та особистісних рис, що сприятимуть їх успішності у професійній діяльності.

3. Емпірично досліджено стан розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів; опрацьовано отримані результати дослідження.

За отриманими результатами у студентів-майбутніх психологів спостерігається переважання соціального типу професійної спрямованості, орієнтованого на роботу з людьми (у 40%), інтелектуального типу, спрямованого на аналітичне опрацювання проблемних ситуацій та пошук найбільш адекватних рішень (25%), реалістичного типу, спрямованого на практичну діяльність за допомогою конкретних засобів та інструментів (у 15%). Ще у 10% студентів виявлено виразну професійну спрямованість підприємницького типу, схильного до управління іншими, енергійної самореалізації себе у професії, активного досягнення поставленої мети. І по 5% студентів мають прояви конвенціонального типу, орієнтованого більше на роботу з документацією, чим з людьми та безініціативне виконання обов’язків, визначених керівництвом, та артистичного типу, який незважаючи на творчість та оригінальність, має передбачати ґрунтовні знання з психології

та вміле їх застосування, а не інтуїтивні шляхи допомоги клієнтам із сумнівними прогнозами щодо гарантій вирішення їх проблем.

Також було проаналізовано професійну спрямованість особистості майбутніх психологів, і виявлено, що більшості опитаних властива спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип) (50%). Вони зацікавлені у досягненні високих успіхів у праці, орієнтовані на вирішення професійних завдань, подолання різних проблем за допомогою засвоєних теоретичних знань і практичних навичок. У третини майбутніх психологів встановленого спрямованість «на спілкування, взаємодію» (соціально-орієнтований тип) (35% осіб). Вони високо цінують стосунки з іншими, орієнтовані на співпрацю, готові до спільної діяльності з іншими людьми, докладають зусиль для досягнення високих результатів спільній діяльності. і в решти опитаних (15%) виявлено спрямованість «на себе» (особистісно-егоїстичний тип), що вказує на їх стійку орієнтацію на задоволення своїх інтересів і потреб, на отримання інших винагород, часто навіть незалежно від рівня їх інтелектуальних та професійних здібностей, змісту виконаної роботи.

Щодо визначення характеристик професійного самовизначення у майбутніх психологів – високий рівень професійного самовизначення та кар’єрного розвитку властивий для 35% респондентів. Вони впевнені у своєму виборі професії, адекватно оцінюють професійні наміри, знають про свої сильні сторони та здатні їх враховувати при виконані професійних завдань. У 45% майбутніх психологів виявлено середній рівень професійного самовизначення, їм властиві часткові вміння до прогнозування кар’єрних перспектив, посередні уявлення про необхідні професійно значущі та особистісно важливі якості для майбутньої професійної діяльності. решта осіб (20% студентів) мають базовий (низький) рівень професійного самовизначення і кар’єрного розвитку. Вони мають слабкий досвід із застосування особистісних ресурсів при професійному самовизначенні, мають не адекватні домагання, обмежені знання про вибрану професію.

Аналізуючи показники професійного самоздійснення у майбутніх психологів за шкалами, бачимо, високий рівень внутрішньо-професійного самоздійснення мають 27,5% студентів, вони свідомо зробити вибір професії, мають стійке прагнення до набуття професійної компетентності психолога, які відчувають потребу у професійному вдосконаленні. Вони переважно задоволені своїми професійними досягненнями (навчально-професійними успіхами), здатні до визначення та досягнення професійних цілей, спрямовані на створення власного життєво-професійного простору. Високий рівень показників зовнішньо-професійного самоздійснення виявлено у 30% студентів, які здатні до досягнення поставлених професійних цілей, активного докладання зусиль для оволодіння практичними навичками роботи психолога.

Вивчаючи загальний рівень професійного самоздійснення у майбутніх психологів, бачимо, що у третини осіб виявляється високий (30%), у 45% студентів – середній рівні професійного самоздійснення. Вони переважно орієнтовані на професійний розвиток та впевнені в обраній професійній сфері, активно оволодівають необхідними професійними знаннями і практичними вміннями. Решта опитаних мають нижчий за середній (20%) і низький (5%) рівні професійного самоздійснення, не впевнені в обраній сфері професіоналізації, не готові до професійної самореалізації у галузі психології. Також вони не вміють ставити і досягати професійних цілей, не розуміють цінності складання професійних планів та їх втілення.

Проаналізовано психологічного самовизначення у студентів 2 і 3 курсів, виявлено, що оптимальний «соціальний тип» професійної спрямованості більш властивий для студентів 2 курсу (на 20%), так само їм більш характерна спрямованість «на справу» (на 20%), порівняно із студентами 3 курсу. За показниками професійного самовизначення і професійного самоздійснення виявлено кращі прояви у студентів 3 курсу, де переважними є середні рівні за обома досліджуваними характеристиками в обох підгрупах опитуваних (і серед студентів 2 курсу, і серед студентів 3 курсу). Зважаючи на те, що серед студентів 3 курсу більше осіб, які мають недостатньо оптимальні прояви типів

професійної спрямованості та виразні показники спрямованості «на себе», з цими студентами варто провести психологічну роботу з розвитку професійного самовизначення та удосконалення навичок професійного самоздійснення.

4. Розроблено та апробовано психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення у майбутніх психологів.

Психологічна програма занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів має на меті: сприяти професійному самовизначенню майбутніх психологів, утвердженню у правильності зробленого вибору професії; формувати адекватне ставлення до себе як до представника професії «психолог»; стимулювати прагнення учасників до професійного саморозвитку і вдосконалення.

Структурно програма включає 6 занять, в процесі проведення яких ми ознайомлювали студентів із професіограмою психолога, допомагали оцінити рівень сформованості у них професійно значущих рис і та якостей, необхідних для роботи за спеціальністю. Також обговорювали наслідки неправильного професійного вибору, актуальні професії на ринку праці, можливості працевлаштування психологів після закінчення університету тощо. За допомогою залучення учасників до групових вправ, практикумів, психологічних етюдів, мозкових штурмів, рефлексійних аналізів допомагали сформувати уявлення про власну відповідність обраній професії психолога, спланувати кроки із розвитку необхідних професійно важливих і особистісно значущих якостей, необхідних для майбутньої професійної діяльності.

Після впровадження психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів із студентами 3 курсу (ЕГ) було проаналізовано всі отримані результати контрольного опитування майбутніх психологів

Для студентів контрольної групи (2 курс) виявлено незначні позитивні зміни, а для студентів експериментальної групи (3 курс) було визначено значне підвищення кількості осіб з оптимальним «соціальним» типом

професійної спрямованості – на 20% стало більше респондентів із «соціальним типом», що відповідає орієнтації особистості до роботи за фахом «психолога».

Ще у студентів ЕГ на 25% стало більше осіб, які мають спрямованість «на справу, завдання» (професійно-орієнтований тип), і на 15% стало менше опитаних із спрямованістю «на себе» (особистісно-егоїстичний тип).

Також в ЕГ на 25% підвищилася кількість студентів з оптимальним, високим рівнем професійного самовизначення та кар'єрного розвитку. За загальним рівнем професійного самоздійснення в ЕГ на 15% стало більше студентів із високим рівнем, і зникли опитувані, які мали нижчий за середній рівень професійного самоздійснення (було 20%).

Відповідно до отриманих результатів дослідження підтверджено ефективність проведеної психологічної програми занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Рекомендуємо розроблену та апробовану психологічну програму занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів у практичну роботу працівників психологічної служби ЗВО із студентами для підвищення якості їх професійної підготовки та формування усвідомленого ставлення до себе як до фахівця у галузі психології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціальної-психологічного тренінгу. Навчальний посібник. К., 2015. 251 с.

2. Барчі Б. В., Добра К. Ю. Суб'єктність у контексті професійного розвитку особистості. *Проблеми професійного становлення особистості:* збірник тез доповідей Всеукраїнської науково–практичної конференції (17–18 травня 2018 р., Мукачево) / Ред. кол.: Т. Д. Щербан (гол. ред.) та ін. Мукачево : Вид–во МДУ, 2018. С. 131–133.

3. Барчі Б. В., Руснак О. І. Психологічні умови підготовки старшокласників до професійного самовизначення. *Проблеми професійного становлення особистості:* збірник тез доповідей Всеукраїнської науково–практичної конференції (17–18 травня 2018 р., Мукачево) / Ред. кол.: Т. Д. Щербан (гол. ред.) та ін. Мукачево : Вид–во МДУ, 2018. С. 89–91.

4. Боднар А. Я., Рибалочка К. А. Особливості професійного самовизначення сучасних студентів. *Психологія та психосоціальні інтервенції.* 2020. Т. 3. С. 3–10.

5. Бойченко І. Психолого-педагогічні особливості становлення професійної самоідентичності майбутнього психолога. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки.* 2020. Вип. 9 (54). С. 5-20.

6. Болгова М. О., Бохонкова Ю. О. Психологічні особливості професійного становлення особистості. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі* : матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції, 9–10 квітня 2018 р. / редкол. : В. Л. Погребна, Н. В. Островська, І. Ю. Тонкіх та ін. Д. : ЛІРА, 2018. С. 215–219.

7. Бондар К. С. Наш вибір – професійна перспектива: тренінгове заняття для учнів 8-9 класів. *Організація профорієнтаційної роботи в навчальному закладі: навчально-методичний посібник* / автори-укладачі:

І. В. Мазуркевич, Л. В. Багдасарова, В. М. Лавринюк / за ред. Н. І. Клокар. Біла Церква: КОІПОПК, 2014. С. 68–78.

8. Бохонкова Ю. О. Психологічні умови професійного самовизначення старшокласників на сучасному етапі розвитку суспільства. *Актуальні проблеми психології.* 2015. № 6, Вип. 10. С. 14–21.

9. Бохонкова Ю. О., Косова Т. В. Соціокультурні та психологічні особливості професійного становлення особистості майбутнього фахівця. *Проблеми професійного становлення особистості*: збірник тез доповідей Всеукраїнської науково–практичної конференції (17–18 травня 2018 р., Мукачево) / Ред. кол.: Т. Д. Щербан (гол.ред.) та ін. Мукачево : Вид–во МДУ, 2018. С. 100–102.

10. Бугерко, Я. М., Гірняк, Г. С. Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення студентів закладів вищої освіти. *Наукові записки. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 1. С. 18–24.

11. Василенко О. М. Особливості вибору майбутньої професії абітурієнтами вищих навчальних закладів: гендерний аспект. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота».* 2016. Вип. 32. С. 32–34.

12. Видолоб Н. О. Професійна самосвідомість майбутніх психологів: аналітичний Огляд проблеми. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки».* 2017. Вип. 1. Т. 1. С. 34-38.

13. Горбач І. В., Тимощук Є. А. Проблема визначення поняття «професійне самовизначення» в психології. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал.* Острог : Вид-во НаУОА, 2021. № 13. С. 25–28.

14. Горбик О. В., Баршацька Г. Ю. Професійні якості спеціаліста з «соціальної роботи». *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі* : матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції, 9–10 квітня 2018 р. / редкол. : В. Л. Погребна, Н. В. Островська, І. Ю. Тонкіх та ін. Д. : ЛІРА, 2018. С. 499–501.

15. Гринчук О. І., Петрук Н. Ю. Імідж майбутнього психолога як чинник самоактуалізації в умовах навчальної діяльності. *Габітус*. 2021. Вип. 30. С. 231-237.

16. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астрая, 2021. 384 с.

17. Гудименко К. М. Професійне самовизначення старшокласників як психолого-педагогічна проблема. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2015. № 2 (46). С. 227–232.

18. Гутиря М., Кононова М. Чинники професійної самоактуалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2021. Вип. 11. С. 56–62.

19. Дехтяренко І. С. Теоретико-методологічні засади здійснення професійного психологічного відбору військовослужбовців до Національної гвардії України. *Юридична психологія*. 2022. № 2 (31). С. 47-53.

20. Діхтяренко С. Ю., Ременюк Я.А. Соціально-психологічна характеристиака студенства. *Психологічний журнал*. 2024. № 2(12). С. 36-45.

21. Діагностика самовизначення щодо майбутньої професії обдарованих учнів ліцею : методичні рекомендації / Н. А. Бєльська, М. Ю. Мельник, М. М. Новогородська. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2020. 36 с.

22. Доротюк В. І. Педагогічні умови професійного самовизначення старшокласників. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. № 4 (35). С. 28–30.

23. Єлова Т. Основні чинники професійного самовизначення старшокласників. *Педагогічний часопис Волині*. 2016. № 2 (3). С. 76–82.

24. Жиляк Н. В. Деякі аспекти самовизначення безробітних у процесі профпереорієнтації. *Актуальні проблеми розвитку організаційної та економічної психології в Україні*. Кам'янець-Подільський : КПНУ ім. І. Огієнка, 2015. С. 86–87.

25. 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.

26. Загребнюк Ю., Яловенко О. Методи та технології професійного самовизначення учнів у США. *Проблеми підготовки сучасного вчителя.* 2021. Вип. 1(23). С. 59–65.

27. Іващенко А. І. Етапи професійного розвитку майбутнього психолога. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2015. Вип. 1(46). С. 135-142.

28. Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія / відпов. ред. Н. І. Тавровецька Херсон : Вид-во ФОП Вишемирський В.С., 2019. 354 с.

29. Калюжна І. П. Теоретичний аналіз психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди».* Вип. 37-1. Том VI (74). Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». Київ : Гнозис, 2017. С. 350–350.

30. Кар’єрне консультування: практ. посіб. / Ігнатович О. М., Заєць І. В., Татаурова-Осика Г. П., Шевенко А. М. ; за ред. О. М. Ігнатович. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 282 с.

31. Кириченко В. В. Психологічні основи професійної адаптації та вибору професії : Навчальний посібник. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 110 с.

32. Клепікова О. В. Індивідуально-психологічні орієнтири професійного самовизначення майбутніх психологів. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права.* 2021. № 2. С. 129–133.

33. Кокун О.М. Загальні чинники професійного самоздійснення особистості. *Актуальні проблеми психології*: Збірн. наук. праць. 2016. Том. IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. Випуск 9. С. 292-301.

34. Кокун О.М. Опитувальник професійного самоздійснення. *Практична психологія та соціальна робота.* 2014. № 7. С. 35-39.

35. Комар Т. В. Психологічні передумови становлення професійної зрілості особистості. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2016. Вип. IV (40), Т. 81. С. 93-97.

36. Коробко Д., Пирог Г. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників, які знаходяться у складних життєвих обставинах (дітей–сиріт та дітей, які позбавлені батьківської опіки). *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально–психологічного факультету* / за ред. Л. П. Журавльової, В. О. Климчука, Ю. Ю. Дем'янчук. Житомир, Вид–во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. Вип. 9. С. 56–58.

37. Крикля К. П. Психологічні особливості професійного становлення майбутнього психолога під час навчання у виші. *Психологія і особистість.* 2016. Вип. 2 (10). Ч. 2. С. 200-208.

38. Кузів М. З. Форми та методи профорієнтаційної роботи в Україні. *Наукові записки [Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя]. Психолого–педагогічні науки*. 2016. № 1. С. 140–146.

39. Кулаков Р. С. Психологічні засоби оптимізації процесу професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи. Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету.* Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 6. С. 88–98.

40. Кулаков Р. С. Психологічні особливості становлення готовності старшокласників до професійного самовизначення в умовах профільного навчання. *Проблеми сучасної психології*: Збірник наукових праць. 2014. Вип. 26. С. 340–352.

41. Кульчицька А. В., Мудрик А. Б., Федотова Т. В. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. URL: https://www.inforum.in.ua/conferences/15/19/118.

42. Лозовецька В. Т. Професійна кар'єра особистості в сучасних умовах: монографія. Київ: 2015. 279 с.

43. Лукіянчук А. М. Психологічні основи професійного становлення та розвитку особистості майбутнього кваліфікованого робітника: навчально-методичний посібник. Вид 2-ге, поробл. доповн, Біла Церква : БІНПО, 2020. 139 с.

44. Людина і світ професій: навч.-метод. посіб. [для 8–9-х класів] / [О. В. Мельник, О. Л. Морін, Л. А. Гуцан, С. М. Дятленко, І. І. Ткачук, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко, Л. І. Гриценок ; за ред. О. Л. Мельника]. Івано-Франківськ : "НАІР", 2015. 160 с.

45. Методи психодіагностики у професійному самовизначенні учнівської молоді: методичний посібник [для педагогічних працівників] / О. В. Мельника, Л. С. Злочеська, Н. С. Гончар. К.: Інститут професійно-технічної освіти НАПН України, 2012. 224 с.

46. Миколаєнко Ж. М. Багато професій у світі, зумій відшукати свою. *Організація профорієнтаційної роботи в навчальному закладі: навчально-методичний посібник* / автори-укладачі: І. В. Мазуркевич, Л. В. Багдасарова, В. М. Лавринюк; за ред. Н. І. Клокар. Біла Церква: КОІПОПК, 2014. С. 103–107.

47. Мілорадова Н. Е. Застосування тренінгових технологій у професійній підготовці слідчих. *Юридична психологія*. 2020. № 1 (26). С. 62-69.

48. Москович І. М., Лосієвська О. Г. Соціально–психологічний тренінг як інструмент оволодіння студентами професійними компетенціями. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі* : матеріали Всеукраїнської науково–практичної конференції, 9–10 квітня 2018 р. / редкол.

: В. Л. Погребна, Н. В. Островська, І. Ю. Тонкіх та ін. Д. : ЛІРА, 2018. С. 283-286.

49. Мосол Н. О. Психологічні аспекти професійного самовизначення старшокласників. К., 2020. 45 с.

50. Мотика С. М. Методичні основи і практична розробка професіограми офіцера-психолога як основи формування його професійної готовності до виконання своїх обов'язків в бойових умовах. *Актуальні питання у сучасній науці.* 2023. № 12(18). С. 960-969.

51. Олійник К. Напрями та методи соціально-психологічної діяльності щодо професійного самовизначення старшокласників. *Науковий журнал «Психологічні травелоги».* 2023. № 4. С. 44-51.

52. Олійник М., Дутчак В. Особливості підготовки майбутніх психологів до роботи в психологічній службі у закладах вищої освіти. *Теорія та практика формування особистості як суб'єкта самотворення і самозбереження. Монографія* / [за ред. О.М. Гомонюк]. Хмельницький: ФОП Цюпак А.А., 2021. С. 22-36.

53. Оліховська Л. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота*. 2016. Вип. 2. С. 161-164.

54. Пасічна В. Г. Психологічний аналіз безробіття як соціально-економічного явища. *Проблеми сучасної психології*. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2016. Вип. 34. С. 406–420.

55. Педагогічна підготовка сімей різного типу до професійного самовизначення старшокласників : методичний посібник / [В. П. Горпинюк, О. М. Докукіна, Т. В. Кравченко, І. М. Мачуська, К. М. Павицька, Л. В. Повалій, В. Г. Постовий, А. В. Хижняк, О. Л. Хромова ; за заг. ред. Т. В. Кравченко]. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 268 с.

56. Перегончук Н. В. Професійна компетентність і професійна самореалізація майбутнього психолога в умовах трансформаційного

суспільства. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки.* 2016. Вип. 6. Т. 2. С. 77-82.

57. Перехід на ринок праці молоді України / Е. М. Лібанова, О. І. Цимбал, Л.С. Лісогор [та ін.]. Женева : МОП, 2014. 79 с.

58. Петриченко Л. Професійне самовизначення особистості як психолого-педагогічна проблема. *Освіта. Інноватика. Практика*. 2023. Т. 11. № 5. С. 52-58.

59. Пирог Г., Бодашевська Ю. Обери свій професійний шлях: Робочий зошит для школярів та студентів. Київ, 2020. 31 с.

60. Пілецька Л. Становлення особистості в умовах професійної мобільності. *Педагогічний часопис Волині*. 2016. № 1. С. 52–59.

61. Поліщук С. П.. Якименко Ю. В. Психологічні складові професійного самовизначення особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки».* 2015. Вип. 5. С. 51–55.

62. Потоцька І. Вивчення сформованості професійного самовизначення старшокласників. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. 2016. Т. 21. № 4. С. 164-171.

63. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу : монографія / Л. А. Гуцан, О. Л. Морін, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко, Л. І. Гриценок; І. І. Ткачук , за ред. О. Л. Моріна. Харків: «Друкарня Мадрид», 2016. 220 с.

64. Психологія професійної діагностики та професійного консультування: практичний посібник / Ігнатович О. М., Татаурова-Осика Г. П., Шевенко А. М. ; за ред. О. М. Ігнатович. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. 225 с.

65. Психологія: методичні вказівки до практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 015 «Професійна освіта» (015.37 Аграрне виробництво, переробка сільськогосподарської продукції та харчові технології), денної та заочної форми навчання; упоряд. Є. Л. Скворчевська. Харків: ДБТУ, 2022. 196 с.

66. Психолого-педагогічні тренінги у системі консультування з професійної кар'єри учнів професійно-технічних навчальних закладів: навчальний посібник [Алєксєєва С. В., Гриценок І. А., Закатнов Д. О., Кузьмінська Л. Д., Орлов В. Ф.]; за редак. Д. О. Закатнова. Житомир: «Полісся», 2019. 200 с.

67. Радченко О. Б. Психологічний супровід становлення професійного самовизначення здобувачів професійно-технічної освіти. *Вісник післядипломної освіти. «Серія «Соціальні та поведінкові науки».* 2021. Вип. 6(35) С. 108.-120.

68. Райко В., Мацишин М., Мірошніченко В. Використання тренінгових технологій для формування професійної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників. *Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України. Серія «Педагогічні науки».* 2022. № 2(29). С. 461-473.

69. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2017. 360 с.

70. Савчук О. А. Соціально-психологічне забезпечення професійного самовизначення фахівців соціальної сфери: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. Сєвєродонецьк, 2018. 22 с.

71. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ-Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.

72. Сергієні О. В., Пріснякова Л.М., Шевяков О. В. Формування особистісної та професійної самосвідомості майбутніх психологів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 6. С. 40-44.

73. Синявський В. В. Професіограми і психограми професій педагогічного спрямування : метод. посібник. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 84 с.

74. Старинська Н. В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки : монографія. Київ, 2015. 178 с.

75. Стельмах О. В. Особливості професійно-психологічного відбору кадрів. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності.* 2017. № 15. С. 243–247.

76. Ташкінова О. А., Міщенко С. О., Тоцька К. С. Сучасний стан та перспективи професійного самовизначення здобувачів освіти загальноосвітніх навчальних закладів м. Маріуполь: за матеріалами соціологічного дослідження. *Науково-теоретичний альманах Грані*. 2018. Вип. 21(9). С. 58-66.

77. Твердохлєбова Н. Є. Професійна самореалізація особистості та її дослідження в сучасній науці. *«Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України».* Харків, 2018. Харків, 2018. С. 207-210.

78. Тимошенко Н. Професійне самовизначення старшокласників (за результатами дослідження). *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2016. Вип. 16. С. 421–427.

79. Тітов І. Г. Життєдіяльнісні контексти особистісного самовизначення в юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки».* 2015. Вип. 1. Т. 2. С. 39-45.

80. Тітов І. Г. Особливості смислової структури світогляду осіб юнацького віку. *Психологія і особистість*. 2017. №2(12). С. 168-184.

81. Тітов І. Г. Психологічні передумови становлення світогляду особистості в юнацькому віці. *Психологія і особистість*. 2018. № 1 (13). С. 36-49.

82. Ткачук І. І. Психолого-педагогічний супровід особистісного і професійного самовизначення старшокласників, що опинилися у складних життєвих обставинах внаслідок військових конфліктів : [метод. рек.] / наук. ред. В. Г. Панок. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 78 с.

83. Туркот Т. І. Педагогіка вищої школи: навч. посібник. К.: Кондор, 2019. 628 с.

84. Фалько Н. М., Гузь Н. В., Варіна Г. Б. Психологічні особливості актуалізації професійно-особистісної зрілості майбутнього психолога засобами гештальт-терапії. *Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія* / відпов. ред. Н.І. Тавровецька. Херсон : Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2019. С. 317-328.

85. Хавула Р. Психологічні особливості становлення самоефективності в юнацькому віці. *Актуальні питання гуманітарних наук.* 2017. Вип. 17. С. 348-355.

86. Хом'юк І. В., Петрук В. А., Хом'юк В. В. Фактори впливу на професійне самовизначення особистості в умовах ринкової економіки. *Педагогіка безпеки.* 2017. № 1. С. 6–11.

87. Цуркан Т. Активна життєва позиція студентської молоді в умовах війни. *Проблеми освіти*. 2023. Вип. (98), 2023. С. 347-259.

88. Шахов В. В. Особливості становлення самосвідомості в студентському віці. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2017. Вип. 51. С. 134-138.

89. Шевченко В. Особливості формування активної життєвої позиції студентської молоді в умовах військового конфлікту. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Соціальні комунікації.* 2020. Вип. 39. С. 45–50.

90. Шевченко С. В., Фалько Н. М. Розвиток комунікативної компетентності майбутніх психологів. *Габітус.* 2020. Т. 2. № 18. С. 143-148.

91. Шимко О. М. Чарівний світ професій. *Організація профорієнтаційної роботи в навчальному закладі: навчально-методичний посібник* / автори-укладачі: І. В. Мазуркевич, Л. В. Багдасарова, В. М. Лавринюк / за ред. Н. І. Клокар. Біла Церква: КОІПОПК, 2014. С. 129–137.

92. Шульга О. В. Безробіття молоді та шляхи його подолання. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія.* 2017. № 2 (10). С. 112–116.

93. Щербан Т. Д., Ковач О. В. Психологічні особливості самоприйняття в юнацькому віці. *Науковий вісник Мукачівського державного університету: Журнал наукових праць. Серія «Гуманітарні і суспільні науки».* 2016. № 20(15). С. 153–162.

94. Яковець В. М. На правильному шляху: тренінгове заняття для учнів 9-11 класів. *Організація профорієнтаційної роботи в навчальному закладі: навчально-методичний посібник* / авт.-укл.: І. В. Мазуркевич, Л. В. Багдасарова, В. М. Лавринюк / за ред. Н. І. Клокар. Біла Церква: КОІПОПК, 2014. С. 89–92.

95. Яновська Т. А. Психологічні особливості професійного самовизначення у підлітковому та юнацькому віці. *«Молодий вчений».* 2017. № 4 (44). С. 270–274.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика самооцінки кар'єрного розвитку учнівської молоді «СКРУМ» (О. Ігнатович)

Інструкція: Оцініть Вашу згоду з наведеними твердженнями від 1 до 10 балів.

1. Ви визначилися стосовно того, чим будете займатись у майбутньому, яку професію оберете.
2. Ви спрогнозували те, як і де отримати професійну освіту відповідно визначеної для себе професії .
3. Маєте чітке уявлення про обрану професію та знаєте її вимоги та умови.
4. Маєте чітке уявлення про свої інтереси, здібності та усвідомлюєте їх узгодженість із професійними вимогами.
5. Знаєте можливості працевлаштування за обраною професією.
6. Ви склали і маєте поетапний план реалізації майбутньої професійної кар'єри.
7. Обов'язково дотримуєтеся складеного плану майбутньої професійної кар'єри.
8. Ви змінюєте чи переглядаєте цілі своєї майбутньої професійної кар'єри відповідно до актуальної життєвої ситуації.
9. Ви докладаєте багато зусиль для досягнення цілей Вашої майбутньої професійної кар'єри.
10. Для Вас важливі власні здібності та якості, які вимагає від особистості професія.
11. Ви постійно працюєте над визначенням смислів майбутньої професії.
12. Для Вас важливо як оцінюють Ваш професійний вибір батьки.
13. Для Вас важливо як оцінюють Ваш професійний вибір вчителі, викладачі.
14. Для Вас важливо як оцінюють Ваш професійний вибір друзі.
15. Самостійність – Ваша яскраво виражена якість.
16. Для Вас важливо досягати успіху у навчально-професійній діяльності.
17. Для Вас важливо реалізовувати заплановані етапи кар'єрного розвитку.
18. Зовнішні умови дозволяють Вам реалізувати заплановану професійну кар'єру.
19. Ви готові зробити максимально можливе для реалізації цілей стосовно кар'єрного розвитку.
20. Для Вас важливо мати максимум свободи й автономії у виборі професії.

Інтерпретація результатів обробки анкети самооцінки рівня кар'єрного розвитку учнівської молоді

Рівень кар'єрного розвитку

базовий	**середній**	**високий**
1–66,66	**66,67–133,33**	**133, 34–200**

Базовий рівень кар'єрного розвитку характерний для учнів, які недостатньо ефективно використовують свої особистісні ресурси, мають неадекватні (занижені чи завищені) кар'єрні очікування, не засвоїли елементарні знання про професію.

Середній рівень кар'єрного розвитку характерний для учнів, які частково прогнозують кар'єрні перспективи, мають уявлення про професійно-важливі якості; готові працювати і підвищувати професійні можливості, але не виявляють ініціативи; не завжди легко адаптуються до змінюваного середовища.

Високий рівень кар'єрного розвитку характерний для учнів, які реально оцінюють свої кар'єрні перспективи, усвідомлюють свої сильні та слабкі сторони стосовно майбутньої професії; готові працювати з максимальною віддачою для досягнення цілей кар'єрного розвитку.

Додаток Б

Опитувальник професійного самоздійснення (Кокун О.М.)

Опитувальник професійного самоздійснення
(дослідницький бланк)

ПІБ _____
вік __ стать ___ професія _____ посада _____
стаж роботи на посаді ____ загальний стаж роботи за професією ____
І ЧАСТИНА
Інструкція: Будь ласка, дайте відповіді на нижченаведені запитання, обвівши кружечком відповідне твердження (тільки одне із запропонованих, що найбільше підходить за кожним запитанням).

№ Запитання	Варіанти відповіді				
1 Чи багато Ви працюєте над підвищенням свого професійного рівня	взагалі не працюю	іноді	періодично	часто	постійно
2 Чи маєте Ви план свого подальшого професійного розвитку	не маю плану	практично не маю	у загальних рисах	в головному маю	маю чіткий план
3 Чи задоволені Ви власною професійною кар'єрою	не задово-лений (а)	скоріше не-задоволений	важко відповісти	скоріше задоволений	повністю задоволений
4 Після досягнення певної професійної мети як швидко Ви ставите наступну	не ставлю взагалі	через тривалий час	через певний час	досить швидко	практично відразу
5 Наскільки гармонійно Вам вдається поєднувати професійну діяльність з позафаховим життям	зовсім не вдається	більше не вдається	частково вдається	Вдається майже постійно	завжди вдається
6 Як швидко Ви досягаєте поставлених професійних цілей	тривалий час	досить повільно	через певний час	досить швидко	дуже швидко
7 Як Ви оцінюєте рівень своїх професійних досягнень	низький	невисокий	середній	досить високий	високий

8 Як часто Ваш професійний досвід стає у пригоді іншим фахівцям	практично ніколи	іноді	періодично	часто	постійно
9 Наскільки повно Ви як особистість можете розкритися у роботі	зовсім не можу	незначною мірою	частково	істотно	практично повністю
10 Наскільки творчо Ви намагаєтесь виконувати Вашу роботу	не намагаюсь	іноді дію творчо	частково дію творчо	здебільшого дію творчо	постійна творчість
11 Як Ви оцінюєте свій потяг до підвищення професійного рівня	повністю відсутній	невисокий	середній	досить виражений	дуже високий
12 Наскільки чітко Ви уявляєте своє професійне майбутнє	ніяк не уявляю	практично не уявляю	у загальних рисах	в головному уявляю	чітко уявляю
13 Чи задоволені Ви своїми професійними досягненнями	не задово-лений (а)	скоріше не задоволений	важко відповісти	скоріше задоволений	повністю задоволений
14 Чи згодні Ви з тим, що в роботі постійно слід рухатися вперед	не згодний більше	не згодний, ніж згодний	не завжди згодний	Здебільшого згодний	повністю згодний
15 Як оцінюєте рівень свого професійного менталітету, ідентифікації з професійним співтовариством	низький	невисокий	середній	досить високий	високий
16 Наскільки часто Ви досягаєте поставлених професійних цілей	дуже рідко	рідко	періодично	часто	практично завжди
17 Як оцінюють отримані Вами професійні	низькі	не високі	середні	досить високі	високі

здобутки Ваші колеги					
18 Як часто Ваші професійні здобутки використовуються іншими фахівцями	ніколи	іноді	періодично	часто	постійно
19 Наскільки повно можуть розкритися у професійній діяльності Ваші здібності	зовсім не можуть	незначною мірою	частково	істотно	практично повністю
20 Наскільки гнучким є стиль Вашої професійної діяльності	зовсім не гнучкий	майже негнучкий	іноді гнучкий	досить гнучкий	дуже гнучкий
21 Чи отримуєте Ви задоволення в результаті підвищення своєї професійної майстерності	зовсім ні	практично ні	певне задоволення	достатнє за-доволення	дуже велике задоволення
22 Чи проектуєте Ви власну кар'єру	ніяк не проектую	практично ні	у загальних рисах	намагаюсь проектувати	чітко проектую
23 Чи задоволені Ви своїм професійним рівнем	не задово-лений (а)	скоріше не задоволений	важко відповісти	скоріше задоволений	повністю задоволений
24 Після отримання певного результату в роботі як швидко Вам хочеться досягти ще кращого	взагалі не хочеться	через тривалий час	невдовзі	швидко	практично відразу
25 Наскільки чітко сформувалася у Вас власна професійна позиція	ще відсутня	недостатньо	сформована частково	сформована майже повністю	повністю
26 Якою мірою Ви досягаєте поставлених професійних цілей	дуже малою	невеликою мірою	частково досягаю	значною мірою	повністю
27 Як оцінює керівництво Ваші професійні здобутки	низькі	невисокі	середні	досить високі	високі

28 Якою мірою Ви передаєте свої професійні знання і досвід, навчаючи інших	не передаю	незначною мірою	частково	досить повно	повністю
29 Які можливості створює Вам професійна діяльність для самовдосконалення	дуже малі	незначні	часткові	великі	дуже великі
30 Чи багато нового Ви привнесли у свою професію	Дуже мало	небагато	посередньо	багато	дуже багато

II ЧАСТИНА

Інструкція:. Нижче опишіть, будь ласка, довільно, в якій формі й як Ваша професійна діяльність створює Вам можливості для особистісної самореалізації (розкриття здібностей, особистісний розвиток, навчання інших, допомога іншим тощо). Якщо можна, розкрийте це питання конкретніше. _____.

Опрацювання результатів. Згідно з ключем підраховуються суми балів за 10-ма ознаками професійного самоздійснення, поєднаними за двома його формами, а також визначається сумарний результат, який характеризує загальний рівень професійного самоздійснення фахівця.

Ключ

1. Внутрішньопрофесійні

1.1. Потреба у професійному вдосконаленні 1, 11, 21

1.2. Наявність проекту власного професійного розвитку 2, 12, 22

1.3. Переважаюче задоволення власними професійними досягненнями 3, 13, 23

1.4. Постійна постановка нових професійних цілей 4, 14, 24

1.5. Формування власного «життєво-професійного простору» 5, 15, 25

2. Зовнішньопрофесійні

2.1. Досягнення поставлених професійних цілей 6, 16, 26

2.2. Визнання досягнень фахівця професійним співтовариством 7, 17, 27

2.3. Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями

8, 18, 28

2.4. Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії 9, 19, 29

2.5. Вияв високого рівня творчості у професійній діяльності 10, 20, 30

Дані другої частини опитувальника опрацьовуються й узагальнюються на основі контент-аналізу висловлювань досліджуваних.

Нормативні дані показників професійного самоздійснення (у балах)

№	Рівень професійного самоздійснення	Загальний	Внутрішньо-професійного	Зовнішньо-професійного
1	Низький	≥ 45	≥ 21	≥ 19
2	Нижчий за середній	46 – 63	22 – 32	20 – 30
3	Середній	64 – 81	33 – 42	31 – 40
4	Вищий за середній	82 – 99	43 – 51	41 – 49
5	Високий	≤ 100	≤ 52	≤ 50

Додаток В

Психологічна програма занять для розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів

Мета: сприяти професійному самовизначенню майбутніх психологів, утвердженню у правильності зробленого вибору професії; формувати адекватне ставлення до себе як до представника професії «психолог»; стимулювати прагнення учасників до професійного саморозвитку і вдосконалення;

Завдання:

- сприяти самопізнанню та розумінню своїх сильних і слабких сторін, їх врахуванню при виборі професійно орієнтованих завдань;
- розширити уявлення учасників про обрану професію, про вимоги до професійних знань і навичок, особистісний якостей, необхідних для професійної діяльності;
- допомогти визначити власну професійну придатність до професії «психолог»;
- надати допомогу в розкритті потенціалу та здібностей для самореалізації у професійній сфері;
- розвивати навички складання плану професійного розвитку, визначення пріоритетних напрямів самовдосконалення та розвитку професійних і особистісно значущих якостей і рис.

Структура програми: 6 занять, кожне з яких має вступну, основну і заключну частини. Орієнтовна тривалість – 1-1,5 години кожне заняття.

Основний зміст програми занять

Заняття № 1. «Мрії про професію психолога»

Мета: сприяти професійному самовизначенню учасників; ознайомити із професіограмою психолога; розвивати навички самопрезентації; сприяти саморозумінню, дати змогу визначити свої сильні і слабкі сторони, власні ресурси для професійного самовдосконалення; розвивати комунікативні вміння.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Вправа-знайомство

Мета: познайомитися з групою учасників, розвивати їх навички самопрезентації.

Ведучий вітається з групою. Це можна зробити в такій формі: «Вітаю вас. Мене звати..... Я радий/рада вас бачити. Пропоную розпочати роботу із знайомства. Візьміть папір і напишіть на ньому своє ім’я так, як Ви хотіли б, щоб до вас сьогодні зверталися».

Вправа «Це чудово!»

Мета: сприяти знайомству учасників, формувати позитивне самоставлення та прийняття інших.

Процедура: учасники стоять півколом, достатньо великим, щоб промовцям було зручно виступати. Тренер пропонує кожному по черзі вийти в центр півкола і розповісти про якусь свою якість, уміння чи талант (наприклад, «я люблю танцювати», «я вмію стрибати через калюжі» тощо). У відповідь на кожне таке висловлювання, всі, хто стоїть у півколі, повинні хором відповісти: «Це чудово!» і одночасно підняти вгору великий палець.

Вправа «Прийняття правил тренінгової групи»

Мета: прийняття правил групової роботи, формування відчуття згуртованості причетності до смільної роботи групи, розвиток комунікативних якостей учасників.

На аркушах паперу, або на класній дошці у чіткому порядку записуються принципи: персоналізація, говорити коротко і по-черзі, конфіденційність, чуйність до різноманіття, пунктуальність, позитивність, неоціночне ставлення, добровільність, активність.

Ведучий пояснює учасникам сутність та значення кожного з перерахованих принципів. Потім кожному учаснику пропонується уявити, що він міг би виділити для себе один основний принцип.

Кожен учасник, після нетривалих роздумів, повідомляє про обраний принцип та обґрунтовує вибір. Ведучий звертає увагу на ті принципи, які звучали рідко і наголошує на їх значимості.

ІІ. Основна частина

Вправа «Дерево прийняття рішень»

Мета: рефлексія з приводу обрання професії,

На дошці прикріплене яблуневе дерево, намальоване на ватмані. На столі знаходяться вирізані з паперу зелені яблука та білі квіти.

Учасникам потрібно взяти: квітку – якщо вони не дуже впевнені у своїй вибраній професії, і яблуко – якщо впевнені у своїй вибраній професії,

Кожен учасник прикріплює на дерево яблуко або квітку. За допомогою цієї вправи можна побачити, скільки учасників твердо впевнені у своїй вибраній професії.

В онлайн форматі учасники обирають для відповіді у груповий чат у вебінарній кімнаті символ яблука або квітки.

Мозковий штурм «Професія, спеціальність, посада»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Хід проведення: На дошці написані три слова, які мають відношення до професійної діяльності людини: професія, спеціальність, посада. Учасники дають відповіді на запитання:

Як би ви пояснили відмінність між цими словами?

- Що таке професія? (Професія – це вид трудової діяльності)

- Що необхідно у першу чергу, щоб отримати професію? (Освіта)

- Президент, двірник, прибиральниця – це професії? (Ні, тому що ніде не навчають цим заняттям, хоча вони є трудовою діяльністю)

- На що ми сподіваємось, отримуючи професію? (Вона приноситиме нам радість, задоволення й забезпечуватиме матеріально)

- Що таке спеціальність? (Вид заняття в межах однієї професії)

- Що таке посада? (Це перелік обов'язків, які покладаються на певну людину і є обов'язковими для виконання).

Групова робота «Що таке професія, а що – посада»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Учасники діляться на дві групи. Кожна група отримує аркуші, на яких записані назва професії, спеціальність і посада. Порадившись між собою, необхідно визначити, що є що. Представник команди презентує роботу групи.

Завдання: визначити професію, посаду, спеціальність і пояснити на таких прикладах:

І група:

учитель математики – учитель – директор;

головний бухгалтер – бухгалтер – бухгалтер-касир;

старший інженер – інженер – інженер-технолог;

ІІ група:

продавець – завідувач відділу – продавець продовольчих товарів;

головний лікар – лікар – стоматолог;

бригадир – будівельник – маляр-штукатур.

Вправа «Ранжування професій»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Психолог: Зараз я вам пропоную картки, на яких написані назви різних професій. Ваша задача: вибрати і розділити картки на сучасні, престижні та професії, які завжди потрібні. Для цього об’єднаємося в групи:

перша група буде складати список «Престижних професій»;

друга група – «Сучасних професій»;

третя група – «Професій, які завжди потрібні».

Списки професій, які у нас вийшли:

Престижні: юрист, економіст, менеджер, топ-модель, телеведучий, журналіст, програміст, автослюсар, пластичний хірург, комерційний агент, рекламний агент, адміністратор, дизайнер і т.д.

Сучасні: програмісти, банківські службовці, бухгалтери, рекламісти, маркетологи, дизайнери інтер'єру, архітектори, фахівці з піар технологій, поліграфісти, журналісти, інженери, юристи, адвокати, вчителі, викладачі вузів, перекладачі, артисти, музиканти і т.д.

Професії, які завжди потрібні: лікар, учитель, двірник, будівельник, водій, перукар, міліціонер, пекар, хлібороб, кухар, слюсар, сантехнік і т. д

Обговорення: Звичайно, ми тут перелічили не всі професії. Їх у світі близько 50 тисяч. Але, вибираючи собі спеціальність, ми орієнтуємося не на весь світ, а на те суспільство, яке нас оточує, на країну, в якій ми живемо.

Інформаційне повідомлення «Що таке профпридатність і професіограма» (авторська вправа)

Професійна інформація ґрунтується на даних професіографії – науки, яка описує професії і спеціальності з точки зору вимог до людини. Система цих вимог по кожній професії називається професіограмою.

Професіограма – це спеціальна карта, яка містить розгорнутий перелік умов і характеристик трудової діяльності по конкретній професії, її окремих вимог і професійно важливих якостей, якими повинен володіти працівник.

Перелік вимог професії до психіки людини та необхідних здібностей складає психограму професії.

Під професійними здібностями розуміють достатньо стійкі властивості особистості, які змінюються в процесі діяльності і забезпечують її успішність та вдосконалення.

Професіограма містить:

● загальні відомості про професію та її динаміку в зв’язку з розвитком науки і техніки, соціальне та економічне значення;

● виробничу характеристику професії, опис трудового процесу (наводяться назви знарядь праці, за допомогою яких виконується робота, вказується рівень фізичного і психологічного напруження (значне, помірне, незначне), робоча поза тощо;

● санітарно-гігієнічні умови праці з виділенням професійних шкідливостей і переліком фізіологічних умов та медичних протипоказань;

● перелік обсягу знань і умінь, які необхідні для успішної професійної діяльності, з виділенням тих, що визначають професійну майстерність;

● характеристику видів і тривалості професійного навчання, можливості підвищення кваліфікації;

● психограму, тобто характеристику психологічних вимог професії до людини з виділенням основних і бажаних психічних особливостей, а також психофізіологічних протипоказань.

Професіограми і психограми є важливими методичними засобами профорієнтаційної роботи.

Процес створення професіограм базується на певних принципах, дотримання яких забезпечує наукову обґрунтованість результатів дослідження. Принципи професіографії сформулював К. К. Платонов. Основними з них є комплексність, цілеспрямованість, особистісний підхід, надійність (вимоги до емоційної стійкості особистості в умовах перешкод і шумів), диференціація, типізація, перспективність і реальність.

Комплексний аналіз особливостей будь-якої професії передбачає:

- виробничу характеристику професії та її спеціальностей, включаючи економічне значення, соціологічну і соціально-психологічну, педагогічну (перелік обсягу знань і вмінь, необхідних для успішної професійної праці, термін професійної підготовки тощо)
- характеристики професії, а також санітарно-гігієнічну характеристику умов праці з особливим наголосом на так званих шкідливих для здоров'я виробничих процесах;

- перелік медичних протипоказань для роботи у даній професії;
- психограму (перелік психологічних вимог професії до спеціаліста).

Профпридатність — це імовірнісна характеристика, що відображає можливість людини оволодіти якою-небудь професійною діяльністю.

Психологічний профіль особистості являє собою всебічну характеристику її розвитку, включаючи професійні інтереси і схильності.

Графічне зображення психологічного профілю особистості називається психограмою особистості. Вона враховує такі властивості особистості:

1. Фізичні:
— сила рук;
— витривалість;
— темп;
— витрати м'язової енергії.
2. Психофізіологічні:
— загальна рухливість;
— гнучкість рук і пальців;
— зорове і слухове розрізнення об'єктів;
— чутливість аналізаторів (гострота зору, слуху, тактильних відчуттів);
— сенсомоторна координація, точність рухів;
— швидкість реакції.
3. Психічні процеси:
— концентрація, розподіл, стійкість уваги;
— сприймання форм і розмірів об'єктів;
— спостережливість;
— зорова, слухова, рухова пам'ять;
— логічне мислення;
— творче мислення і уява;
— лінгвістичні здібності;
— розуміння технічних пристроїв.
4. Темперамент і характер:
— емоційна стійкість і володіння собою;
— стресостійкість;
— тип вищої нервової діяльності;
— спрямованість особистості (інтроверт, екстраверт);
— вольові якості (наполегливість, ініціативність, рішучість і т. ін.);
— здібності до керівництва, співробітництва.

Обговорення:
- Що таке професіограма?
- Що таке професійна придатність?
- Які галузі роботи ви знаєте?

Вправа «Професіограма психолога» (авторська вправа)

Тренер пропонує учасникам ознайомитися із професіограмою психолога та порівняти свої знання, вміння, особистісні якості з тими, що висуваються до фахівця у сфері психології.

ПРОФЕСІОГРАМА ПСИХОЛОГА

У професіограми психолога відображена специфіка професійної діяльності фахівця в галузі психології, що займається процесами і закономірностями функціонування психіки людини.

До основних видів діяльності психолога відносяться:

• вивчення розвитку психіки і закономірностей розвитку психічних процесів;

• дослідження загальних закономірностей розвитку особистості на різних етапах онтогенезу;

• вивчення специфіки поведінки і спілкування людей в малих і великих групах;

• вивчення діяльності людини, особливостей його праці;

• виявлення особливостей поведінки людини в стресових, екстремальних ситуаціях;

• психологічна діагностика;

• дослідницько-аналітична робота, робота з інформацією, одержуваної в процесі діагностики;

• психологічне консультування, допомога людям, які опинилися у важких життєвих ситуаціях;

• психопрофілактична діяльність і психологічне просвітництво;

• проведення тренінгів, семінарів, лекцій;

• корекційно-розвиваюча діяльність, спрямована на подолання небажаних проявів психіки, а також формування якостей особистості, які сприяють здоровому способу життя і психологічному благополуччю;

• профорієнтація, профвідбір і профподбора кадрів.

Основний предмет праці професії «психолог» - людина; деякі дослідники в якості предмета діяльності психолога бачать природу і людину як біологічний об'єкт; в якості супутнього предмета праці розглядаються знакові системи (знаки, символи, цифри, тексти).

Діяльність психолога в основному індивідуальна, тобто в більшості випадків психолог сам від початку і до кінця виконує роботу, але в деяких випадках передбачається і спільна діяльність, командна взаємодія. Наприклад, такі види роботи, як тренінг, дослідження, профвідбір, експертування психолог може здійснювати в складі групи фахівців.

Як правило, психолог працює в комфортних умовах, в приміщенні. Але існують і винятки, наприклад, психолог - фахівець в галузі екстремальної психології виїжджає на місце НС і працює разом з командою рятувальників.

Для успішного виконання професійної діяльності психолога важливі такі **здібності:**

• високий рівень розвитку концентрації і стійкості уваги (здатність тривалий час зосереджуватися на одному предметі, не відволікатися на інші об'єкти і треба бути уважним);

• високий рівень розвитку переключення і розподілу уваги (здатність швидко переводити увагу з одного предмета на інший або перемикатися з одного виду діяльності на інший; здатність утримувати в центрі уваги одночасно кілька предметів, вміння робити одночасно кілька дій);

• розвинена образна і словесно-логічна пам'ять;

• сформований на високому рівні образне і логічне мислення;

• гарний розвиток мнемонічних здібностей, короткочасної і довготривалої пам'яті;

• комунікативна компетентність (спілкування і взаємодія з людьми, вміння встановлювати контакти);

• вміння слухати;

• вербальні здібності (уміння виражати думки і говорити чітко, ясно, виразно);

• здатність до самоконтролю та рефлексії.

Особистісні якості, схильності і інтереси, що сприяють успішній реалізації в професії «психолог»:

• високий ступінь особистісної відповідальності;

• терпимість, безоцінне ставлення до людей;

• інтерес і повагу до іншої людини;

• прагнення до самопізнання і саморозвитку;

• оригінальність, винахідливість, різнобічність;

• допитливість і здатність до навчання;

• тактовність, вихованість;
• схильність до співпереживання;
• ініціативність;
• цілеспрямованість, наполегливість;
• інтуїція, уміння прогнозувати події;
• винахідливість;
• творче начало;
• ерудованість.

Особистісні якості, які ускладнюють здійснення професійної діяльності:

• психічна і емоційна неврівноваженість;
• агресивність;
• замкнутість;
• нерішучість;
• відсутність схильності до роботи з людьми;
• невміння зрозуміти позицію іншої людини;
• ригідність мислення;
• низький інтелектуальний рівень розвитку.

Фактори професійної діяльності, які можуть сприяти психофізіологічної напруженості в роботі:

• підвищена моральна відповідальність;
• інтелектуальні навантаження;
• постійне спілкування з людьми, в тому числі з асоціальною поведінкою, дефектами психіки (комунікативні та емоційні навантаження);
• вимушеність постійно перебувати в зоні чужих проблем.

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття і відповідають на питання: «Що було важливим для вас на занятті? Які висновки із сьогоднішнього заняття ви зробили для себе?».

Заняття № 2 «Геніальний вибір професії»

Мета: сприяти розвитку професійного самовизначення; розширювати знання учасників про світ професійної праці; актуалізувати уявлення про професії психолога; формувати ставлення до себе як до представника обраної професії; сприяти визначенню ідеальних умов для робочого процесу, приміщення, перебігу професійної діяльності; допомогти зрозуміти особливості професійної діяльності на бажаній посаді; стимулювати до саморозвитку і вдосконалення професійно важливих якостей і вмінь.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Обговорення настрою.

Налаштування на роботу, висловлення очікувань від заняття.

Вправа «Не хочу хвалитися, але я...»

Мета: розвиток навичок самопрезентації, формування саморозуміння, аналіз своїх сильних сторін.

Ведучий: «Усі ми по черзі зараз будемо називати своє ім’я і говорити фразу, яка починається зі слів: «Не хочеться хвалитися, але я дуже люблю ... і тому мрію стати великим ...».

У вправі повинні бути задіяні всі учасники.

ІІ. Основна частина

Вправа-активізатор «Професія на букву»

Мета вправи – розширення в учасників знань про світ професійної праці або актуалізація вже наявних знань про професії.

Час проведення – 5-15 хвилин .

Інструкція: Зараз буде названа якась буква. Наше завдання – показати, що ми знаємо багато професій, що починаються на цю букву, тобто показати, наскільки ми знаємо світ професій. Кожний по колу буде називати по одній професії на дану букву.

1. Ведучий називає першу букву, а учасники по черзі називають професії. Якщо називається незнайома більшості учасників професія, ведучий просить пояснити, про що мова йде. Якщо гравець не може це пояснити, то вважається, що професія не названа, і хід передається наступному по черзі гравцеві (за твердішими правилами, той, хто не зміг назвати професію, вибуває із гри й виходить на час із кола).

При цьому зовсім не обов'язково жадати від учасників офіційних (бездоганно правильних) назв професій, оскільки на даний момент жоден довідник не є вичерпним. Учням важливо хоча б приблизно позначити ту або іншу професійну діяльність і зуміти відповісти на уточнюючі питання.

Ведучому бажано більше 5-7 букв не пропонувати, інакше гра перестане бути захоплюючою для учасників. При проведенні даної ігрової методики починати треба із простих букв, за якими легко називати професії (букви: м, н, о), поступово пропонуючи учасникам більше складні букви (р, ц, я).

Досвід показує, що у ведучого в даній вправі є можливості для ненав'язливої корекції уявлень учнів про ті або інші професії. Навіть незважаючи на всю простоту й гадану примітивність даної вправи, проходить воно звичайно досить цікаво

Вправа «Моє майбутнє в моїх руках»

Мета: отримати навички планування, визначити життєві пріоритети на найближчий час.

Ведучий звертається до учасників: «Приблизно кожен третій помиляється у своєму виборі, і кожен зізнається, що не зовсім задоволений, і якщо б починати все спочатку, то, напевно, пішов би іншою стежкою. Чому ж так багато молодих людей помиляється у своєму виборі? Як ви вважаєте?

Відповіді учасників: - «тиснуть» батьки;- ідуть за модою;- не мають достатньої інформації про професію, яку обрали;- вибирають «за компанію»;- не мають здібностей і нахилів до цієї професії тощо.

Ведучий: «Але як же тоді правильно вибрати професію? (Підвидть учасників до думки, що обравши «свою» професію потрібно дізнатись про неї якомога більше).

Ведучий: зараз ми з Вами визначимо головну мету на найближчі 7 років та шляхи її досягнення. Ви отримаєте вирізані з паперу «долоньки». В центрі ви пишете свою ціль. (Щоб Ви хотіли мати, вміти, знати через 7 років). На пальцях Ви маєте написати шляхи їх досягнення, тобто 5 необхідних сходинок до Вашої цілі.

Пам’ятаємо, правила постановки цілей:

- Конкретні (наприклад, хочу вступити до ЗВО до психологічного факультету на магістратуру);

- Визначені в часі (хочу вступити до психологічного факультету на магістратуру у 2026-28 році);

- Реалістичність (це реально, якщо Ви закінчуєте бакалаврат та маєте відповідні знання).

(Після виконання вправи за бажанням учасники зачитують власні цілі та шляхи їх досягнення).

Вправа «Геніальний вибір професії»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Тренер: «Послухайте притчу»

Якось один народ вів нелегку боротьбу проти загарбників. І коли всім стало зрозуміло, що вони програють битву, вояки вже не вірили своєму воєначальнику, пішла паніка, тоді люди обернулися до Господа та попросили: «О, Господи, допоможи нам, покажи, де та людина, яка поверне військо та надихне його на перемогу над ворогом!». Господь змилувався й показав дім, де жила така людина. Це був дім шевця. Отже, людина,

яка могла бути генералом, шила не дуже гарне взуття, а бездарний генерал вів військо до поразки.

Тренер: «У чому ж суть притчі?».

Учасники відповідають, що головне – правильно вибрати професію.

Тренер: «Так, дійсно, ви маєте рацію. Під час вибору професії молодим людям необхідно враховувати всі обставини, пов'язані з майбутньою трудовою діяльністю, вміти правильно порівнювати стан свого здоров'я та негативні фактори професії, власні можливості та розумові здібності, особисті та суспільні інтереси. Це дозволить їм надовго зберегти свої життєві сили та досягти чималих успіхів у житті та кар'єрі».

Вправа «Створення світу»

Мета: творче саморозкриття учасників і підвищення їх компетентності у сфері соціальної адаптації в процесі пошуку роботи.

Необхідний матеріал: аркуш ватману, ножиці, клей, кольорові фломастери.

1. Учасники разом малюють світ. Після того, як «світ створений», ведучий розрізає аркуш ватману на кількість частин, рівна кількості працюючих підгруп. Далі тасує й плутає розрізані частини, після чого роздає кожній підгрупі по одній частині «створеного світу» з наступним завданням:

- описати отриману частину створеного світу;
- дати всьому необхідні назви;
- підкреслити характерні риси;
- державний лад;
- сфери діяльності;
- предмети імпорту й експорту;
- приблизна чисельність населення;
- чим населення займається, найбільш затребувані професії;
- є чи безробіття, перспективи розвитку ринку праці;
- культурні традиції (гімн, прапор, сленг, міфи, легенди, норми, правила, стандарти життя й поведінки, що потрібно знати й уміти іноземцеві, щоб потрапити в державу, і т.д.).

Час виконання завдання – 30 хвилин.

2. Презентація учасників кожної з підгруп відбувається за наступною схемою: розповідь про свою державу, реальні перспективи державного розвитку з позиції карти затребуваних професій, готовність до співробітництва, реальність проникнення в країну емігрантів і т.д.

3. По закінченні презентації відбувається обговорення аспектів «спільного створення» і загальної відповідальності за існування й розвиток світу, оцінка динаміки й перспектив подальшого світового розвитку

Рекомендації «Як запобігти помилковому вибору професії»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Тренер: «Так як же визначитися у величезній різноманітності професій? Як уникнути помилок і розчарувань під час вибору майбутньої трудової діяльності?

Універсальних рецептів немає, але намагайтеся дотримувати такі рекомендації:

1. Поміркуйте, яка професія могла б стати вашою. Складіть перелік відповідних привабливих і цікавих професій.

2. Складіть перелік вимог до обраної професії. Ураховуйте життєві цінності, власні цілі, характер і умови роботи, бажаний рівень підготовки. Виділіть, основні вимоги, а на інші не зважайте.

3. Вивчіть себе, свої інтереси, здібності, нахили. Проаналізуйте, чи розвинені у вас необхідні якості, чи відповідають ваші інтелектуальні здібності, психологічні особливості вимогам професії.

4. З'ясуйте, чи дозволяє ваше здоров'я зайнятися обраною справою.

5. Переконайтеся в слушності ваших роздумів, обговоріть своє рішення із друзями, батьками, психологом.

6. Дізнайтеся, чи користується обрана професія попитом на ринку праці.

7. Знайдіть можливість зустрітися із представниками тієї професії, яка зацікавила вас, і дізнатися, які особливості цієї професії «на практиці».

Арт-вправа «Коли я буду психологом ….» (авторська вправа)

Тренер пропонує учасникам намалювати себе в образі ідеального психолога, яким кожен хоче стати після закінчення ЗВО.

Після того, як учасники намалювали себе як психолога, вони мають записати свої якості, вміння, знання, очікувані переваги професійної діяльності. Тобто складають творче есе «Коли я буду психологом…».

Мозковий штурм «Моє ідеальне робоче місце»

Мета: визначення уявлень учасників про ідеальне робоче місце, розуміння особливостей трудової діяльності на бажаній посаді.

Ведучий звертається до учасників: «Постарайтеся обговорити побудову вашого звичайного робочого місця з погляду того, наскільки воно відповідає вашим психологічним якостям (візьміть до уваги особливості освітленості, наявності або відсутності потрібних предметів, розташування предметів згідно частоті їх використання й практичної досяжності; засобу зберігання інформації, корисні «шпаргалки» різного роду. Візьміть до уваги й те, що зручно для вас особисто, але малоприйнятно для інших, і те, що може бути рекомендовано іншим як корисний досвід)».

Завдання. Пофантазувавши, обмалюйте ідеальне для себе робоче місце, дайте невелике обґрунтування його доцільності

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття і відповідають на питання: «Що було важливим для вас на занятті? Які висновки із сьогоднішнього заняття ви зробили для себе?».

Заняття № 3. «Важливість праці в розвитку людини»

Мета: сприяти професійному самовизначенню учасників; розширювати знання про світ професій, вимоги до професійних знань та вмінь, особистісних якостей; допомогти усвідомити важливість праці, залучення людини до суспільно корисної діяльності; розвивати особистісні якості та комунікативні навички учасників.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання

Вправа-розминка «Я і моє ім’я»

Мета: розвинути самостійність, творчий підхід до завдання, потренуватися в самооцінці та самопрезентації.

Ресурси: дошка / фліп-чарт, маркери, папір і ручка для кожного гравця.

Ведучий дає таку інструкцію учасникам: «Покладіть перед собою аркуш паперу і напишіть на ньому по вертикалі ваше ім’я. Зосередьтеся! У вас є 5 хвилин, щоб написати проти кожної букви якість свого характеру, яку ви в собі знаєте і цінуєте.

Приклад:

Я – яскрава

Р – радісна

И – інтелігента

Н – наполегливість

А – активна.

Нехай після завершення індивідуальної роботи учасники представлять отримані результати товаришам по групі, записавши їх на дошці.

Завершення: обговорення вправи

ІІ. Основна частина

Вправа «Події мого життя»

Мета: показати взаємозв’язки між подіями зовнішнього і внутрішнього світу, вплив наслідків минулого на прийняття рішень у теперішньому і майбутньому.

Виконайте невелике дослідження.

Маючи на увазі своє життя в цілому, напишіть перелік з 10-15 його основних подій. Подією вважайте все, що вам заманеться, тобто довго не думаючи. Опрацюйте дані:

1) Пронумеруйте події складеного списку

2) Виділіть (якось позначте) події а) минулого, б) сьогодення й в) майбутнього (якщо ви подумали тільки про минуле, то складіть заново список)

3) Виділіть (краще зробити це у вигляді спеціальної виписки) пари подій, що перебувають у наступних відносинах:

А) мета – засіб (наприклад, «буду вчитися, щоб надійніше забезпечити підвищення по службі»); назвемо ці зв'язки потенційними (можливими));

Б) причина – наслідок (наприклад, «пішла на виставку, тому зацікавилася художнім вишиванням»); назвем ці зв'язки реалізованими, що відбулися;

В) від подій, що відбулися, до бажаних або таких, що уникаються у майбутньому (наприклад, «читав багато детективної літератури – хочу змінити професію – стати слідчим»); ці зв'язки актуальні, нині триваючі, поточні.

Після цього учасникам пропонується оцінити свої події, указати їх важливість у житті, і проаналізувати їх взаємозв'язок і можливі шляхи досягнення потенційних цілей.

Вправа-гра «Най-най»

Мета вправи – підвищення в учнів знань про світ професійної праці.

Час проведення – 15-30 хвилин.

Інструкція: Зараз вам будуть пропонуватися деякі незвичайні характеристики професій, а ви повинні по черзі називати ті професії, які, на нашу думку, найбільшою мірою даній характеристиці відповідають,

1. Ведучий називає першу характеристику, а учасники відразу ж по черзі (по колу) пропонують свої варіанти професій. Якщо в когось виникають сумніву, що названо най-най підходяща до даної характеристики професія (або близька до най-най), то можна задавати уточнюючі питання.

2. Далі називається наступна характеристика й т.д. Усього таких характеристик повинно бути не більше 5-7.

Обговорення

Важливим елементом даної ігрової вправи є обговорення. Ведучий повинен виявити повагу до думок різних учасників, оскільки оцінки можуть (і повинні) бути суб'єктивними. У той же час, виділення деяких «най-най» професій повинні опиратися на об'єктивні знання про них. Наприклад, якщо як най-най-грошова називається професія депутата Верховної Ради країни, то можна уточнити в школяра, а чи знає він, скільки заробляють депутати (у порівнянні з іншими високооплачуваними професіями)? Можна в ході обговорення спільними зусиллями визначити, яку професію взагалі можна вважати грошовою й т.п.

Для того щоб вправа проходила більш цікаво, ведучий обов'язково повинен заздалегідь відібрати найбільш незвичайних характеристик професій, які повинні заінтригувати учасників.

Це можуть бути, наприклад, такі характеристики: най-най-зелена професія; най-най-солодка професія; най-най-волосяна професія; най-най-непристойна професія; най-най-дитяча професія; най-най-смішна професія й т.д.

Ігрова вправа «Ланцюжок професій»

Мета вправи – розвиток в учнів уміння виділяти загальне в різних видах професійної діяльності.

Час проведення – 10-15 хвилин .

Інструкція: Зараз ми по колу вибудуємо «ланцюжок професій». Я назву першу професію, наприклад, металург, наступний назве професію, у чомусь близьку металургові, наприклад, кухар. Наступний назве професію, близьку кухареві й т.д.

Важливо, щоб називаючий зумів пояснити, у чому подібність названої професії, наприклад, і металург, і кухар мають справу з вогнем, з високими температурами, з печами.

По ходу гри ведучий іноді задає уточнюючі питання: «У чому ж подібність вашої професії з тільки що названою?» Остаточне рішення про те, чи вдало названа професія, чи ні, приймає група.

Обговорення

Під час обговорення гри важливо звернути увагу учасників, що між самими різними професіями іноді виявляються найцікавіші лінії подібності. Наприклад, на початку ланцюжка називаються професії, пов'язані з металообробкою (як у нашому прикладі), у середині – з автотранспортом, а наприкінці – з балетом. (Приклад подібного ланцюжка: металург – кухар – м'ясник – слюсар (теж рубає, але метал) – автослюсар – таксист – сатирик естрадний (теж «зуби заговорює») – артист драмтеатру – артист балету й т.д.)

Такі несподівані зв'язки між різними професіями свідчать про те, що людям, які вибирають свій професійний шлях, не слід обмежуватися тільки одним вибором, адже те, що шукає людина в одній (тільки в одній!) професії, може виявитися в інших, більш доступних.

Іноді подібність між професіями носить майже гумористичний характер. Наприклад, що може бути загального між професіями водій тролейбуса й професор у вузі? Виявляється й у того, і в іншого є можливість виступати перед аудиторіями, так ще у водія тролейбуса аудиторії бувають більші (скільки людей тільки в години пік через салон тролейбуса проходить?). Якщо школярі знаходять подібні або навіть більше веселі подібності між професіями, то в жодному разі не можна їх засуджувати за таку творчість – це один з показників того, що гра виходить.

Вправа «Розвіювання міфу «#Тижпсихолог» (авторська вправа)

Тренер пропонує учасникам висловитися з приводу своїх вражень, емоцій, відчуттів, коли вони чують звертання до себе із пропозицією зробити, сказати, виконати що-небудь, мотивуючи прив’язаністю до професійної діяльності.

Далі видувається обговорення найбільш несподіваних звертань до майбутніх психологів, смішних, абсурдних пропозицій.

І кожен з учасників має написати письмову відповідь такому уявному клієнту, який має великі запити чи очікування від фахівця, починаючи записи із слів, «так, #яжпсихолог, але також я ….., і ще крім того, я …» (і в кожного своє продовження).

Після зачитування у груповому колі відповідей, творчих записів, учасники приходять до висновків, що суспільство зовсім не знає, чим займається психолог і з якими запитами можна звертатися до нього.

Вправа-практикум «Що робить психолог»

Тренер пропонує учасникам поділитися на 2 групи та скласти 2 списки: 1) види занять, чим займається психолог; 2) з якими запитами можна звертатися до психолога.

Далі у груповому форматі тренер записує на дошці основні позиції щодо видів діяльності психолога та типових запитів для допомоги. І пропонує учасникам проаналізувати міру сформованості у себе таких позицій – за 10-бальною шкалою – де 1 – відсутні навички і вміння праці у цьому виді діяльності («не знаю, не вмію, не готовий»), а 10 – наявні міцні знання і вміння, сформована готовність до такої роботи з клієнтами («знаю, вмію, готовий»).

Далі тренер звертається до учасників і запитує – «Ті, хто не готові, як Ви думаєте, що потрібно дробити, щоб розвинути необхідні якості, риси, вміння?». Пропонує скласти план з удосконалення своїх якостей і рис, спробувати його втілити в життя.

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття. За потреби ведучий запрошує окремих учасників на індивідуальне консультування.

Заняття № 4. «На правильному шляху»

Мета: сприяти свідомому професійному самовизначенню; розвивати навички цілепокладання і досягнення поставлених цілей у професійному житті; розглянути наслідки випадкового вибору професійної сфери; ознайомити учасників із переліком особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога; формувати в учасників потребу у самовдосконаленні.

Хід заняття

І. Вступна частина

1. Привітання. Обговорення настрою.

Вправа-розминка «Привітання з компліментом»

Мета: знайомство учасників між собою, а також налаштування групи на позитивний лад.

Учасникам пропонується привітатися одне з одним за допомогою компліментів, причому учасник, що починає, вигадує лише один комплімент. Вітаючись з іншим учасником, він запам'ятовує сказаний йому комплімент і передає його наступному. Цікаво вигадувати дещо незвичайні компліменти, щоб знизити емоційну напругу в групі та створити комфортну атмосферу.

Вступне слово ведучого. Повідомлення теми заняття

Налаштування на роботу

Ведучий: «Кажуть, що вибір професії – це друге народження людини. Пройде зовсім небагато часу, і вам доведеться вибирати свій шлях у житті. І шлях цей почнеться з перехрестя, від якого розходяться не на три дороги, як у казці, а 50 тис. доріг – саме стільки зараз існує професій. І дуже важливо не помилитися у виборі шляху. Адже від цього вибору залежить багато чого: і матеріальний достаток, і коло спілкування, і інтереси, і щастя в житті. Як зробити правильний вибір, куди і на кого йти вчитися далі? Адже на даний час існує багато різноманітних професій. Як зорієнтуватися в цьому безмежному морі, вибрати серед них ту, яка допомогла б успішно розпочати самостійну трудову діяльність, а значить і життєвий шлях? Саме цьому й буде присвячена наша сьогоднішня зустріч».

ІІ. Основна частина

Вправа-лотерея «Рука долі»

Мета: показати учасникам наслідки випадкового вибору професії; дати зрозуміти необхідність активних дій щодо вибору професії.

Обладнання: картки, авторучки.

Тренер: «Вам потрібно на маленьких аркушах паперу записати цікаві, на вашу думку, професії. Запишіть на 3 папірцях 3 професії. Потім перемішайте всі картки і кожен витягує випадкову одну (як лотерейний квиток). Спробуйте уявити себе в професії, яку витягли.

Обговорення: Що ви відчули, коли уявили себе спеціалістом в даній професії? Що ви відчули, коли витягли те, що записували? Що відчули, коли витягли те, що вам не до вподоби?

Інформаційне повідомлення «Основні помилки при виборі професії»

Мета: профорієнтаційне інформування.

Тренер повідомляє про основні помилки у виборі професії та запрошує учасників до обговорення наслідків неправильного вибору професії.

Помилками у виборі професії є:

1. Помилкове уявлення про зміст деяких професій.
2. Захоплення зовнішньою характеристикою професії.
3. Вибір професії під впливом товаришів, друзів (за компанію).

4. Не зовсім правильне уявлення про творчі можливості професій – не має «не творчих» професій, а є «не творче» відношення людей до діяльності.

5. Ототожнення навчального предмету з професією.

6. Недостатнє знання професії.

7. Вибір професії під впливом випадкових обставин.

8. Ототожнення при виборі професії із ставленням до представників тієї чи іншої професії.

9. Невміння правильно оцінити свої нахили, здібності, можливості.

10. Забобони честі (поділ професій на престижні і непрестижні).

11. Незнання основних дій в процесі обґрунтування і вирішенні завдань при виборі професії.

Обговорення. Пояснення не зрозумілих учням «помилок при виборі професії».

Висновок: помилки, допущенні при виборі професії, не проходять безслідно і з часом обов'язково нагадають про себе.

Вправа «Оптимісти і скептики»

Мета: показати учасникам, що кожна професія має свої плюси та мінуси.

Потрібно об'єднати учасників у дві групи. Кожна група за бажанням своїх учасників обирає одну з професій.

Завдання групам: дати позитивну і негативну характеристику обраній професії.

Обговорення: підвести учасників до висновку, що ця обставина також має бути врахована при виборі професії. Але якщо професія вибрана до душі, то всі мінуси переживаються легше.

Читання та обговорення притчі «Змінюй обставини»

Мета: налаштування на конструктивну діяльність.

Тренер: «Я вам зачитаю притчу і після прочитання обговоримо її.

Змінюй обставини. Притча

Одного разу прийшла дівчина до свого батька й говорить:

– Тату, в мене таке нелегке життя, лише труднощі і проблеми! Я весь час пливу проти течії, у мене більше немає сил… Що мені робити?

Батько поставив на вогонь три однакових казанки з водою. В один кинув моркву, у другий – яйце, у третій насипав меленої кави. Через деякий час витягнув з води моркву, яйце й налив склянку кави.

– Подивися, доню: тверда морква, побувши в окропі, стала м'якою, яйце, навпаки, затверділо. Зовні вони не змінилися, вони змінили свою структуру під впливом однакових несприятливих умов – гарячої води.

Так і люди – сильні зовні можуть «розклеїтися» під впливом обставин й стати слабкими там, де тендітні й ніжні лише окріпнуть й стануть сильнішими.

– А кава? – запитала донька.

– О! Тут найцікавіше. Кава повністю розчинилася в новому «ворожому» середовищі – окропі й перетворилася на чудовий запашний напій.

Є особливі люди, які не змінюються під впливом обставин – вони самі змінюють ці обставини й перетворюють їх у щось нове, гарне, чудове, виносячи користь й нові знання із ситуації.

Вправа «Риси для психолога» (авторська вправа)

Мета: сприяти визначенню особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога.

Тренер пропонує згадати і записати, які риси особистості психолога необхідні для професійної діяльності. Кожен учасник має записати від 10 рис, а після їх зачитування – психолог складає спільний список особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога, і пропонує оцінити від 1 до 10 балів сформованість кожної риси.

Далі пропонує оцінити загальний рівень сформованості особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога, підрахувавши середнє арифметичне значення.

Якщо у когось спостерігається виразна перевага одних рис, і явний дефіцит інших – учасники групи разом складають пропозиції і рекомендації, як можна розвивати необхідні риси, записують основні ідеї як пам'ятку для розвитку особистісних та професійно значущих рис, необхідних для успішної діяльності психолога.

Вправа «Риси, необхідні всім»

Мета: визначити риси і якості, необхідні для кожного фахівця, незалежно від обраної професійної сфери.

Тренер: «Ви прослухали багато розповідей про професії, і в кожній із них ми звертали увагу на риси характеру, які необхідні у професії»

- А які із них є загальними для всіх?

(Працездатність, чесність, любов до своєї справи, відповідальність, потяг до знань.)

Насправді, тільки працьовита, чесна, захоплена своєю професією людина може досягти майстерності у будь-якій справі.

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття і відповідають на питання: «Що було важливим для вас на занятті? Які висновки із сьогоднішнього заняття ви зробили для себе?». Ведучий підводить підсумки заняття, за бажання і потреби учасників запрошує окремих учнів на індивідуальну консультацію.

Заняття № 5. «Цінність свідомого професійного життя»

Мета: сприяти формуванню професійного самовизначення; сприяти набуттю професійної ідентичності; організувати психологічний супровід учасників у професійному становленні; допомогти розкрити потенціал і здібності до визначення професійної спрямованості особистості; формувати необхідні особистісні характеристики для роботи психологом; сприяти розвитку навичок самоконтролю, емоційної саморегуляції поведінки.

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання. Обговорення настрою.

Вправа «Поміняйся місцем»

Мета: активізувати увагу учасників, зацікавити до подальшої роботи

Сьогодні ми з вам поговоримо про щось цікаве, і буде воно в формі тренінгу, але перед тим як розпочати нам варто дізнатися про один одного трішечки більше ніж ми знаємо. Для цього нам потрібно побудуватися в коло. Прошу стати всіх в коло (учасники стають в коло). Я буду називати якісь риси, характеристики людини, той у кого вони є має змінити своє місце, тобто перейти на будь яке інше місце в колі.

Тренер називає будь які характеристики, а також ті, що пов'язані з різними професіями. Наприклад:

- хто любить гуляти в лісі;
- хто колекціонує якісь речі;
- кому подобається доглядати за тваринами;
- кому подобається готувати;
- хто любить знайомитися з новими людьми.

ІІ. Основна частина

Вправа «Образ професіонала»

Мета: формування образу професіонала-зразка для порівняння.

Учасникам пропонується уявити і представити до групового розгляду образ професіонала будь-яким шляхом – оповідання, малюнок, пантоміма, контактна скульптура із поясненням свого вибору і представленням іншим учасникам, які можуть задавати питання для уточнення.

Після виконання вправи відбувається обговорення, в ході якого учасники визначають, який образ професіонала їм сподобався найбільше.

Ігрова вправа «День із життя...»

Мета вправи – підвищити рівень усвідомлення учасниками типового й специфічного в професійній діяльності того або іншого фахівця.

Час проведення – 15-25 хвилин.

Основні етапи (Вправа проводиться в колі.)

1. Ведучий визначає разом з учасниками, яка професія буде розглядатися в грі, наприклад, фотомодель.

Інструкція: Зараз ми спільними зусиллями постараємося скласти оповідання про особистий трудовий день нашого працівника – фотомоделі. Це буде оповідання тільки з іменників. Наприклад, оповідання про трудовий день учителя би бути таким: дзвінок - сніданок - дзвінок - урок - двієчники – питання-відповідь - трійка - учительська - директор - скандал - урок - відмінники – дзвінок - будинок - постіль.

У цій грі ми подивимося, наскільки добре ми уявляємо собі ту фотомодель, а також з'ясуємо, чи здатні ми до колективної творчості, адже в грі існує серйозна небезпека якимсь невдалим штришком (недоречно названим, «заради жарту», дурним іменником) зіпсувати все оповідання.

Важлива умова: перш ніж назвати новий іменник, кожний гравець обов'язково повинен повторити все, що було названо до нього. Тоді наше оповідання буде сприйматися як цілісний твір. Щоб запам'ятовувати названі іменники, раджу уважно дивитися на всіх мовців, ніби зв'язуючи слово з конкретною людиною.

2. Ведучий називає перше слово, а інші гравці по черзі називають свої іменники, обов'язково повторюючи все, що називалося до них. Якщо гравців небагато (6-8 чоловік), то можна пройти два кола, коли кожному доведеться називати по два іменники.

Обговорення

Ведучий може запитати в учасників, вийшло цілісне чи оповідання ні. Чи не зіпсував хтось загальне оповідання своїм невдалим іменником? Якщо оповідання вийшло плутаним і сумбурним, то можна попросити кого-небудь із гравців своїми словами розповісти, про що ж було складене оповідання, що в ньому відбувалося. Можна також обговорити, наскільки правдиво й типово був представлений трудовий день розглянутого професіонала.

Досвід показує, що гра звичайно проходить досить цікаво. Учасники нерідко перебувають у творчій напрузі.

Наприкінці обов’язково провести опис ідеального дня психолога.

Більше двох разів проводити дану ігрову вправу не треба.

Метафорична вправа «Кораблик»

Мета: аналіз сильних і слабких сторін професійного самовизначення, перевірка правильності зробленого професійного вибору, визначення ресурсів для досягнення бажаного у професійному плані.

Ведучий пропонує учасникам виконати завдання: «Заглянути в себе, виявити свої дефіцити, зрозуміти, що тобі заважає й зрозуміти, що тобі треба із цим зробити. Гарний ресурс для створення найближчої життєвої перспективи».

Учасники малюють кораблик, де кожна риска – уміння, те, що «можу», ілюмінатори – важливі вміння, те, що найбільше в собі ціную (не більше п'яти), якоря – те, що заважає в житті. Потім відбувається порівняння «кораблика» з необхідними для майбутнього якостями, уміннями, здібностями, й обговорюється питання, як їх можна придбати, і як позбутися від небажаних якостей. Тоді придумуються й рисуються сокирки – те, що потрібно зробити, щоб ці якорі обрубати, і канати – ті шляхи, по яких потрібно йти до мети.

Вправа «Прийоми психологічного захисту. Техніка «Я – герой!»

Мета: розвинути уміння учасників позитивно ставитися до себе; допомогти подолати внутрішні бар’єри, страх і невпевненість; поліпшити емоційний настрій, дати можливість отримати позитивний заряд; розвинути вміння учасників концентруватися на

собі, своїх переживаннях та відчуттях; розвинути схильність до аналізу і рефлексії, емоційної стійкості; закріпити почуття спрямованості на успіх.

Ведучий пропонує учасникам: «Закрийте очі і згадайте найяскравіші моменти свого життя, коли ви були на вершині успіху, коли ви відчували почуття максимальної впевненості в собі, коли ви відчували себе героєм в якійсь ситуації. Викличте в собі те сильне почуття переможця, яке ви тоді відчули, і ще раз емоційно яскраво переживіть цей стан.

А тепер спробуйте увійти в роль тієї людини, якою ви захоплюєтеся, яку вважаєте сильним лідером, героїчною особистістю. (Якщо немає аналога в реальному житті, можна згадати книжкових героїв або героїв кінофільмів. Можна створити узагальнений образ ідеального героя. Ви хочете бути таким же!) Поєднайтесь з його характером, звичками, нарешті, злийтеся з ним воєдино! Стисніть кулак і «заякоріть» цей стан.

Викликавши в собі стан героя, підкріпіть його позитивної емоцією, наприклад, з'їжте плитку шоколаду».

Завершення: обговорення вправи.

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття і відповідають на питання: «Що було важливим для вас на занятті? Які висновки із сьогоднішнього заняття ви зробили для себе?».

Заняття № 6 «Вплив на професійну ідентичність психолога»

Мета: сприяти професійному самовизначенню, надати можливість уявити професійне майбутнє; формувати професійну ідентичність; розвивати особистісні якості, необхідні для досягнення успіхів у самореалізації в професійній сфері; стимулювати до саморозвитку і самовдосконалення професійно значущих рис, набуття професійних знань і практичних навичок; допомогти узагальнити набутий досвід професійного самовизначення та розуміння, відчуття себе як представника обраної професії «психолог».

Хід заняття

І. Вступна частина

Привітання.

Арт-вправа «Портрет у променях сонця»

Мета: формування впевненості в собі, пошук ресурсів для розкриття потенціалу у професійному самовизначенні.

Учасники малюють сонце. У центрі сонячного кола пишуть своє ім'я й малюють свій портрет. Уздовж променів записують всі свої достоїнства, все гарне, що знають про себе, і поруч із кожною записаною якістю вказують, для якої професії знадобиться вказана риса і якість.

ІІ. Основна частина

Ігрова вправа «Людина-Професія»

Мета: на асоціативному, образному рівні навчитися співвідносити людину (у тому числі, самого себе) із професіями й, таким чином, підвищити готовність школярів розрізняти, професійні стереотипи.

Час проведення -10-15 хвилин. (Вправа проводиться в колі.)

Інструкція: Зараз ми виберемо ведучого. Він постарається відгадати, про кого з учасників гри мова йде. Відгадувати ведучий буде за допомогою тільки однієї підказки: всі учасники назвуть професію, з якої «загадана» людина асоціюється. Професії можуть повторюватися.

1. За бажанням вибирається доброволець-ведучий і відправляється на якийсь час у коридор, а інші швидко й тихо (!) вибирають кожного із присутніх. При цьому «загаданим» може бути й сам ведучий, адже повернувшись із коридору, він також буде сидіти під час гри в колі.

2. Запрошується ведучий, сідає в коло. Кожний учасник (по колу) повинен швидко назвати професію.

3. Після того, як всі дали свої варіанти асоціацій, ведучий називає тих, хто на його думку, найбільшою мірою відповідає названим професіям. Якщо гравців небагато (6-8 чоловік), то ведучий може звернутися до учасників по допомогу повторно, тобто ніби пройти друге коло.

Обговорення. Якщо когось назвали помилково, то можна запитати в нього, наскільки відповідає його уявлення про себе названим професіям, тобто чи сильно помилився ведучий. В учасника, кого насправді «загадали», можна запитати, чи згодний він з названими професіями (наскільки вони відповідають його власному уявленню про себе, про свій образ). У ведучого можна поцікавитися (коли він уже буде знати, кого насправді «загадували»), чиї відповіді-професії допомагали, а чиї заважали йому відгадувати.

Вправа «Сформуй позитивний образ «Я»

Мета: формування позитивного Я-образу, підвищення самооцінки, стимулювання впевненості в собі.

Часто почуття власної безпорадності, низька самооцінка є наслідком негативного самосприйняття: людина бачить в собі багато небажаних рис характеру, недоліків, слабкостей. Такий образ свого «Я» робить негативний вплив на мотивацію і діяльність особистості.

Коли ви відчуваєте себе безпорадними і безсилими в певній діяльності, то, як правило, не будете докладати значних зусиль; ваша мотивація в такому випадку буде низькою. А коли ви впевнені в собі, то ваше ставлення до діяльності буде зовсім іншим.

Завдання:

1. Поміркуйте і запишіть ваші позитивні риси характеру (5 варіантів), особливості особистості, які допомагають вам у навчанні і в житті.

2. Згадайте і запишіть ваші успіхи (5 варіантів). Поміркуйте, які ваші особливості (здатності) зумовили ці досягнення.

3. Поміркуйте щодо перспектив, можливостей і методів розвитку деяких здібностей і навичок, важливих для вашої майбутньої професійної діяльності. Завжди є можливості для вдосконалення, а усвідомлення шляхів і методів розвитку дасть вам значний мотиваційний заряд.

4. Згадайте і запишіть позитивні висловлювання, схвалення на вашу адресу з боку друзів, батьків, педагогів (3 варіанти). Який мотиваційний вплив вони мали?

5. Виділіть п'ять напрямків, в яких ви плануєте розвиватися (вдосконалюватися), і поміркуйте, як можна фіксувати навіть невеликі зміни (щоб відстежувати, чи ви розвиваєтеся).

6. Випишіть все хороше, що ви могли б сказати про себе. Поміркуйте і складіть текст (щось подібне невеликої промови або тексту для самонавіювання), який допомагав би вам підтримувати позитивний образ «Я» і спонукав би на досягнення подальших успіхів.

Вправа «Візитівка професії психолога» (авторська вправа)

Тренер пропонує учасникам скласти короткий опис професії психолога, щоб він міг уміститися на половинці аркуша паперу (формат А 5), наприклад, створити буклет, візитівку, яка дасть основну інформацію про цю професію і зможе зацікавити майбутніх абітурієнтів у виборі цієї професії.

«Уявіть, що до Вас підійшов старшокласник, і запитав про особливості обраної Вами професії, опишіть її так, як бачите зараз, і яких успіхів зможете досягти після закінчення ЗВО».

Після складання описів-візитівок професії всі учасники зачитують свої напрацювання, а тренер записує основні ідеї, що описують професію психолога. Наприкінці утворюється лист-пам’ятка, в якій відображені всі важливі позиції та необхідні особистісні та професійно значущі риси, необхідні для успішної діяльності психолога.

Вправа «Валіза в дорогу для справжнього професіонала»

Мета: визначити риси і якості, необхідні для кожного фахівця, незалежно від обраної професійної сфери.

На дошці прикріплена валіза, намальована на ватмані. Ведучий пропонує учням заповнити цю валізу речами, які на їх погляд допоможуть досягти успіхів у житті та кар'єрі кожному.

Наприкінці виконання вправи підводить підсумок, що є риси, які потрібні кожному. Пропонує скласти перелік цих якостей і рис, записати їх і визначити, наскільки процентів вони розвинені в учнів. Після того, як всі учні поставили свої оцінки розвитку якостей, кожен учасник називає свою найбільш розвинену якість, найменш розвинену якість, і ту якість, яка необхідна йому для майбутньої професії, і як він планує її розвивати.

Вправа-метафора «Гадання на кулі»

Мета: сформувати позитивну установку на професійну самореалізацію, стимулювати до професійного прогнозування.

Ресурси: роздатковий матеріал (робочий зошит), кришталева куля.

Психолог пропонує учасникам уявити наступне: «Ви – найвідоміший провісник міста. І ви ніколи не помиляєтесь. До вас прийшов молодий чоловік, дуже схожий на вас. Він запитує вас про те, що хвилює усіх людей старого міста: «Ким я буду через 5 років, через 10 років?» «Які перспективи мого особистісного росту?».

Ви дивитесь у кришталеву кулю, грає тиха мелодійна музика… Трішки помрійте, зробіть глибокий вдих та розслабтесь, закрийте очі та помандруйте у майбутнє.

Крок 1. Подивіться у кришталеву кулю та побачте себе через 10-15 років. Чим ви займаєтесь, щоб заробляти собі на життя?

Крок 2. Що приносить вам найбільше задоволення? Чим із досягнутого та створеного вами ви можете пишатись? Що ви можете сказати про своїх колег, друзів?

Крок 3. Спробуйте зустрітись із ними, подивіться їм у вічі, почуйте їхній голос. Ви можете спитати у них про що завгодно. Чим ви займаєтесь? Як вам вдалося досягнути успіху? Які справи ви закінчили? Як ви цього досягли? Як ви проводите свій вільний час?

Крок 4. Презентуйте свої досягнення майбутнього учасникам групи у теперішньому часі. Вони задають вам реальні питання: «Чим ви займаєтесь? Як вам вдалося досягнути успіху? Які справи ви закінчили? Як ви цього досягли? Як ви проводите свій вільний час?»

Завершення: обговорення вправи.

Питання: На які питання інших учасників було найважче відповідати? Чому? На які питання інших учасників було найлегше відповідати?

Вправа «Хмаринки побажань»

Мета: створення позитивної атмосфери у групі, закріплення позитивного самоставлення, формування оптимального образу Я учасників.

Учасникам пропонується висловити побажання всім іншим, вказати на сильні сторони кожного. За бажанням, можна залишити записи для кожного із учасників у вигляді коротких записок на окремих аркушах паперу (у вигляді хмаринок).

ІІІ. Підбиття підсумків

Учасники тренінгу обговорюють свої враження від заняття і відповідають на питання: «Що було важливим для вас на занятті? Які висновки із сьогоднішнього заняття ви зробили для себе?».