

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ І ОСВІТИ ДОРΟΣЛИХ
ІМЕНІ ІВАНА ЗЯЗЮНА

Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису

ШЕВЕНКО АЛЛА МИКОЛАЇВНА

УДК [331.543:316.344.8]:373.5:159. 923.2

ДИСЕРТАЦІЯ

**ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК
ЧИННИК ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

053 – психологія

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ А. М. Шевенко

(підпис, ініціали та прізвище здобувача)

Наукові керівники:

Побірченко Неоніла Антонівна

доктор психологічних наук, професор

Павлик Наталія Василівна

доктор психологічних наук,

старший науковий співробітник

Київ – 2021р.

АНОТАЦІЯ

Шевенко А. М. Професійне самовизначення старшокласників як чинник особистісного зростання. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» (05 – Соціальні та поведінкові науки). – Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна, Київ, 2021.

Дисертацію присвячено теоретичному обґрунтуванню та експериментальному вивченню проблем професійного самовизначення старшокласників як чинника їх особистісного зростання.

В основу дослідження покладено припущення, що цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників буде сприяти їх особистісному зростанню за умови створення профорієнтаційного простору в закладах загальної середньої освіти.

Об'єктом дослідження визначено процес особистісного зростання старшокласників.

Предметом дослідження визначено психологічні особливості та умови професійного самовизначення старшокласників.

Мета дослідження полягала у встановленні психологічних закономірностей впливу особливостей професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання та розробці на цій основі програми розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення яке сприятиме особистісному зростанню в ранньому юнацькому віці.

Серед основних завдань дослідження було визначено наступні:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

2. Розробити та науково обґрунтувати модель цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання.

3. Дослідити рівні сформованості та психологічні умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, встановити психологічні закономірності впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання.

4. Розробити та апробувати комплексну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що сприяє їх особистісному зростанню.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягає в тому, що: *вперше*: побудовано та обґрунтовано модель впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників; доведено, що цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників впливає на їх особистісне зростання; визначено умови ефективності особистісного зростання старшокласників у процесі їх професійного самовизначення; удосконалено методи професійного самовизначення старшокласників.

Практична значущість отриманих результатів дослідження полягає в тому, що розроблено авторські анкети визначення рівнів сформованості компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників; розроблено комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що сприяє їх особистісному зростанню; розроблено профорієнтаційне портфоліо старшокласників; обґрунтовано методичні рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників щодо організації профорієнтаційного простору в закладах загальної середньої освіти.

За результатами теоретичного аналізу джерел здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення проблеми професійного самовизначення старшокласників, теоретичний аналіз наукових досліджень щодо впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання. Розкрито поняття «цілеспрямоване професійне самовизначення», «особистісне зростання», «профорієнтаційний простір», а також особливості впливу професійного самовизначення на особистісне зростання. Визначено критерії, рівні професійного самовизначення старшокласників та умови, що сприяють професійному самовизначенню та особистісному зростанню.

Розроблено структуру професійного самовизначення старшокласників, яка містить такі компоненти: 1) когнітивно-рефлексивний (критерій «самопізнання», показники: знання особистісних особливостей та їх співвіднесення з вимогами майбутньої професії, самоствавлення, ставлення до професійного майбутнього); 2) ціннісно-смысловий (критерій «професійно-ціннісні орієнтації», показники: цінність праці, цінність самовдосконалення, досягнення); 3) поведінково-моделюючий (критерій «створення образу професійного «Я», показники: професійні уподобання, кар'єрні стратегії, усвідомлений вибір).

Вплив професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників відбувається за рахунок розвитку компонентів

особистісного зростання: 1) інтелектуально-креативного (критерій «прийняття себе», показники: саморозуміння, самоцінність, аутосимпатія); 2) мотиваційно-активізуючого (критерій «прийняття цінностей зростання», показники: мотивація до змін, самовдосконалення, вихід із зони комфорту); 3) регуляційно-вольового (критерій «свідома регуляція поведінки», показники: свобода вибору, прийняття рішення, цілісність поведінки).

До методів розвитку професійного самовизначення віднесено метод самопізнання старшокласниками власних індивідуально-типологічних особливостей; метод діагностики та самодіагностики (спостереження, бесіда, анкетування, тестування учнів); метод моделювання професійного «Я» старшокласників; метод створення профорієнтаційного простору, у якому відбувається цілеспрямоване професійне самовизначення учнів.

За результатами емпіричного дослідження виявлено чинники впливу професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників, обґрунтовано результати дослідження розвитку кожного з компонентів професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання. Представлено результати дослідження рівнів сформованості компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

Результати констатувального експерименту показали, що переважна більшість старшокласників знаходиться на середньому рівні, що відповідає формальному професійному самовизначенню. Встановлено кореляційні зв'язки між професійним самовизначенням та особистісним зростанням старшокласників.

Дослідження показало, що для більшості учнів рівень професійного самовизначення відповідає формальному та має середні показники. Низький показник готовності до професійного самовизначення мають майже п'ята частина опитаних старшокласників, це відповідає пасивно-ситуативному рівню. Розподіл показників рівнів сформованості компонентів особистісного зростання старшокласників також має переважно низький та середній рівень.

Зазначимо, що переважна кількість учнів мають усереднені показники й потребують психолого-педагогічного супроводу професійного самовизначення старшокласників. Зовсім невелика кількість учнів мають свідомо-цілеспрямований рівень сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту професійного самовизначення, варто спрямувати увагу на активізацію самопізнання старшокласників. Такий вплив доцільно здійснювати через спеціально організовані профорієнтаційні заняття, на яких в учнів буде можливість детально розібратися у собі, зрозуміти власні

ресурси, навчитися їх правильно використовувати у майбутній професійній діяльності.

Отже, зважаючи на недостатній рівень готовності старшокласників до професійного самовизначення необхідна розробка та впровадження комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників.

Для встановлення психологічних закономірностей впливу особливостей професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників було проведено кореляційний аналіз. За результатами кореляційного аналізу видно, що загальний показник професійного самовизначення має виражений позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з загальним показником особистісного зростання, зокрема з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання, а також з саморозумінням. Це свідчить про те, що обираючи професію старшокласники краще виявляють та усвідомлюють свої особливості, вільні від психологічних захистів, чутливі до своїх потреб та адекватно приймають себе. На *помірному* рівні спостерігається кореляція загального показника професійного самовизначення з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання, з аутосимпатією; автономністю; мотиваційно-активізуючим компонентом особистісного зростання; гнучкістю у спілкуванні; творчістю. Це свідчить про вплив професійного самовизначення на свідому регуляцію поведінки старшокласників через позитивну «Я-концепцію», що забезпечує адекватну самооцінку особистості та позитивну, осмислену, відповідальну свободу. *Незначні* кореляційні зв'язки загального показника професійного самовизначення з потребою у пізнанні; орієнтацією в часі та спонтанністю.

Когнітивно-рефлексивний компонент професійного самовизначення має високий позитивний кореляційний зв'язок з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання; з саморозумінням. На *помірному* рівні спостерігається кореляція з загальним показником особистісного зростання; з аутосимпатією; автономією; регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання; з гнучкістю у спілкуванні; творчістю. *Незначні* кореляційні зв'язки когнітивно-рефлексивного компоненту існують з орієнтацією в часі; спонтанністю.

Ціннісно-смысловий компонент професійного самовизначення має позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання; з загальним показником особистісного зростання; з саморозумінням. На

помірному рівні спостерігається кореляція з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання, аутосимпатією; автономністю; мотиваційно-активізуючим компонентом; творчістю; гнучкістю у спілкуванні. *Незначні* кореляційні зв'язки існують з потребою у пізнанні та орієнтацією в часі; усвідомленістю цілей в житті.

Поведінково-моделюючий компонент професійного самовизначення має позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання; з загальним показником особистісного зростання; з саморозумінням. На *помірному* рівні спостерігається кореляція з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання, з аутосимпатією; автономністю; мотиваційно-активізуючим компонентом. *Незначні* кореляційні зв'язки існують з гнучкістю у спілкуванні; творчістю; потребою у пізнанні; спонтанністю.

Отже, професійне самовизначення є чинником особистісного зростання що вказують кореляційні зв'язки загальних показників професійного самовизначення й особистісного зростання, а також виражені кореляції між структурними компонентами цих процесів. Спостерігається виражений позитивний кореляційний зв'язок професійного самовизначення з показником особистісного зростання – саморозуміння.

На основі статистичного аналізу даних було визначено наступні психологічні закономірності:

1. Чим вищий рівень здатності старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим вищий рівень їх особистісного зростання. Чим менше виражена здатність старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим нижче рівень їх особистісного зростання.

2. Не існує статистично достовірного зв'язку між професійним спрямуванням старшокласників і їх особистісним зростанням. Тобто, будь-яка професійна спрямованість може супроводжуватися наявністю особистісного зростання, так і його відсутністю.

3. Дослідження показало, що у сучасних старшокласників у процесі особистісного зростання привалює регулятивно-вольовий компонент, а саме здатність до самостійного вибору. Це означає, що учні начебто самостійні у здійсненні життєвих виборів. Проте, якість їх самостійних виборів, важливих рішень не підкріплюється достатньою усвідомленістю та ціннісним ставленням, а керується переважно бажанням бути автономними.

У межах формувального етапу експерименту визначено психологічні умови активізації процесу професійного самовизначення як чинника

особистісного зростання; розроблено та обґрунтовано комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників; обґрунтовано й описано формувальний експеримент; проаналізовано результати ефективності впровадження комплексної навчально-розвивальної програми на етапі формувального експерименту; розроблено та представлено методичні рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників щодо впровадження комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення у закладах загальної середньої освіти.

Визначені психологічні умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників розподілено на внутрішні та зовнішні. До внутрішніх умов належить розвиток всіх структурних компонентів професійного самовизначення старшокласників. До зовнішніх: створення профорієнтаційного простору, психолого-педагогічний супровід старшокласників у процесі професійного самовизначення, налагодження суб'єкт-суб'єктних стосунків між практичним психологом та учнями, підтримка батьків.

На підставі аналізу результатів констатувального експерименту було розроблено комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників. Мета програми полягає у створенні профорієнтаційного простору для цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання.

Розроблена та апробована комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що реалізована у форматі профорієнтаційних занять, вміщує 10 модулів по два заняття в кожному. Кожен модуль має три блоки: теоретичний, практичний та прогностичний. Теоретичний блок спрямований на подання матеріалу у компактній формі, тоді як практичний блок поділяється на діагностичну частину та частину з тренінговими вправами, психологічними інструментами. Прогностичний блок програми складається із завдань, опрацювання яких сприяє розвитку компетентностей планування та моделювання професійного майбутнього. Особливої уваги заслуговують сучасні психологічні інструменти самоаналізу та саморозвитку особистості, які використовуються у процесі роботи з модулями програми, зокрема, визначення цілей у відповідності до SMART-стандартів; використання коучингових запитань для активізації внутрішніх ресурсів особистості; SWOT-аналіз власної діяльності тощо. У процесі роботи з модулями

комплексної навчально-розвивальної програми старшокласники напрацьовують файли до власного профорієнтаційного портфолію.

Комплексна навчально-розвивальна програма забезпечує проходження діагностико-планувального, корекційно-розвивального, аналітико-формульовального та прогностично-моделюючого етапів професійного самовизначення старшокласників. Це сприяє отриманню запланованого результату сформованості навичок, компетенцій вибору професії, досягненню цілей через усвідомлення старшокласниками ресурсних сторін, виявленню потенційних можливостей у професійному самовизначенні, опрацюванню алгоритму професійного самовизначення, аналізу та самоаналізу результатів психодіагностичного обстеження, моделюванню професійного шляху, розробці стратегії входження у професію та проектуванню подальшого кар'єрного зростання.

Статистична обробка показала, що в експериментальній групі відбулося достовірне зростання усіх показників. Натомість в контрольній групі значущих змін показників (потреба у пізнанні, автономність, саморозуміння) не відбулося, це свідчить про ефективність та доцільність застосування програми для цілеспрямованого професійного самовизначення як чинника особистісного зростання старшокласників.

У розроблених методичних рекомендаціях для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників, педагогічних працівників ЗЗСО подано інформацію щодо пошуку та використання профінформаційного контенту; правил роботи з кейсом профдіагностичного інструментарію; опрацювання психологічних вправ та інструментів; роботи над файлами профорієнтаційного портфолію; створення профорієнтаційного простору в ЗЗСО.

Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективу подальшого дослідження ми вбачаємо у впровадженні комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників у профорієнтаційну складову закладів загальної середньої освіти; розробку технології психолого-педагогічного супроводу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників; організації та проведенні навчання педагогічних працівників застосуванню на практиці комплексної навчально-розвивальної програми, роботи з файлами профорієнтаційного портфолію, створення профорієнтаційного простору. Представлене навчально-методичне забезпечення цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання

підтримує та реалізує ідею Нової української школи у наскрізній профорієнтації в закладах загальної середньої освіти.

Ключові слова: старшокласники, професійне самовизначення, цілеспрямоване професійне самовизначення, самопізнання, ціннісно-смыслові орієнтації, професійно-ціннісні орієнтації, моделювання професійного «Я», особистісне зростання, профорієнтаційний простір.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дослідження:

1. Шевенко, А. М. (2021). Особистісне зростання: критерії сформованості у старшокласників. *Наукові перспективи*. Випуск 10 (16). с. 438-446. ISSN (print) 2708-7530 (**Індексується у Index Copernicus**)
2. Шевенко, А. М. (2021). Комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників. *Перспективи та інновації науки* Випуск 3 (3). с.340-355 ISSN 2786-4952 Online (**Індексується у Index Copernicus**) [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3\(3\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3(3))
3. Шевенко, А. М. (2021). Професійне самовизначення старшокласників як цілеспрямований процес. *Психологічний часопис* Випуск 7. №.8 (52) с. 72-81. ISSN 2414-004X Online (**Індексується у Index Copernicus**) <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/current>
4. Шевенко, А. М. (2021). Вплив професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників. *Мультидисциплінарний міжнародний журнал Věda a perspektivy, série Psychologie* №2 (2), 182-192. Praha, České republika: Mezinárodní Ekonomický Institut, Praha. SSN 2695-1592 (Online) (**Індексується у Index Copernicus**) [https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2\(2\)](https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2(2))

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дослідження:

5. Шевенко, А. М. (2010). Життєва позиція як потенціал особистісного зростання старшокласників. *Аксіологічна концептосфера педагогічної освіти. Тези доповідей філософсько-методологічного семінару, м. Київ, 17 травня* (с. 70-72). Київ: LAT & K.
6. Шевенко, А. М. (2011). Особливості особистісного зростання учнівської молоді в умовах профорієнтаційної роботи. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання населення: матеріали V*

Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 24 листопада (Ч. 1. с. 309-317). Київ: ІПК ДСЗУ.

7. Шевенко, А. М. (2012). Роль шкільної психолого-педагогічної служби у профорієнтаційній роботі з обдарованими дітьми. *Формування компетентностей обдарованої особистості в системі освіти: матеріали науково-практичної конференції, м. Севастополь, 6-7 липня* (Книга 1. с. 255-231). Київ: Інститут обдарованої дитини.

8. Шевенко, А. М. (2012) Вплив педагогічної дії вчитель – учень на професійне самовизначення старшокласників. *Психологічні та педагогічні проблеми педагогічної дії: збірник наукових праць* (Ч. 1. с. 416-424). Харків: НТУ «ХП».

9. Шевенко, А. М. (2020). Кар'єрний радник в школі: реалії та перспективи. *«Профорієнтація: стан і перспективи розвитку»* Збірник матеріалів X ювілейних Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина. (с. 127-130). Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-zbirnik-materialiv-2020/>

10. Шевенко, А.М. (2021). Суперечності сучасної профорієнтації: чи потрібен кар'єрний радник ЗЗСО. *Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: Збірник матеріалів XI Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина* (с. 143-148). Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-2021-zbirnik-tez/>

11. Шевенко, А. М. (2021) Профорієнтаційний компонент у змісті сучасного підручника. *Сучасні психологічні вимоги до підручника для Нової української школи: збірник матеріалів наукових доповідей круглого столу, Київ, 26 серпня* (с. 130-133). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

Наукові праці, які додатково відображають результати дослідження:

12. Шевенко, А. М. (2013). Соціально-психологічний супровід професійного самовизначення учнів. *Практичний психолог: школа / Гол. редактор Т. Л. Гурковська* (Вип. 11., с. 30-37). Київ: «МЦФЕР-Україна».

ABSTRACT

Shevenko A. N. Professional self-determination of high school students as a reason for personal growth. - On the rights of the manuscript.

The dissertation is for the competition of a scientific degree of the candidate of psychological sciences on a specialty 19.00.07 – pedagogical and age psychology, Ivan Ziaziun Institute of Pedagogical Education and Adult Education of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine – Kyiv, 2021.

The thesis is devoted to the theoretical substantiation and experimental study of the problems of professional self-determination of high school students as a factor in their personal growth.

The study is based on the assumption that targeted professional self-determination of high school students will contribute to their personal growth when creating a career guidance space in institutions of general secondary education.

The object of the study is the process of personal growth of high school students.

The subject of the study identified the psychological characteristics and conditions of professional self-determination of high school students.

The purpose of the study was to establish psychological patterns of influence of features of professional self-determination of high school students on their personal growth and to develop on this basis a program for the development of purposeful professional self-determination, which will promote personal growth in early adolescence.

Among the main objectives of the study were the following:

1. To carry out a theoretical analysis of scientific sources on the problem of professional self-determination and personal growth of high school students.

2. To develop and scientifically substantiate a model of purposeful professional self-determination of high school students as a factor of personal growth.

3. To study the levels and conditions of formation of purposeful professional self-determination of high school students, to establish psychological regularities of influence of professional self-determination of high school students on their personal growth.

4. To develop and test a comprehensive program of purposeful professional self-determination of high school students, which contributes to their personal growth.

Scientific novelty and theoretical significance of the study is that: the model of influence of purposeful professional self-determination on personal growth of

high school students is constructed and substantiated; it is proved that purposeful professional self-determination of high school students affects their personal growth; the effectiveness of personal growth of high school students in the process of their professional self-determination was determined; methods of professional self-determination of high school students have been improved.

The practical significance of the results of the study is that the author developed questionnaires to determine the levels of formation of components of professional self-determination and personal growth of high school students; developed a comprehensive educational and developmental program of targeted professional self-determination of high school students, contributing to their personal growth; developed career guidance portfolio of high school students; methodological recommendations for practical psychologists, social pedagogues, class teachers on the organization of vocational guidance in general secondary education institutions were substantiated.

The theoretical analysis of scientific approaches to the study of the problem of professional self-determination of high school students, theoretical analysis of scientific research into the influence of professional self-determination of high school students on their personal growth were carried out according to the results of theoretical analysis of sources. The concepts of «purposeful professional self-determination», «personal growth», «career guidance space», as well as the peculiarities of the influence of professional self-determination on personal growth are revealed. The criteria, levels of professional self-determination of high school students and conditions contributing to professional self-determination and personal growth are determined.

The structure of high school students' professional self-determination has been developed, which contains the following components: 1) cognitive-reflexive (criterion «self-knowledge», indicators: knowledge of personal features and their correlation with the requirements of future profession, self-attitude, attitude to professional future); 2) value-notional (criterion «professional-value orientations», indicators: value of work, value of self-improvement, achievement); 3) behavioral-modeling (criterion «creation of professional self image», indicators: professional preferences, career strategies, conscious choice).

The impact of professional self-determination on the personal growth of high school students occurs through the development of personal growth components: 1) intellectual and creative (criterion «acceptance of self», indicators: self-understanding, self-value, auto-sympathy); 2) motivational and activating (criterion «acceptance of growth values», indicators: motivation to change, self-improvement, leaving the comfort zone); 3) regulatory and volitional (criterion

«conscious behavior regulation», indicators: freedom of choice, decision making, behavior integrity).

The methods of development of professional self-determination include the method of self-knowledge by high school students of their own individual and typical features; method of diagnostics and self-diagnostics (observation, conversation, questioning, testing of students); method of modeling professional «I» of high school students; method of creating a career guidance space, where the purposeful professional self-determination of students occurs.

The results of the empirical study revealed the factors of influence of professional self-determination on personal growth of high school students, justified the results of the study of the development of each of the components of professional self-determination of high school students as a factor of personal growth. The results of the study of levels of formation of components of professional self-determination and personal growth of high school students are presented.

The results of the ascertaining experiment showed that the majority of high school students are at the average level, which corresponds to formal professional self-determination. The correlations between professional self-determination and personal growth of high school students were established.

The study showed that for the majority of students the level of professional self-determination corresponds to formal and has average indicators. Almost one fifth of the surveyed high school students have a low index of readiness for professional self-determination, it corresponds to the passive-situational level. The distribution of the indicators of the formation levels of the components of personal growth of high school students is mostly low and average.

We note that an overwhelming number of students have average indicators and need psychological and pedagogical support of professional self-determination of high school students. Very few students have a consciously purposeful level of formation of the cognitive-reflexive component of professional self-determination, it is necessary to pay attention to the activation of self-knowledge of high school students. It is advisable to implement this influence through specially organized career guidance classes, where students will have an opportunity to understand themselves in detail, understand their own resources, learn how to use them correctly in their future professional activity.

Consequently, due to the insufficient level of high school students' readiness for professional self-determination it is necessary to develop and implement a comprehensive educational and developmental program of purposeful professional self-determination of high school students.

To establish psychological patterns of influence of features of professional self-determination on the personal growth of high school students, a correlation analysis was conducted. The results of the correlation analysis show that the general index of professional self-determination has a pronounced positive correlation at the level of psychological patterns with the general index of personal growth, including the intellectual and creative component of personal growth, as well as with self-understanding. This indicates that when choosing a profession, high school students are better able to manifest and realize their features, free from psychological defenses, sensitive to their needs and adequately accept themselves. At the moderate level there is a correlation of the general index of professional self-determination with the regulatory-volitional component of personal growth with auto sympathy; autonomy; motivationally activating component of personal growth; flexibility in communication; creativity. This testifies to the influence of professional self-determination on the conscious regulation of behavior of high school students through positive «I-concept», which provides adequate self-esteem of personality and positive, meaningful, responsible freedom. Minor correlations of the general index of professional self-determination with the need for cognition; time orientation and spontaneity.

The cognitive-reflexive component of professional self-determination has a high positive correlation with the intellectual and creative component of personal growth; with self-understanding. At a moderate level there is a correlation with the general index of personal growth; with auto sympathy; autonomy; regulatory-volitional component of personal growth; flexibility in communication; creativity. Insignificant correlations of the cognitive-reflexive component exist with time orientation; spontaneity.

The value-semantic component of professional self-determination has a positive correlation at the level of psychological patterns with the intellectual and creative component of personal growth; with the general index of personal growth; with self-understanding. At a moderate level there is a correlation with the regulatory-volitional component of personal growth, autosympathy; autonomy; motivational-activating component; creativity; flexibility in communication. Insignificant correlations exist with the need for cognition and orientation in time; awareness of goals in life.

The behavioral-modeling component of professional self-determination has a positive correlation at the level of psychological patterns with the intellectual-creative component of personal growth; with the general index of personal growth; with self-understanding. At a moderate level there is a correlation with the regulatory-volitional component of personal growth with autosympathy;

autonomy; motivational activating component. Insignificant correlations exist with flexibility in communication; creativity; need for cognition; spontaneity.

Consequently, professional self-determination is a factor of personal growth, indicating correlations between general indicators of professional self-determination and personal growth, as well as pronounced correlations between structural components of these processes. We observe a pronounced positive correlation between professional self-determination and a personal growth indicator - self-understanding.

On the basis of statistical analysis of the data, the following psychological patterns were identified:

1. The higher the level of high school students' ability for purposeful professional self-determination, the higher the level of their personal growth. The less expressed the ability of high school students to purposeful professional self-determination, the lower the level of their personal growth.

2. There is no statistically reliable connection between the professional orientation of high school students and their personal growth. That is, any professional orientation can be accompanied by both the presence of personal growth and its absence.

3. The study showed that modern high school students in the process of personal growth are attracted to the regulatory-volitional component, namely the ability to make independent choices. It means that students seem to be independent in making life choices. However, the quality of their independent choices, important decisions is not supported by sufficient awareness and value attitude, but is guided mainly by the desire to be autonomous.

Within the framework of the forming stage of the experiment, the psychological conditions of activating the process of professional self-determination as a factor of personal growth were determined; the complex educational and developmental program of purposeful professional self-determination of high school students was developed and justified; the forming experiment was justified and described; the results of the effectiveness of the implementation of the complex educational and developmental program at the stage of the forming experiment were analyzed; methodological recommendations for practical psychologists, social pedagogues, and classroom teachers on the implementation of a comprehensive educational and developmental program of targeted professional self-determination in institutions of general secondary education were developed and presented.

Certain psychological conditions of purposeful professional self-determination of high school students are divided into internal and external. The

internal conditions include the development of all structural components of high school students' professional self-determination. External conditions include: creation of a career guidance space, psychological and pedagogical support of high school students in the process of professional self-determination, establishment of subject-subject relations between a practical psychologist and students, support of parents.

On the basis of the analysis of the results of the conducting experiment we developed a comprehensive educational and developmental program of purposeful professional self-determination of high school students. The goal of the program is to create a career guidance space for purposeful professional self-determination of high school students as a factor of personal growth.

The developed and tested comprehensive educational and developmental program of targeted professional self-determination of high school students, implemented in the format of career guidance classes, contains 10 modules with two classes each. Each module has three blocks: theoretical, practical, and predictive. The theoretical block aims to present the material in a compact form, while the practical block is divided into a diagnostic part and a part of training exercises and psychological tools. The predictive block of the program consists of tasks, the development of which contributes to the development of competencies of planning and modeling of the professional future. Special attention should be paid to modern psychological tools of self-analysis and personal self-development, which are used in the process of working with the program modules, in particular, setting goals in accordance with SMART standards; using coaching questions to activate internal resources of personality; SWOT analysis of own activity, etc. In the process of working with the modules of the comprehensive educational and developmental program high school students accumulate files in their own vocational portfolio.

The comprehensive educational-developmental program provides diagnostic-planning, corrective-developmental, analytical-formative and predictive-modeling stages of high school students' professional self-determination. This contributes to the planned result of the formation of skills, competences of occupational choice, achieving goals through high school students' awareness of resource sides, identifying potential opportunities in professional self-determination, developing an algorithm of professional self-determination, analysis and self-analysis of the results of psychodiagnostic examination, modeling of professional path and developing further career development.

Statistical processing showed that in the experimental group there was a significant increase in all indicators. In the control group there were no significant

changes in the indicators (need for cognition, autonomy, self-understanding), which indicates the effectiveness and feasibility of the program for purposeful professional self-determination as a factor of personal growth of high school students.

Developed methodological recommendations for practical psychologists, social teachers, class teachers, teachers provide information on finding and using profinformational content; rules of working with a case of professional diagnostic inventory; working through psychological exercises and tools; work on files career portfolio; creating a career guidance space in the school.

The conducted research does not exhaust all aspects of the problem under study. We see the prospect of further research in the introduction of a comprehensive educational and developmental program of purposeful professional self-determination of high school students in the career guidance component of institutions of general secondary education; development of psychological and pedagogical support for targeted professional self-determination of high school students; organization and training of teachers to apply in practice a comprehensive educational and developmental program, work with the files of career portfolio, the creation of career guidance space.

The presented educational and methodological support for targeted professional self-determination of high school students as a factor of personal growth supports and implements the idea of the New Ukrainian School in cross-curricular career guidance in institutions of general secondary education.

Key words: high school students, professional self-determination, purposeful professional self-determination, self-knowledge, value-semantic orientations, professional value orientations, modeling professional «I», personal growth, career guidance space.

THE LIST OF PUBLICATIONS ON THE THEME OF THE THESIS

Scientific papers in which the main scientific results of the are published

1. Shevenko, A. N. (2021). Personal growth: criteria for the formation of high school students. *Scientific perspectives*. Issue 10 (16). with. 438-446. ISSN (print) 2708-7530 (**Index Copernicus**)

2. Shevenko, A. N. (2021). Comprehensive educational and developmental program of purposeful professional self-determination of high school students. *Prospects and innovations of science Issue 3 (3)*. pp.340-355 ISSN 2786-4952 Online (**Index Copernicus**) [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3\(3\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3(3))

3. Shevenko, A. N. (2021). Professional self-determination of high school students as a purposeful process. *Psychological Journal* Issue 7. №.8 (52) p. 72-81. ISSN 2414-004X Online (Index Copernicus) <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/current>

4. Shevenko, A. N. (2021). The influence of professional self-determination on the personal growth of high school students. *Multidisciplinary international journal Věda a perspektivy, série Psychologie* №2 (2), 182-192. Praha, České republiky: Mezinárodní Ekonomický Institut, Praha. SSN 2695-1592 (Online) (Index Copernicus) [https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2\(2\)](https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2(2))

Scientific works that certify the approbation of research materials:

5. Shevenko, A. N. (2010). Life position as a potential for personal growth of high school students. *Axiological conceptual sphere of pedagogical education. Abstracts of reports of the philosophical and methodological seminar*, Kyiv, May 17 (pp. 70-72). Kyiv: LAT & K.

6. Shevenko, A. N. (2011). Features of personal growth of student youth in the conditions of career guidance work. *Current issues of vocational guidance and vocational training: materials of the V International Scientific and Practical Conference*, Kyiv, November 24 (Part 1. pp. 309-317). Kyiv: IPK DSZU.

7. Shevenko, A. N. (2012). The role of school psychological and pedagogical service in career guidance work with gifted children. *Formation of competencies of a gifted person in the education system: materials of the scientific-practical conference*, Sevastopol, July 6-7 (Book 1. pp. 255-231). Kyiv: Institute of the Gifted Child.

8. Shevenko, A. N. (2012) The influence of pedagogical action teacher - student on the professional self-determination of high school students. *Psychological and pedagogical problems of pedagogical action: a collection of scientific papers* (Part 1. pp. 416-424). Kharkiv: NTU "KhPI".

9. Shevenko, A. N. (2020). Career Counselor at School: Realities and Prospects. "Career guidance: state and prospects of development" *Collection of materials of the X anniversary All-Ukrainian psychological and pedagogical readings dedicated to the memory of Borys Fedoryshyn*. (pp. 127-130). Kyiv: Ivan Zyzun Institute of Pedagogical and Adult Education of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-zbirnik-materialiv-2020/>

10. Shevenko, A. N. (2021). Contradictions of modern career guidance: whether you need a career counselor Institutions of general secondary education.

Career guidance: state and prospects of development: *Collection of materials of the XI All-Ukrainian psychological and pedagogical readings dedicated to the memory of Borys Oleksiyovych Fedoryshyn* (pp. 143-148). Kyiv: Ivan Zyazyun Institute of Pedagogical and Adult Education of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-2021-zbirnik-tez/>

11. Shevenko, A.N. (2021) Career guidance component in the content of a modern textbook. *Modern psychological requirements for the textbook for the New Ukrainian School: a collection of materials of scientific reports of the round table*, Kyiv, August 26 (pp. 130-133). Kyiv: GS Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine.

Scientific works that additionally reflect the results of the study:

12. Shevenko, A. N. (2013). Socio-psychological support of professional self-determination of students. *Practical psychologist: school / Ch. editor TL Gurkovskaya* (Issue 11., pp. 30-37). Kyiv: ICFER-Ukraine.

ЗМІСТ

ВСТУП	22
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ В АСПЕКТІ ЇХ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ	30
1.1. Проблема професійного самовизначення як основне психічне новоутворення старшокласників	30
1.2. Особистісне зростання старшокласників як результат цілеспрямованого професійного самовизначення	51
1.3. Модель вивчення впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників	62
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	76
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ЧИННИКА ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ	79
2.1. Емпірична модель вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення і особистісного зростання старшокласників	79
2.2. Програма та методичний інструментарій емпіричного дослідження.....	83
2.3. Результати емпіричного дослідження рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників	98
2.4. Психологічні закономірності впливу професійного самовизначення на особистісне зростання	122
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	125

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОГО ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ЧИННИКА ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ	128
3.1. Модель розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників	128
3.2. Комплексна навчально-розвивальна програма активізації процесу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання	134
3.3. Перевірка ефективності комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника їх особистісного зростання	155
3.4. Методичні рекомендації психологам та педагогам щодо створення профорієнтаційного простору цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання	164
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3	178
ВИСНОВКИ	180
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	183
ДОДАТКИ	219

ВСТУП

Актуальність дослідження. Реформування сучасної освіти передбачає набуття учнями ключових життєвих компетенцій. Вибір професії є однією з провідних потреб юнацького віку та відбувається за наявності основних психологічних новоутворень особистості на цьому етапі: особистісного, соціального та професійного самовизначення. В ідеалі цей вибір має здійснюватися самостійно, усвідомлено та виважено, з урахуванням знань старшокласників про власні психологічні особливості та потенційні можливості, орієнтуючись на сильні сторони своєї особистості та на потреби сучасного ринку праці.

Проблемою професійного самовизначення старшокласників займалися як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники. Зокрема, Л. Гуцан, Д. Закатнов, Е. Зеєр, О. Ігнатович, О. Морін, З. Охріменко, М. Пряжніков, Н. Сургунд, С. Чистякова надають перевагу усвідомленому професійному самовизначенню; на думку Є. Клімова, О. Онаць, Н. Побірченко, О. Сергеєнкової, Б. Федоришина процес професійного самовизначення потребує активізації самопізнання особистості; В. Кобченко, В. Синявський, Б. Федоришин наголошували на важливості дослідження індивідуально-типологічних особливостей старшокласників у виборі професії; О. Вітковська, Н. Гончарова, Є. Єгорова, О. Ігнатович, В. Панок вважають, що визначальним фактором професійного самовизначення старшокласників є профконсультація; А. Лукіянчук, С. Поліщук, Г. Резапкіна, М. Садова, Н. Сургунд, Г. Татаурова-Осика роблять акцент на відповідальності молодих людей за власний професійний вибір; Н. Бельська, І. Заєць, С. Карпіловська наголошують на доцільності ґрунтовного та всебічного психодіагностичного обстеження старшокласників, з метою виявлення особистісних типологій та співвіднесення зі сферами майбутньої професійної діяльності.

Проблема розвитку особистості та її самосвідомості висвітлена у працях К. Абульханової-Славської, І. Беха, О. Бондарчук, Л. Виготського, В. Киричука, М. Марусинець, О. Мерзлякової, Н. Павлик, Е. Помиткіна, В. Рибалки, В. Століна, В. Турбан, І. Чеснокової. Положення педагогічної та вікової психології про закономірності психічного розвитку особистості у ранньому юнацькому віці знаходимо у працях Р. Бернса, Л. Божович, О. Власової, Л. Долинської, І. Кона, Г. Костюка, А. Мудрика, З. Огороднійчук, О. Онаць, С. Рубінштейна, О. Скрипченка, П. Чамати та інших дослідників.

Що ж стосується феномену «особистісне зростання», то існує значна кількість науковців, зокрема Л. Божович, Л. Братченко, І. Булах, У. Джемс, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл, К. Хорні, у дослідженнях яких було відображено сутність цього питання. Д. Леонтьєв акцентував увагу на феномені самодетермінації особистості. С. Поліщук, О. Штепа та інші дослідники розглядали зазначений феномен як соціальну зрілість.

Проте, не дивлячись на значні напрацювання у дослідженні проблеми професійного самовизначення старшокласників, існують напрями, де недостатньо висвітлено дотичні, суміжні процеси, які мають вплив на якість професійного самовизначення старшокласників.

Психологічні характеристики старшого шкільного віку є оптимальними для процесу вибору майбутньої професії. Провідною діяльністю цього вікового періоду є навчально-професійна, а основним новоутворенням – самовизначення, потреба зайняти позицію дорослого, розуміння себе, свого місця та призначення в житті. Інтенсивно розвивається самосвідомість особистості як система поглядів на себе, починає складатись професійна самосвідомість «Я-професійне». Головною особливістю юнацького віку є перехід до дорослого життя та пов'язані з ним соціальне та професійне самовизначення, тому пошук шляхів і виявлення умов цілеспрямованого

професійного самовизначення учнів старшого шкільного віку є важливою психолого-педагогічною проблемою.

Далеко не завжди процес професійного самовизначення проходить послідовно та ефективно. Зазвичай переважають спонтанні рішення, під впливом певної ситуації робиться поспішний вибір, який не відповідає дійсним можливостям та очікуванням особистості. Помилки, які відбуваються в житті молодої людини, переосмислюються, набувають нового сенсу та видаються за бажаний результат за допомогою захисних психологічних механізмів. У такому разі переважає процес не зростання, а прилаштування до обставин, що склалися. Людина не виступає суб'єктом власної життєдіяльності, а є об'єктом тих умов, у яких вона випадково опинилася. Саме для вирішення цієї проблеми використовуються класичні та інноваційні форми роботи зі старшокласниками – факультативи, профорієнтаційні уроки, профорієнтаційні ігри та заняття, створення профорієнтаційного портфоліо, що в сукупності формує та наповнює профорієнтаційний простір.

Разом з тим, аналіз наукових праць показав відсутність системних досліджень щодо особливостей професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання. Це зумовило вибір теми дисертаційного дослідження «Професійне самовизначення старшокласників як чинник особистісного зростання».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційну роботу виконано відповідно до тематичного плану наукових досліджень Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України «Психолого-педагогічні технології відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю» РК № 0114U003164.

Тема дисертації затверджена вченою радою Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України (протокол № 1 від 05 січня 2015 року).

Мета роботи полягає у встановленні психологічних закономірностей впливу особливостей професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання та розробці на цій основі програми розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення яке сприятиме особистісному зростанню в ранньому юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження полягає у тому, що:

1) готовність старшокласників до професійного самовизначення зумовлює їх особистісне зростання.

2) цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників сприятиме їх особистісному зростанню за умови створення профорієнтаційного простору що забезпечує розвиток навичок самопізнання, формування цінностей зростання та моделювання образу професійного-«Я».

Для досягнення мети дослідження було поставлено такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

2. Розробити та науково обґрунтувати модель цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання.

3. Дослідити рівні сформованості та психологічні умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, встановити психологічні закономірності впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання.

4. Розробити та апробувати комплексну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що сприяє їх особистісному зростанню.

Об'єктом дослідження є процес особистісного зростання старшокласників.

Предметом є психологічні особливості та умови професійного самовизначення старшокласників.

Методи дослідження. *Теоретичні:* аналіз наукових джерел з питань професійного самовизначення та особистісного зростання в ранньому юнацькому віці; аналіз праць з проблем теорії і практики профорієнтації; теоретичний аналіз психологічного змісту проблеми професійного самовизначення особистості та особистісного зростання старшокласників. *Емпіричні:* спостереження, бесіда, методика виявлення суб'єктивної оцінки (самооцінки) професійної визначеності; методики дослідження особистості: цінностей і значимих сфер життя особистості, суб'єктивного сприймання проблеми професійного самовизначення, метод експертної оцінки; методи математичної статистики, використані для обробки отриманих даних.

Експериментальна база дослідження. У дослідженні брали участь учні старших класів Спеціалізованої школи І-ІІІ ст. № 41 імені З.К.Слюсаренка з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району міста Києва, Академічного ліцею № 3 Обухівської міської ради Київської області, Черкаської спеціалізованої школи І-ІІІ ст. № 28 ім. Т.Г.Шевченка Черкаської міської ради Черкаської області, Долинського ліцею «Інтелект» Долинської міської ради Івано-Франківської області. Всього у дослідженні брали участь 194 учні закладів загальної середньої освіти.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження зумовлені визначенням зв'язків між структурними компонентами цілеспрямованого професійного самовизначення та структурними компонентами особистісного зростання старшокласників:

вперше:

- побудовано та обґрунтовано модель впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників;
- доведено, що цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників впливає на їх особистісне зростання;
- визначено умови ефективності особистісного зростання старшокласників у процесі їх професійного самовизначення;
- удосконалено методи професійного самовизначення старшокласників.

Практична значущість одержаних результатів дослідження полягає в тому, що:

- розроблено авторські анкети визначення рівнів сформованості компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників;
- розроблено комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що сприяє їх особистісному зростанню;
- розроблено профорієнтаційне портфоліо старшокласників;
- обґрунтовано методичні рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників щодо організації профорієнтаційного простору в закладах загальної середньої освіти.

Основні результати дослідження **впроваджено** в роботу практичного психолога Черкаської спеціалізованої школи І-ІІІ ст. № 28 ім. Т. Г Шевченка Черкаської міської ради Черкаської області (довідка № 432/01-11 від 12.11.2020 року), Асоціації керівників шкіл України (довідка № 359 від 15.11.2020 року), Спеціалізованої школи І-ІІІ ст. № 41 імені З.К.Слюсаренка з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району міста Києва (довідка № 420 від 11.11.2021 року), Академічного ліцею № 3 Обухівської міської ради Київської області (довідка № 281 від 15.11.2021 року); Долинського ліцею «Інтелект» Долинської міської ради Івано-Франківської області (довідка № 132 від 18.11.2021 року).

Апробація результатів дисертації. Основні положення та результати дослідження апробовано на науково-практичних масових заходах різного рівня, зокрема *міжнародних та всеукраїнських конференціях* й психолого-педагогічних *читаннях*: Міжнародна науково-практична конференція «Психолого-педагогічні засади профільного навчання та профорієнтаційної роботи: досвід, проблеми, перспективи» (м. Донецьк, 2010); XI Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми» (м. Вінниця, 2012); Всеукраїнський форум «Кар'єра зі школи: вибір і планування», (м. Київ, 2018); XII Міжнародна науково-практична конференція «Обдаровані діти – інтелектуальний потенціал держави», (м. Чорноморськ, 2019); Всеукраїнські психолого-педагогічні читання, присвячені пам'яті доктора педагогічних наук, професора Федоришина Б. О. «Профорієнтація: стан і перспективи розвитку», (м. Київ, 2021); *семінарах*: методологічний семінар «Роль викладача у формуванні профорієнтаційного простору» (м. Кременчук, 2012); VI Всеукраїнський науково-практичний семінар «Професійна орієнтація: теорія і практика». (м. Київ, 2017); Всеукраїнський науково-практичний онлайн-семінар «Підтримка та супровід професійного самовизначення обдарованих учнів у сучасному інформаційно-освітньому просторі», (м. Київ, 2021); *вебінарах*: «Кар'єрний радник в ЗЗСО», (м. Київ, 2020); «Презентація модулів програми цілеспрямованого професійного самовизначення», (м. Київ, 2020); *круглих столах*: «Професійне самовизначення учнівської молоді: сучасні тенденції» (м. Київ, 2020); «Актуальні проблеми науково-методичного супроводу професійного самовизначення і професійного становлення учнівської молоді» (м. Київ, 2020); «Аспекти підготовки учнівської молоді до побудови майбутньої професійної кар'єри» (м. Київ, 2021).

Публікації. Основні результати дослідження висвітлено в 12 наукових працях, серед них: 3 статті у наукових фахових виданнях України; 1 стаття у

періодичному науковому виданні держави, яка входить до Європейського Союзу (Чеська Республіка); 8 публікацій у збірниках наукових праць та матеріалах науково-практичних конференцій.

Структура і обсяг дисертації. Дисертація складається з анотацій українською, англійською мовами, зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний опис дисертації складає 258 сторінок. Основний зміст дисертації викладено на 182 сторінках. Список використаних джерел налічує 312 найменувань. Робота містить 17 таблиць, 20 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ В АСПЕКТІ ЇХ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

Перший розділ роботи присвячено теоретичному аналізу наукових підходів до вивчення проблеми професійного самовизначення старшокласників в аспекті особистісного зростання. Здійснено теоретичний аналіз наукових досліджень у вітчизняній та зарубіжній літературі щодо впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання у віковій та педагогічній психології. Розкрито поняття «цілеспрямоване професійне самовизначення», «особистісне зростання», «профорієнтаційний простір», а також особливості впливу професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників. Визначено компоненти, критерії, показники, рівні та умови професійного самовизначення старшокласників, що сприяють їх особистісному зростанню.

1.1. Проблема професійного самовизначення як основне психічне новоутворення старшокласників

Проблема вибору майбутньої професії старшокласниками у закладах загальної середньої освіти потребує системного оновлення підходів, поглиблення та розширення змісту ключових понять, осучаснення методів профорієнтаційної роботи.

У практиці психологічної науки існує безліч трактувань поняття «самовизначення», «професійне самовизначення», «особистісне зростання». Поняття «самовизначення» розглядається як процес і результат вибору особистістю своєї позиції, мети, засобів самоіснування в конкретних обставинах життя, як основний механізм набуття та прояву особистістю свободи. Самовизначення стає важливою складовою частиною життєво

важливих рішень, сутність цього процесу полягає в активному виявленні та ствердженні індивідуальної позиції особистості. Результатом самовизначення передбачається вихід особистості на мету, напрями та способи активності, здатності через цілеспрямованість самостійно реалізувати своє призначення [207, с. 216].

За визначенням Н. А. Побірченко «самовизначення», це процес прийняття життєво значимих рішень в різних сферах життєдіяльності людини. Безперечним є той факт, що центральним моментом самовизначення людини є здійснення життєвого вибору, який конкретизується у професії. Життєве самовизначення включає в себе соціальне самовизначення, особистісне самовизначення та професійне самовизначення. Тобто, професійне самовизначення є складовою життєвого самовизначення, воно пов'язане з реалізацією творчого і виконавчого потенціалу особистості в трудовій діяльності [181, с. 13-14].

І. С. Кон подає поняття «самовизначення» як активний пошук себе, відкриття «Я», індивідуальний стиль життя, тенденцію до соціальної зрілості та налагодження міжособистісних стосунків [99; 102, с. 147].

Аналіз феномену особистісного самовизначення на методологічному рівні за Б. Г. Ананьєвим [4], Л. С. Виготським [38], Г. С. Костюком [107] дозволяє розглядати його як процес активного визначення особистістю свого місця у соціумі та усвідомлення сенсу власного життя.

К. О. Абульханова-Славська розглядає самовизначення як певну форму активності особистості, результатом якої стає формування її життєвої позиції. Згідно з її трактовкою, життєва позиція особистості, її життєва лінія (як пролонгована реалізація життєвої позиції у часі), а також, сенс життя (як цілісне визначення життєвої позиції), формують життєвий шлях особистості [2].

Однак, К. О. Абульханова-Славська проводить глибокий теоретичний аналіз не стільки самого процесу особистісного самовизначення, скільки

феномену, який є його результатом. Життєва позиція, зазначає дослідник – це узагальнюючий і обраний особистістю на базі її цінностей спосіб здійснення життя [1]. Це також сформоване особою на основі її взаємодії зі світом вторинне утворення, котре виступає головною детермінантою (рушійною силою) всіх її життєвих проявів. На думку вченої, життєва позиція особистості містить у собі потенціал її розвитку, сукупність об'єктивних і суб'єктивних можливостей (умов), які розкриваються на основі такої позиції.

Л. І. Анциферова, враховуючи системний підхід до вивчення формування та розвитку особистості, аналізує близьке за змістом до самовизначення поняття соціального дозрівання, що пов'язане з розвитком особистості. Дозрівання за Л. І. Анциферовою, забезпечує здатність людини внутрішньо визнавати, усвідомлювати і аналізувати суперечності життя та здатність продуктивно їх розв'язувати [5].

Поняття «професійне самовизначення» є більш конкретним по відношенню до поняття «особистісне самовизначення». Професійне самовизначення залежить від зовнішніх умов, а особистісне – від самої людини. У вітчизняній літературі найбільш послідовно та різнобічно проблема професійного самовизначення особистості розглядається у роботах Г. О. Балла [9], Е. В. Єгорової [58], Е. Ф. Зеєра [73], Є. О. Клімова [92], В. В. Кобченка [94], Н. І. Литвинової [116], О. Л. Мерзлякової [138], Н. А. Побірченко [183], М. С. Пряжнікова [202], Г. В. Резапкіної [224], В. В. Синявського [242], Б. О. Федоришина [267].

Проблему професійного самовизначення найчастіше пов'язують з:

визначенням індивідуальних особливостей старшокласників, їх потребами, інтересами, схильностями, цінностями (Г. Балл, І. Бех, О. Ігнатович, В. Кобченко, Г. Костюк, О. Морін, З. Охріменко, Н. Побірченко, В. Рибалка, О. Сергеєнкова; Б. Федоришин та ін.);

відповідальним ставленням до власного майбутнього (А. Лукіянчук, Г. Резапкіна, М. Садова, Г. Татаурова-Осика та ін.);

саморозвитком та самореалізацією (Л. Анциферова, Г. Балл, Є. Єгоров, Є. Клімов, І. Кон, А. Лукіячук, О. Мерзлякова, Н. Побірченко, Е. Помиткін, Г. Резапкіна, В. Синявський, С. Чистякова Б. Федоришин та ін.).

Професійне самовизначення, за Е. Ф. Зеєром, є ствердження особистісної позиції у проблемній ситуації, що супроводжується конфліктами внутрішньо особистісного характеру. Факторами, що обумовлюють ці конфлікти виступають: а) неузгодженість складових спрямованості особистості (мотиви, самооцінки, ціннісні орієнтації); б) неспівпадіння характеру професійної діяльності та рівня професійної компетентності; в) протиріччя між спрямованістю особистості на досягнення успіху, матеріальних благ, на кар'єру та рівнем розвитку професійно важливих якостей; г) невідповідність уявлень про свої професійно важливі якості та реальних професійних можливостей; д) протиріччя між професійними можливостями, потенціалом та соціальними обмеженнями, що обумовлені статтю, віком, етнічною приналежністю, зовнішністю [74].

Отже, Е. Ф. Зеєр розглядає питання професійного самовизначення особистості у контексті психології професій. У зв'язку з цим, значно розширюється область умов, що забезпечують становлення людини як професіонала. Важливішим з них виступає проблема особистісного сенсу у професійній праці. Протягом життя особистість постійно змінюється. На думку автора, на різних стадіях розвитку (дитинство, підлітковий вік, рання юність тощо) одні й ті самі задачі професійного самовизначення можуть вирішуватися по-різному.

Як зазначає Е. Ф. Зеєр, у цілому, самовизначення є не лише вибір професії із альтернатив, а творчий процес розвитку особистості. Основні моменти цього процесу є: вибірковість відношення людини до світу професій; здійснення вибору з урахуванням індивідуальних особливостей людини, потреб професії та соціально-економічних умов; постійне самовизначення протягом життя, постійне рефлексування свого

професійного буття та самоствердження у професії; ініціювання та актуалізація процесу іншими подіями (закінчення навчання, переїзд на нове місце проживання тощо); сприйняття самовизначення як самореалізації та самоактуалізації, як виявлення соціальної зрілості особистості [74, с. 105].

Проявляючись як процес емоційно забарвленого ставлення особистості до свого місця у світі професій, зазначає Е. Ф. Зеєр, професійне самовизначення детермінується соціально-економічними умовами, міжособистісними відношеннями у колективі, віковими та іншими кризами. Але ведуча роль належить активності особистості, відповідальності людини за своє становлення [74].

Є. О. Клімов наголошує, що самовизначення старшокласників, це самостійне проектування власного життєвого шляху. Старшокласники виступають суб'єктами професійного самовизначення, вони займають активну позицію та здатні приймати власні рішення. Отже, як зазначає вчений, самовизначення передбачає активізацію самопізнання особистості [92, с. 5-6].

Професійне самовизначення варто розуміти як діяльність, що насичена тим чи іншим змістом у відповідності до етапу розвитку особистості як суб'єкта праці. Зміст діяльності – це проєкції щодо майбутнього у свідомості суб'єкта, усвідомлення власних індивідуально-типологічних якостей та свого місця у системі ділових міжособистісних стосунків. Як зазначає вчений, важливим та необхідним результатом діяльності самовизначення є усвідомлення того, що майбутня професія вибрана самостійно, а не нав'язана ззовні [92, с. 40-41].

Результатом професійного самовизначення старшокласника є відносно сталий, позитивно емоційно забарвлений та реалістичний план (проект) найближчих кроків: вибір профілю та форми навчання, вибір навчального закладу [92, с. 93]. Особистісно-професійний план старшокласника як образ професійного «Я» [92, с. 393].

І. С. Кон зазначає, що формування життєвих планів, це характерна риса юнацького віку. Наголошуючи, що життєвий план особистості – це одне з особистісних утворень, що являє собою систему взаємопов'язаних та узагальнених цілей, які ставить перед собою особистість, інтеграцію та супідрядність її мотивів, становлення стійкого ядра ціннісних орієнтацій. Це явище одночасно соціального і психологічного порядку, яке пов'язане з головними питаннями самовизначення особистості: професійного плану «Ким бути?» та морального «Яким бути?» [99].

М. С. Пряжніков пропонує виділити чотири типи особистісно-професійних планів: 1) планування реалістичне, яке відбувається з урахуванням своїх сильних сторін та романтичне (без урахування власних переваг); 2) планування життя, як низки яскравих подій, що забезпечують повноту реалізації емоцій; 3) планування за готовим сценарієм, коли є соціально бажаний образ, до якого потрібно прагнути; 4) творче планування, яке передбачає готовність вирішувати складні проблеми, які будуть виникати [200].

Професійне та особистісне самовизначення стали предметом глибокого дослідження М. С. Пряжнікова, підкреслюючи нерозривний зв'язок професійного самовизначення з самореалізацією особистості в інших життєво важливих сферах, дослідник наголошує, що сутність професійного самовизначення міститься у самостійному та свідомому пошуку смислів роботи, що виконується та всієї життєдіяльності у конкретній культурно-історичній (соціально-економічній) ситуації [202].

Отже, науковець стверджує, що:

1. Професійне самовизначення – це вибіркоче ставлення індивіда до світу професій в цілому та до конкретної обраної професії.

2. Ядром професійного самовизначення є свідомий вибір професії з урахуванням своїх особливостей та можливостей, потреб професійної діяльності та соціально-економічних умов.

3. Професійне самовизначення здійснюється протягом всього професійного життя: особистість постійно рефлексує, переосмислює своє професійне буття та самостверджується у професії.

4. Актуалізація професійного самовизначення особистості ініціюється різного роду подіями, такими як закінчення загальноосвітньої школи, навчально-професійного закладу, підвищення кваліфікації, зміна місця проживання, атестація, звільнення з роботи тощо.

5. Професійне самовизначення є важливою характеристикою соціально-психологічної зрілості особистості, її потреби в самореалізації та самоактуалізації.

Досліджуючи професійне самовизначення особистості, М. С. Пряжников запропонував наступну його змістовно-процесуальну модель:

1. Усвідомлення цінності суспільно корисної праці та необхідності професійної підготовки (цінностно-моральна основа самовизначення).

2. Орієнтація в соціально-економічній ситуації та прогнозування престижності праці, що обирається.

3. Загальна орієнтація у світі професій та визначення професійної мети-мрії.

4. Визначення ближніх професійних цілей як етапів та шляхів для досягнення далекої мети.

5. Інформування про професії та спеціальності, а також про навчально-професійні заклади та можливі місця працевлаштування.

6. Уявлення про перешкоди, які ускладнюють процес досягнення професійних цілей, а також знання своїх переваг, які сприятимуть у реалізації намічених планів та перспектив.

7. Наявність системи резервних варіантів вибору за умови неможливості реалізації основного варіанта самовизначення.

8. Початок практичної реалізації особистісної професійної перспективи та постійна корекція намічених планів за принципом зворотнього зв'язку.

Слід також зазначити, що М. С. Пряжніков розрізняє поняття особистісного і життєвого самовизначення та пропонує класифікацію типів самовизначення особистості, залежно від реалізованого в кожному з них ступеня свободи: професійне, життєве, особистісне.

Проводячи аналіз потенційних можливостей самореалізації особистості М. С. Пряжніков пропонує сім типів самовизначення:

1. Самовизначення у конкретній трудовій функції характерною особливістю якого є реалізація себе у рамках діяльності, що виконується. Фахівець будь-якого профілю знаходить сенс своєї діяльності у якісному виконанні окремих трудових функцій чи операцій (наприклад, робота на конвеєрі). Свобода вибору та діапазон дій у працівника мінімальні. Для багатьох працівників така одноманітна праця нестерпна, тому організатори виробництва намагаються збагатити таку працю додатковими функціями за рахунок зміни характеру операцій, що виконуються. Разом з тим деякі люди отримують задоволення від одноманітної праці.

2. Самовизначення на конкретному трудовому місці передбачає виконання багаточисельних функцій (праця токаря). Дане трудове місце характеризується певними правами та виробничими завданнями. Можливість самореалізації в рамках діяльності, що виконується значно вища, ніж у попередньому випадку. Зміна конкретного трудового місця негативно впливає на якість роботи та її продуктивність, тим самим викликаючи незадоволеність працівника.

3. Самовизначення на рівні конкретної спеціальності передбачає відносно допустиму зміну трудового місця та розширює можливості самореалізації особистості (водій легко керує різними видами автотранспорту).

4. Самовизначення у конкретній професії передбачає, що працівник здатен виконувати близькі суміжні види трудової діяльності. Як відомо, професія об'єднує групу суміжних спеціальностей. Тому у порівнянні з попереднім типом самовизначення працівник обирає спеціальності, а не лише трудові місця.

5. Життєве самовизначення, до якого крім професійної діяльності належить навчання, вільний час тощо. Йдеться про вибір стилю життя людини. Багато людей бачать сенс свого життя не у професії. Життєве самовизначення передбачає не лише вибір та реалізацію людиною тих чи інших соціальних ролей, але і вибір стилю життя. У цьому випадку професія може бути засобом реалізації певного образу життя.

6. Особистісне самовизначення, яке розглядається як найвищий прояв життєвого самовизначення, коли людина стає хазяїном ситуації та всього свого життя. Особистість у цьому випадку піднімається на професією, над соціальними ролями та стереотипами. Людина не лише оволодіває соціальною роллю, а створює нові ролі, що можна вважати соціально-психологічною нормотворчістю, коли оточуючі висловлюються про неї як про унікальну та неповторну особистість, а не лише як про талановитого лікаря, вчителя чи інженера. Можна зауважити, що особистісне самовизначення – це знаходження самобутнього образу Я, постійний розвиток цього образу та ствердження його серед оточуючих людей.

7. Самовизначення особистості у культурі (як вищий прояв особистісного самовизначення). Тут виявляється внутрішня активність, спрямована на продовження себе в інших людях, що дозволяє стверджувати про соціальне безсмертя особистості. Найвищий тип самовизначення виявляється в значному внеску особистості в розвиток культури, у найширшому розумінні цього слова (виробництво, наука, релігія, мистецтво тощо).

Поряд з цим, у кожному з представлених вище типів самовизначення автор умовно виділяє п'ять рівнів самореалізації людини (критерій виділення рівнів – внутрішнє прийняття людиною даної діяльності та ступінь творчого відношення до неї): 1) агресивне неприйняття діяльності, що виконується (деструктивний рівень); 2) прагнення мирно уникнути певної діяльності; 3) виконання певної діяльності за інструкцією, за шаблоном (пасивний рівень); 4) прагнення удосконалити, зробити по-своєму окремі елементи роботи, що виконується; 5) прагнення збагатити, вдосконалити діяльність в цілому (творчий рівень).

М. С. Пряжніков розглядає дану проблему у ряді інших суміжних проблем. Отже, якщо профорієнтація передбачає «широкий, що виходить за рамки педагогіки та психології комплекс заходів по наданню допомоги у виборі професії», то професійне самовизначення співвідноситься з «самоорієнтуванням» людини, яка виступає у ролі суб'єкта самовизначення [203].

Є. О. Клімов розуміє професійне самовизначення як один з важливіших проявів психічного розвитку особистості. Виконання соціально значущої діяльності, спрямованої на виробництво соціального продукту, є критерієм смислових та мотиваційних пошуків та рішень особистості. У цих рішеннях кристалізовані свідомі та підсвідомі аспекти, а в самому рішенні інтегруються попередній досвід та цілі щодо майбутнього. Професійне самовизначення представлено на двох рівнях: а) гностичному (перебудова свідомості та самосвідомості); б) практичному (реальні зміни соціального статусу людини) [92].

У наслідок здійснення досліджень вчений дійшов висновку, що протягом життя у особистості послідовно складається певне ставлення до різних сфер праці, формується уявлення про професії, про свої можливості, визначаються уподобання у соціально-економічних факторах оцінки праці, а також визначається спектр можливих\потенційних виборів. Часто такі

рішення здійснюються за формулою «миттєвість плюс все попереднє життя» [91].

Крім цього Є. О. Клімов вважає, що важливою складовою самовизначення є професійне самовизначення. Загальна структура цього феномену наступна: 1) усвідомлення своєї приналежності до певної професійної спільноти («ми – вчителі», «ми – робітники» тощо); 2) знання та оцінка своєї відповідності професійним еталонам та свого місця в спільноті у відповідності до системи соціальних ролей («новачок», «один з кращих спеціалістів», «професіонал» тощо); 3) знання людини про рівень її прийняття у соціальній групі («мене вважають хорошим спеціалістом»); 4) знання про свої сильні та слабкі сторони, шляхи самовдосконалення, можливих зонах успіху та неуспіху («тут потрібна терплячість»), про свої індивідуальні способи успішної дії, про свій індивідуальний стиль діяльності; 5) уявлення про себе та про свою роботу у майбутньому.

Інша важлива складова професійного самовизначення, на думку Є. О. Клімова, це професійна придатність, умови та шляхи її формування [92].

В. В. Синявський визначає професійне самовизначення, як організовану (цілеспрямовану) діяльність: «довготривалий динамічний процес прийняття особистістю рішення щодо вибору майбутньої професійної діяльності, виходячи з її індивідуально-психологічних можливостей і потреб ринку праці, становлення особистості в професійній діяльності.» [207].

П. А. Шавір трактує дане поняття, як вибірккову діяльність самосвідомості особистості, яка підпорядковується завданням професійного самовизначення; усвідомлення себе суб'єктом професійної діяльності. Вчений зазначає, що професійне самовизначення проявляється в усвідомленні себе суб'єктом майбутньої професійної діяльності. Професійне самовизначення прийнято розглядати через вибір та реалізацію способу

взаємодії з навколишнім світом, а також знаходження змісту в даній діяльності [282].

Пріоритет відповідального ставлення до процесу професійного самовизначення підтримує і Г. В. Резапкіна. Вона наголошує на необхідності формування у старшокласників реалістичного погляду на вибір майбутньої професії. Г. В. Резапкіна робить акцент на власній відповідальності учнів щодо професійного вибору. Враховуючи цілеспрямованість і прагматизм сучасної молоді, Г. В. Резапкіна пропонує розвивати психологічну готовність учнів до вибору професії на основі самопізнання, що сприятиме виявленню їх особистісно професійного потенціалу [224].

Спіратися на процес самопізнання у професійному самовизначенні пропонує Н. А. Побірченко, вона зазначала, що лише власна зацікавленість старшокласників у виборі професії обумовлює якість цього процесу. Самопізнання учнів, стимулює навички саморефлексії, що сприяє не лише професійному самовизначенню, а й якісним змінам особистості старшокласників [180].

У наукових роботах Г. О. Балла [7], Б. О. Федоришина [270] простежуються ідеї про необхідність розвитку та формування активної профорієнтаційної позиції старшокласників, що сприяє позиціюванню себе як суб'єктів професійного самовизначення. Поряд із зазначеними вченими, думку про необхідність активної профорієнтаційної позиції висловлює Н. І. Литвинова [117], вона підкреслює, що професійну інформацію можна визначити як психолого-педагогічну систему формування в особистості активної профорієнтаційної позиції, що відповідає суб'єктивним і об'єктивним умовам здійснення особистістю вільного, а головне усвідомленого професійного самовизначення.

Цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників, це складний, спеціально організований та багатоетапний процес, який передбачає не лише вибір професії, а й тенденцію до зростання

старшокласників в особистісному плані. Реалізація цього процесу має свої особливості та специфіку, зазначений процес здійснюється завдяки самопізнанню, саморефлексії, комплексу особистісно-орієнтованих та інтерактивних методів роботи з учнями та сприяє якісним особистісним змінам та саморозвитку учнів.

Цілеспрямоване професійне самовизначення ґрунтується на принципах науковості, системності, послідовності, інтеграції та свободи вибору. Воно здійснюється за умов застосування індивідуального підходу, що ґрунтується на врахуванні потреби ставлення до учня як до суб'єкта діяльності, врахування відмінностей індивідуально-типологічних рис, характеру, здібностей тощо.

Вивчення та аналіз наукових джерел дозволяє визначити орієнтовані умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що подані в таблиці 1.1.

Умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників

Таблиця 1.1

Умови	Показники
Активна самопізнавальна позиція	Розвинена самосвідомість, рефлексія, саморефлексія, адекватна самооцінка, здатність до самостереження, самоаналізу, саморегуляції поведінки та діяльності
Система цінностей та смислів	Усвідомлення цілей, цінностей, принципів життя
Формування «Я-концепції»	Формування стилю життєдіяльності, впевненість у собі, особистісна самоповага, самоцінність, позитивна самопрезентація
Мотиви, потреби	Потреба у самовдосконаленні, мотив досягнення успіху, мотивація самоствердження, найповніша реалізація себе в житті
Активна та відповідальна	Цілеспрямованість, наполегливість, прагнення до досягнення мети, самостійність, самодостатність,

позиція	відповідальність, готовність до виправданого ризику, розуміння свободи вибору поведінкових альтернатив, наявність власної життєвої позиції
Спрямованість на працю	Активність, ініціативність, вміння поважати та цінувати свою працю та працю інших людей, прийняття наполегливої праці
Особистісно-професійний ідеал	Наявність значимого дорослого, який досягнув певного успіху в особистісному та професійному плані.

Однією з важливих умов цілеспрямованого професійного самовизначення учнів є залучення їх до активної самопізнавальної діяльності, бо самопізнання сприяє саморозвитку та самоактуалізації особистості.

Готовність до цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників ми розглядали як інтегральну якість особистості, основу якої складає сукупність знань індивідуально-психологічних особливостей, цінностей та смислів до саморозвитку, намірів щодо відповідального планування та моделювання власного професійного майбутнього.

Рання юність, це період, коли здійснюється перехід від дитинства до початку дорослого життя, що визначає рівень відповідальності, самостійності, здатності до активної участі в особистому житті та житті суспільства, до цілеспрямованого вирішення проблеми професійного самовизначення.

У психологічному плані юність вирішує задачі завершального самовизначення та інтеграції у спільність дорослих людей, а саме: задача завершального самовизначення; задача інтеграції у спільність дорослих людей; задача професійного самовизначення. Аналіз досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених дозволяє виділити наступні здобутки особистості юнацького віку, що представлені у таблиці 1.2.

**Особливості раннього юнацького віку щодо особистісно-
професійного самовизначення**

<i>№</i>	<i>Автори</i>	<i>Здобутки особистості</i>
1.	І. Д. Бех	- формування ціннісних орієнтацій та переконань; - формування професійно-ціннісних орієнтацій
2.	Е. Еріксон	- Его-ідентичність
3.	Д. Б. Ельконін	- начуття самовизначення
4.	Ж. Піаже, Г. С. Костюк	- інтелектуальне дозрівання
5.	І. С. Кон	- активний пошук себе; - відкриття «Я»; - набуття життєвого плану
6.	Н. А. Побірченко	- прийняття життєво значимих рішень; - здійснення життєвого вибору, який конкретизується у професії; - реалізація творчого і виконавчого потенціалу у трудовій діяльності
7.	В. В. Синявський, Б. О. Федоришин	- вибір позиції, мети, засобів само існування; - активне виявлення та ствердження індивідуальної позиції; - ілеспрямована та самостійна реалізація свого призначення;
8.	К. О. Абульханова-Славська, В. Франкл, К. Обуховський	- набуття активності; - формування життєвої позиції; - пошук сенсу буття; - формування життєвого шляху особистості; - формування життєвої позиції
9.	А. Маслоу	- самореалізація та індивідуальний розвиток
10.	Л. Анциферова, Р. Бернс, М. Й. Боришевський, П. Р. Чамата, І. І. Чеснокова	- соціальне дозрівання; - здатність визнавати, усвідомлювати і аналізувати суперечності життя; - якісний розвиток особистості; - становлення якісно нової самосвідомості або Я-концепції

Отже, як вбачають більшість авторів, специфікою раннього юнацького віку є відповідальність за власну долю та відповідальність за майбутнє життя.

Сутність професійного самовизначення міститься у самостійному та свідомому пошуку смислів роботи, при цьому індивід виступає як активний суб'єкт діяльності, а процес професійного самовизначення набуваючи цілеспрямованого характеру, на нашу думку може бути чинником особистісного зростання.

Професійне самовизначення є основним психічним новоутворенням раннього юнацького віку. Навчання у старших класах припадає на ранню юність (15-17 років), це період розвитку людини, відповідний перехід від підліткового віку до самостійного дорослого життя. Цей період пов'язаний з розвитком самосвідомості, різкою зміною внутрішньої позиції, коли зверненість у майбутнє стає головною спрямованістю особистості. Такі проблеми як: професійне самовизначення, подальший життєвий шлях та набуття ціннісних орієнтацій, перетворюються в центральну лінію навколо якої відбувається виявлення та розкриття інтересів, пошук свого місця, формування відповідальності за своє майбутнє.

У старшокласників інтенсивно формуються пізнавальні та професійні інтереси, потреба у праці, здатність будувати життєві плани, суспільна активність, долається залежність від дорослих і утверджується самостійність особистості.

Даючи відповіді на запитання «Хто я?», «Який я?», «До чого я прагну?», у старшокласників відбувається формування самосвідомості, особистісного світогляду та критичного осмислення своєї життєдіяльності. Ранній юнацький вік є сенситивним для професійного самовизначення. Відбувається прагнення старшокласників до автономії, формується самосвідомість, розвивається особистісна рефлексія, усвідомлюються життєві плани та перспективи.

Юнацький вік за Е. Еріксоном [311], будується навколо процесу ідентичності особистості, що складається із серії соціальних та

індивідуально-особистісних виборів, ідентифікації та у майбутньому професійного становлення.

Отже, рання юність, це напружений період розвитку самосвідомості, побудови «Я»-концепції, формування ціннісних орієнтацій, відповідального ставлення за свої вчинки та своє майбутнє. Професійне самовизначення ми розглядаємо як органічну ланку цілісного процесу, що сприяє розвитку особистості у зазначений віковий період.

У процесі вибору професії виділяють наступні періоди: період фантазій (відповідає дітям до 11 років); період пробних виборів (охоплює учнів 11-17 років). Період пробних виборів поділяється на стадії: I стадія – вибір визначається інтересами (11-12 років); II стадія – вибір визначається здібностями, вміннями, талантом (13-14 років); III стадія – вибір визначається особистісними цінностями (15-16 років). Перехідний період, коли відбувається зміна життя і особистість вступає в нову соціальну ситуацію розвитку; період реалістичного вибору (після 17 років), який включає три стадії, а саме, дослідницьку, стадію кристалізації, у якій відбувається оцінка факторів, що впливають на вибір професії, стадію деталізації та уточнення вибору [24].

Особистість старшокласників в плані професійного самовизначення формується ефективніше тоді, коли цей процес базується на вже розвинених в психіці особистості утвореннях та їх основних характеристиках. Оскільки процес розвитку особистості є комплексним, показники цього розвитку повинні інтегруватися, необхідно вивчати кожного учня одночасно в двох напрямках: по-перше, визначити якості його інтереси, здібності, навички; по-друге, виявити рівень усвідомленості свого ставлення до професійного самовизначення та майбутньої професії.

Значення готовності підкреслює у своїх працях М. П. Тименко, вчений зазначає, що при моделюванні структури професійного самовизначення

старшокласників потрібно виходити з сутності понять «готовність до певної діяльності» [173].

Старшокласники істотно відрізняються один від одного не лише за темпераментом та характером, а і відносно власних здібностей кожен з них має свої переваги або певні труднощі. Також різницю складають потреби, прагнення та інтереси, і що дуже важливо, це різний ступінь розвитку самосвідомості. Професійне самовизначення, це процес самостійного та свідомого вибору професії, отже, наголосимо на тому, що саме рівень розвитку самосвідомості старшокласників і впливає на якість їх професійного самовизначення.

Як зазначають вітчизняні та зарубіжні вчені, саме ранній юнацький вік є періодом інтенсивного формування системи ціннісних орієнтацій, що значно впливає на становлення характеру та особистості в цілому. Це пов'язано з появою на даному віковому етапі необхідних передумов для формування ціннісних орієнтацій, а саме: оволодіння понятійним мисленням, нагромадженням достатнього морального досвіду, певним місцем у соціумі. Поява переконань у юнацькому віці свідчить про значний якісний перелом у характері становлення системи професійно спрямованих цінностей. Саме система ціннісних орієнтацій, сформована в юнацькому віці, визначає особливості та характер відносин особистості з навколишньою дійсністю і тим самим спрямовує її поведінку.

Формування особистості відбувається у процесі постійних взаємин з іншими людьми. Особистісні особливості є соціально обумовленими, тому й ціннісні орієнтації можна визначити «як суб'єктивно ідеалізоване і мотивоване відображення в психіці особистості цінностей на конкретному етапі історичного розвитку. Вони дозволяють особистості ранжувати об'єкти соціальної дійсності і мотиви поведінки за їх значущістю для неї та виступають як певні стимули для досягнення поставлених цілей, набуваючи функції регуляторів соціальної поведінки...» [207, с. 267]. Виходячи з цього

визначення, ключ до розуміння поняття «ціннісні орієнтації» варто шукати в системі взаємин між потребами особистості та загальними суспільними цінностями до яких входять і професійні цінності.

Ціннісні орієнтації, виступаючи одним з центральних особистісних новоутворень, виражають свідоме відношення особистості до соціальної дійсності й у цій своїй якості визначають широку мотивацію її поведження і впливають на всі сторони її дійсності. Особливого значення набуває зв'язок ціннісних орієнтацій зі спрямованістю особистості. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну сторону спрямованості особистості і складає основу її поглядів на навколишній світ, до інших людей, до себе самої, основу світогляду, ядро мотивації та загальну життєву позицію.

Цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників через ціннісно-сміслові орієнтації набуває активної діяльності, стає стійким мотивами діяльності і перетворитися у переконання.

Р. С. Немов під ціннісними орієнтаціями розуміє те, що людина особливо цінує в житті, чому вона надає особливий, позитивний життєвий зміст [146].

Ціннісні орієнтації формуються на основі вищих соціальних потреб, вони є складовими елементами свідомості особистості, частиною її структури. У зв'язку з цим підкоряються принципіві єдності свідомості і діяльності, який було сформульовано С. Л. Рубинштейном [227, с. 130-160].

Усвідомлюючи особистісні ціннісні орієнтації, людина займає своє місце в житті, міркує над змістом та цілями свого професійного майбутнього. Кожна особистість прагне до засвоєння тих цінностей, що найбільше відповідають її цілям та інтересам.

Головну роль у виборі цінностей відіграють мотиви, що, у свою чергу, залежать від інтересів, потреб особистості та цілей особистості. Можна розділити на шість груп мотиви вибору професії: загальне мотивування; романтика професій; мотиви пізнавального характеру; мотиви, у яких

підкреслюється суспільна значимість професії; посилення на приклад; невмотивований вибір професії. За характером всі мотиви можна розділити на чотири групи: мотив, що чітко та аргументовано доводить доцільність вибору певного напрямку трудової діяльності; мотивація нечітка, недостатньо мотивована; мотивація невпевнена, неаргументована; ніяк неаргументована мотивація».

Виявлення мотивів вибору професії дозволяє довідатися, що саме спонукало особистість обрати той чи інший вид праці та наскільки чіткі, аргументовані мотиви її вибору. Це, у свою чергу, дає можливість з'ясувати відношення особистості до об'єктивних цінностей.

За своїм функціональним значенням ціннісні орієнтації особистості поділяють на дві основні групи: термінальні та інструментальні, які виступають у якості особистісних цілей та засобів їх досягнення. В залежності від спрямування або на особистісний розвиток, або на збереження гомеостазу, цінності розділяються на вищі (цінності розвитку) та регресивні (цінності збереження). В той же час термінальні та інструментальні, вищі та регресивні, внутрішні та зовнішні за своїм походженням цінності можуть відповідати різним рівням або стадіям особистісного зростання.

Ціннісні орієнтації особистості, пов'язують її внутрішній світ з оточуючою дійсністю, утворюють складну багаторівневу ієрархічну систему. Ціннісні орієнтації виконують двоїсті функції, з одного боку ця система виступає в якості вищого контрольного органа регуляції всіх активаторів активності людини, визначаючи прийнятні способи їх реалізації. З іншого боку – як внутрішнє джерело життєвих цілей людини, виражаючи відповідно те, що для нього є найбільш важливим та складає особистісний сенс. Система ціннісних орієнтацій, тим самим, є найголовнішою рушійною силою саморозвитку та особистісного зростання, визначаючи одночасно напрямок та засоби здійснення.

І. Д. Бех використовує поняття «особистісні цінності», що відображає факт включення суб'єкта у соціальні зв'язки та відношення, а також закріплюється значущість та особистісний смисл людини. особистісні цінності задають поведінку, вони утворюють внутрішній стрижень особистості. І. Д. Бех наголошує на визначенні особистісних цінностей як ядра особистості [12, с. 8-11].

Варто ще раз наголосити, що система ціннісних орієнтацій формується в процесі соціалізації особистості (засвоєння соціального досвіду) і відображається в намірах, мотивах, переконаннях, потребах, інтересах та інших проявах особистості. ціннісні орієнтації є однією з найбільш стабільних характеристик особистості, «програмують» всю її діяльність на тривалий термін і визначають генеральну лінію поведінки [207].

В. Франкл, у своїх роботах наголошував на свободі, яка виступає як умова автономного існування людини, зокрема автономна людина сама вирішує за себе. Цінності такої людини формуються у результаті життєвого досвіду, базовими цінностями виступають творчі цінності, цінності переживань, цінності відносин. Її смисли, це мотиваційна сила життєдіяльності, а базова потреба – прагнення до сенсу. Пошук сенсу стимулює внутрішню напругу і тим самим спонукає до особистісного зростання [274].

Отже, ми розглянули ціннісні орієнтації в структурі особистості молодшої людини. У взаємозв'язку з іншими характеристиками особистості їх можна визначити у такий спосіб: потреби – інтереси – об'єктивні цінності – мотиви – мета – вибір професії.

На основі здійсненого аналізу наукової літератури з проблеми професійного самовизначення старшокласників, ми розуміємо низку важливих особистісних якостей, які сприяють успішному професійному самовизначенню. Розвиток складових професійного самовизначення забезпечує формування пріоритетних якостей особистості старшокласників

до яких віднесено відчуття обов'язку за своє особистісне та професійне майбутнє, знання власних можливостей, прийняття себе та інших, готовність до відповідальності за власні життєво-професійні вибори, ці показники можна співвіднести з деякими критеріями особистісного зростання.

1.2. Особистісне зростання старшокласників як результат цілеспрямованого професійного самовизначення.

Існує значна кількість досліджень у яких було відображено сутність феномену «особистісне зростання» (Л. Божович [20], Л. Братченко [27], І. Булах [28], У. Джеймс [53], А. Маслоу [131], Г. Олпорт [152], К. Роджерс [225], В. Франкл [274], К. Хорні [277] та ін.).

Як свідчить аналіз наукових джерел, терміни «особистісне зростання», «самоактуалізація», «самореалізація особистості» у вітчизняній психології та педагогії стали дуже розповсюдженими (рис. 1.1).

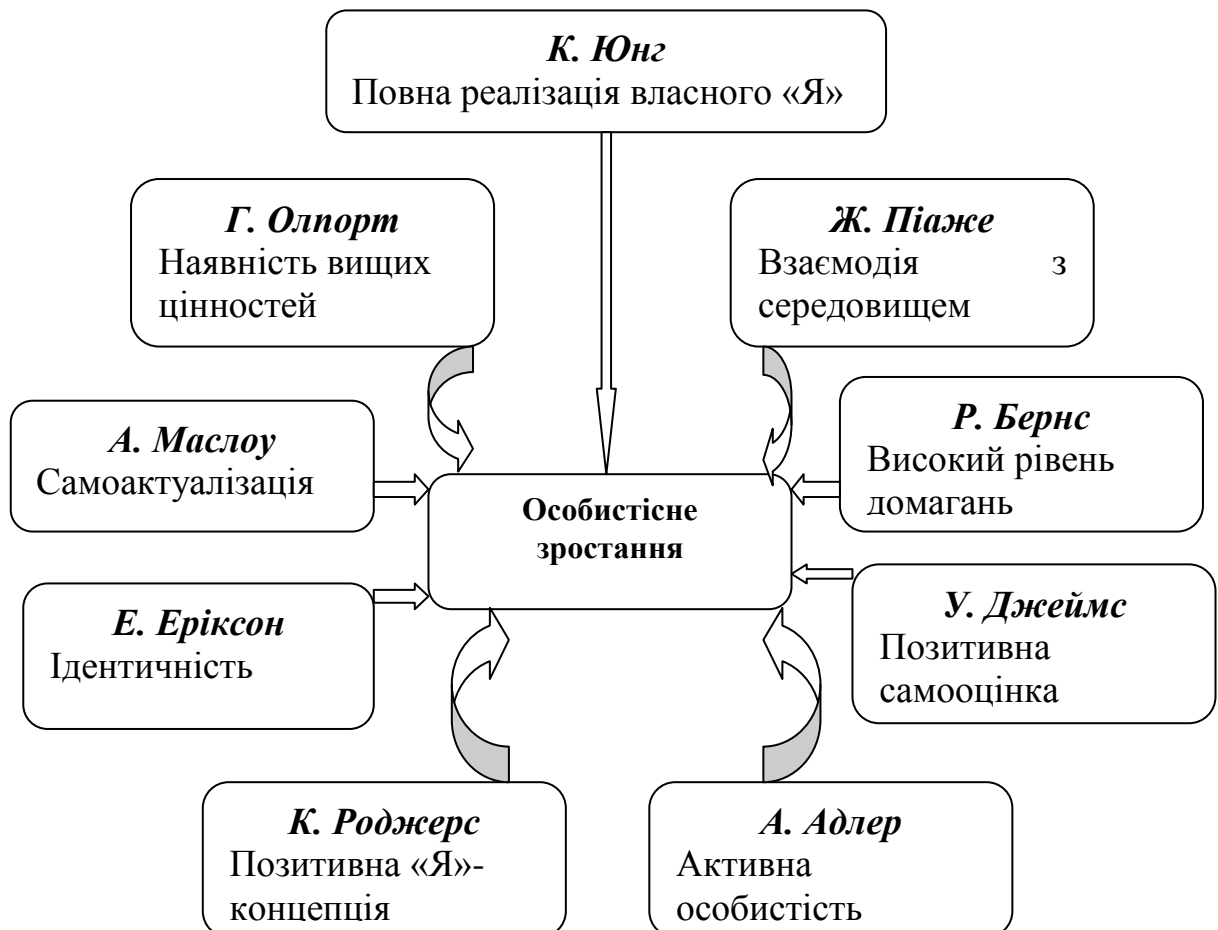


Рис. 1.1. Сутність феномену «особистісне зростання» у контексті професійного самовизначення

Однак, як зазначає С. Л. Братченко та М. Р. Миронова, повноцінного змістовного наповнення ці нові формули поки у нас не набули, вони використовуються скоріше як гасла та слугують яскравим ярликом, що прикрашає старі поняття [27]. В той же час вчені зазначають, що інтерпретація змісту поняття «особистісне зростання» супроводжується значними труднощами.

Зокрема А. Маслоу у своїх працях підкреслює те, що поняття «особистісне зростання», «ідентичність», «самоактуалізація», «самовдосконалення», «саморозвиток», «самопізнання», у тій чи іншій мірі є синонімами [130].

Самоактуалізація визначається вченим як повне використання талантів, здібностей, можливостей. Основними характеристиками особистості, яка самоактуалізувалася на думку А. Маслоу виступають: 1) ефективно сприйняття реальності й комфортабельні стосунки з нею; 2) прийняття (себе, інших, природи); 3) спонтанність, простота, природність; 4) центрованість на завданні (на відміну від центрованості на собі); 5) певна відособленість і потреба самоти; 6) автономія, незалежність від культури та середовища; 7) постійна свіжість оцінки; 8) почуття єднання з іншими; 9) глибокі міжособистісні взаємини; 10) демократична структура характеру.

При цьому, А. Маслоу виділяє дві глобальні категорії мотивів, які впливають на особистісне зростання, а саме: дефіцитарні мотиви та мотиви зростання. Мотиви зростання спрямовані на збагачення та розширення життєвого досвіду. [130].

Отже, особистісне зростання – це фундаментальна складова усього життєвого шляху людини, неперервний процес її самопізнання, саморозвитку та самореалізації. Це універсальний принцип буття, що об'єднує всі сфери

життєдіяльності у одне ціле. Як вважав С. Л. Рубінштейн, життєвий шлях – це рух не лише уперед, а і ввєрх, до досконалих форм прояву людського єства [227].

Тобто, особистісне зростання, це активний процес становлення, у якому особистість бере на себе відповідальність за свій майбутній життєвий шлях. Як зазначає Г. Олпорт, особистість, це єдність тонко переплетених рис, між якими неможливо провести чітку межу, і ця єдність спрямована на досягнення віддаленої мети. Якою б цілісною особистість не була б, завжди залишаються можливості для її подальшого розвитку та зростання. Усі люди є цілеспрямованими, орієнтованими на майбутнє та постійно зростаючими. Вони живуть у світі життєвих амбіцій та прагнень, що генеруються зсередини. Щоб добре функціонувати, особистості необхідно визначити мету, до якої вона буде прагнути. Зростання та зміни на думку вченого, це найбільш значимі особистісні особливості. Але деякі люди обирають регресивні цінності, заради рівноваги (мир та спокій, сон та відпочинок, захист від реальності, залежність та безпеку). Одну групу цінностей Г. Олпорт називає цінностями зростання, іншу – цінностями здорового регресу, підкреслюючи, що ці дві категорії цінностей діалектично взаємопов'язані. Дослідник вважає, що зрілій, здоровій та сильній особистості потрібні ті та інші цінності, але вона більше схиляється до вищих цінностей. У середнього індивіда більшу частину часу домінують нижчі потреби та цінності, уповільнюючи особистісне зростання [210, с. 65].

Як зазначається автором, людина має отримувати задоволення від життя, і дуже важливу роль у цьому відіграє її ставлення до себе й до оточення. Зріла особистість терпимо ставиться до всього, цьому сприяє реалістичний погляд як на себе, так і на навколишню дійсність. Основними компонентами є позитивне ставлення гумор та інсайт. Гумор допомагає знаходити радісне у звичайних ситуаціях, що позитивно впливає на взаємини з близькими людьми. Інсайт допомагає людині розуміти саму себе,

правильно оцінюючи, формуючи самоприйняття, що сприяє позитивним внутрішнім емоціям і відносній задоволеності життям. Ще одна характеристика зрілості особистості – наявність певної життєвої філософії, життєвої позиції. Існування людини має бути змістовним, що впливає на її ставлення до життя.

Л.І. Божович зазначає, що «внутрішня позиція особистості», це рушійна сила розвитку особистості [20]. З точки зору *поведінково-діяльнісного* підходу особистісне зростання, це розвиток соціально-психологічної компетентності особистості, а саме здібності людини ефективно взаємодіяти з оточуючими людьми, оволодіти певними соціально-психологічними вміннями та навиками, прийомами міжособистісного спілкування тощо [154]. Сьогодні формуванню ключових життєвих компетенцій сприяє Нова українська школа.

В гуманістичних моделях А. Маслоу [130], К. Роджерса [225], В. Франкла [274], Е. Фромма [275] та інших, процес особистісного зростання висвітлюється як критерій здоров'я, головна умова вирішення психологічних проблем, засіб ефективної комунікації та адаптації людини.

Тобто саме особистісне зростання обумовлює перехід до стану зрілості, мудрості, до усвідомленого способу життєдіяльності, сприяє формуванню здібності до ефективного відновлення життєвих сил, оптимального функціонування та повноцінного розвитку особистості.

Старшокласники, які прагнуть досягти особистісного зростання оволодівають необхідними навиками: самопізнання, самоаналізу, усвідомлення власних дій та вчинків, відслідковування причинно-наслідкових зв'язків, планування майбутнього та проектування образу професійного «Я».

Підтримуючи думку про професійне самовизначення як цілеспрямований процес, що сприяє особистісному зростанню, ми знаходимо

у працях І. С. Кона. Автор зазначає, що вибір особистісно значущих цілей та їх досягнення забезпечує (обумовлює) самореалізацією особистості [98].

Загальна проблематика професійного самовизначення та особистісного зростання знайшла деяке відображення у працях Р. Бернса [19], У. Джеймса [53], І. С. Кона [100], Г. С. Костюка [107], С. Максименка [126], А. Маслоу [132], О. Мерзлякової [138], Г. Олпорта [151], К. Роджерса [225], С. Л. Рубінштейна [227], В. В. Століна [250], І. І. Чеснокової [279], Т. Шибутані [309] та інших.

Існує декілька підходів до визначення сутності та структури професійного самовизначення та особистісного зростання. Сучасні підходи до особистісного зростання тісно пов'язані з дослідженнями особистісного розвитку, особистісного саморозвитку, особистісного вдосконалення та самовдосконалення, становлення особистості як суб'єкта власної життєдіяльності тощо.

Вчені вважають, що поняття «особистісне зростання» народилося на теренах *гуманістичної психології*. Один із засновників гуманістичної психології Карл Роджерс вважав, що «у людини є здібності і тенденція, якщо не наявна, то потенційна, рухатися вперед до зрілості. У відповідній психологічній атмосфері ця тенденція вивільнюється і стає не потенційною, а актуальною. Це і є тенденція до зростання, самоактуалізації або до руху уперед, – це головна рушійна сила життя» [225].

У зв'язку з цим А. Маслоу вважав, що найвища потреба людини – самореалізація, а прагнення задовольнити цю потребу стає рушійною силою розвитку людини [131]. Самоактуалізована особистість за А. Маслоу прагне до найбільш повного виявлення, усвідомлення, розвитку та реалізації своїх особистісних можливостей. Необхідною умовою особистісного зростання є усвідомлення цінностей особистісного зростання, а саме: включення старшокласників у процес активних змін, їх готовність та здатність виходити із зони комфорту, опановувати нові поведінкові моделі та стратегії, робити

свідомий вибір, брати на себе відповідальність за результати власної діяльності. До умов цілеспрямованого професійного самовизначення варто також долучити набуття навичок моделювання образу професійного «Я», проектування власного професійного майбутнього.

У теорії Карла Густава Юнга метою людського життя виступає повна реалізація свого «Я», становлення неповторної та цілісної особистості [312]. А. Адлер відмічав, що в основі розвитку людини знаходиться почуття меншовартості, яке породжує прагнення до зверхнення. Вчений наголошував, що велика потреба особистості є потяг до досконалості, до можливості сміливо зустрічати лицем до лиця життєві проблеми [3].

Відомо, що особистістю не народжуються, особистістю – стають. Однак так само, як немає однозначного визначення особистості та єдиного підходу до визначення структури особистості, немає й однозначної відповіді на питання про те, як саме відбувається зростання особистості, тому представники різних наукових шкіл мають різні погляди на це питання. З орієнтацією на раніше зазначене представимо найбільш відомі і перспективні концепції особистості протягом усього: психодинамічний, когнітивно-поведінковий і екзистенційно-гуманістичний (феноменологічний).

У рамках *психодинамічного підходу* особливо популярною є концепція ідентичності Е. Еріксона. Вчений відноситься до числа тих послідовників З. Фрейда, хто зумів критично переосмислити деякі положення його концепції. Е. Еріксон розробив концепцію розвитку особистості протягом усього життя людини – від народження до її старості. На відміну від З. Фрейда, Е. Еріксон приділяв велику увагу соціальній детермінації розвитку особистості. Е. Еріксон вважав, що поряд з виділеними З. Фрейдом фазами психосексуального розвитку (від аутоеротизма до потягу до представника протилежної статі) існують і психологічні стадії розвитку «Я», у ході яких людина встановлює основні життєві орієнтири стосовно себе і свого соціального середовища [311].

Е. Еріксон виділив вісім стадій розвитку особистості. На кожній з них існують свої визначені задачі, які у ході її розвитку можуть одержувати сприятливий або несприятливий дозвіл. Механізмом зміни стадій є конфлікт, криза ідентичності особистості. Ідентичність, за Е. Еріксоном, – це почуття стійкості і безперервності свого «Я», свідомість тотожності самому собі, що виступає у якості інтегративного початку особистості. Прагнення до власної ідентичності та її збереженню Е. Еріксон виводить із психоаналітичних посилок [311].

П'ята стадія особистісного розвитку за Е. Еріксоном – отрочтво та юність (12-20 років). Основна альтернатива: «Я»-ідентичність або рольова й особистісна невизначеність. Це пора статевого дозрівання й особливого ставлення до своєї мінливої зовнішності. Авторитетність батьків і вчителів переглядається і піддається сумнівам. Відносини з однолітками активізуються і задають критерії особистої оцінки, що переходить у самооцінку. Формується рольова й особистісна визначеність, ідентичність «Я». Оволодіння різними ролями носить характер приміряння («рольовий мораторій»): юнак чи дівчина ніби то випробують себе. Ефективність цього пошуку багато у чому визначається визнанням та підтримкою з боку оточуючих. У несприятливому випадку формування «Я»-ідентичності не відбувається, має місце рольова й особистісна невизначеність. Молода людина не знаходить своїх цілей, не усвідомлює своїх бажань. Може з'явитися неясне, але стійке почуття тривоги і самотності, страх спілкування, особливо, із представниками протилежної статі.

Концепція розвитку Ж. Піаже відмінна від концепції Е. Еріксона, оскільки в ній йде мова суто про когнітивний розвиток, тобто про процес розвитку мислення. Згідно Ж. Піаже, щоб розвиватися, діти повинні взаємодіяти із середовищем. Але вибудовують нові когнітивні структури самі діти, а не зовнішнє середовище. Кожна стадія когнітивного розвитку припускає наявність нових навичок, що позначають межі того, чого на даній

стадії можна навчити дитину. Діти проходять через ці стадії у визначеній послідовності, хоча необов'язково з однаковою швидкістю та результатами. В рамках цього підходу Ж. Піаже виділяє наступні стадії особистісного розвитку.

Четверта стадія розвитку (11 років – зрілість) – стадія формальних операцій. Підлітки здатні аналізувати абстрактні проблеми, вирішувати складні математичні та логічні задачі, розглядати моральні проблеми, планувати та міркувати про майбутнє. Наступний розумовий розвиток припускає удосконалювання здібностей і навичок, засвоєних на цій стадії [170].

Один з основоположників *гуманістичного підходу* психології, К.Роджерс, ввів у науку поняття «особистісного зростання». Це модель особистісних змін, що не тотожні поняттю «розвитку особистості». Особистісне зростання, за К. Роджерсом, це не засвоєння яких-небудь знань, не освоєння визначеної діяльності, не формування активної життєвої позиції, не просування по «сходам віків» тощо [225].

Особистісне зростання являє собою, властиву організмові, тенденцію розвивати свої здібності, щоб зберігати, розвивати особистість. Суть особистісного зростання полягає у знаходженні себе і свого шляху. Роджерс вважав, що якщо є необхідні умови, то у людини актуалізується процес саморозвитку, природним наслідком якого будуть зміни в напрямку його особистісної зрілості. На думку вченого, саме ці зміни, – їхній зміст, спрямованість, динаміка і свідчать про процес особистісного зростання та можуть виступати у якості його критеріїв [225].

Поряд з цим на основі здійснених досліджень К. Роджерс виділяє критерії особистісного зростання, а саме *інтра-* та *інтерперсональні*.

До *інтраперсональних* критеріїв особистісного зростання вчений відносить: *Прийняття себе*. Це означає визнання себе та безумовну любов до себе такому, який я є, відношення до себе як до особистості, гідної поваги,

віру в себе та свої можливості, довіра власній природі, своєму організмові. Останнє варто підкреслити особливо, тому що у даному випадку довіра до себе не означає лише віру в можливості свідомого «Я», але також розуміння того, що цілісний організм може бути, і часто є, мудрішим, ніж його свідомість. *Відкритість внутрішньому досвідові переживань.* Сильна і зріла особистість вільна від впливу захистів, що сама спотворює, і здатна прислухатися до своєї внутрішньої реальності, ставитися до неї, як до гідного довіри і «жити сьогоденням». *Розуміння себе,* це точне, повне і глибоке уявлення про себе і свій актуальний стан, здатність побачити і почути себе справжнього, адекватна і гнучка «Я»-концепція, чуттєва до актуальних змін і асимілюючий новий досвід, зближення «Я»-реального і «Я»-ідеального. *Відповідальна воля.* Це означає, насамперед, відповідальність за здійснення свого життя саме як своєї, усвідомлення і прийняття своєї волі, за те, щоб залишитися вірним собі. *Цілісність.* Збереження і захист цілісності внутрішнього світу і самої особистості, чим людина володіє споконвічно. Наростаючі індивідуалізованість та диференційованість не повинні приводити до втрати внутрішньої єдності людини, до втрати конгруентності, до розривів або диспропорцій, наприклад, між розумом і почуттями, «Я»-реальним і «Я»-ідеальним, між особистістю й організмом. *Динамічність.* Внутрішньоособистісна єдність і погодженість не означають відсталість і завершеність. Напроти, особистість існує в постійному, безперервному процесі змін. Тому, найважливіший критерій особистісного зростання – динамічність, гнучкість, відкритість змінам і здатність, зберігаючи свою ідентичність, розвиватися через дозвіл актуальних протиріч і проблем, постійно «бути в процесі».

До *інтерперсональних* критеріїв особистісного зростання вчений відносить: *Прийняття інших.* Особистість можна вважати зрілою у тій мірі, у якій вона здатна до прийняття інших людей такими, які вони є, до поваги їхньої своєрідності і права бути собою, до визнання їх безумовною цінністю і

довіри до них. *Розуміння інших*. Зріла особистість відрізняється свободою від забобонів і стереотипів, здатністю до адекватного, повного і диференційованого сприйняття навколишньої дійсності і, особливо, інших людей. Тому найважливіший критерій особистісного зростання – готовність вступати в контакт на основі глибокого і тонкого розуміння і співпереживання, емпатії. *Соціалізованість*. Особистісне зростання веде до усе більш ефективного прояву фундаментального прагнення людини – до конструктивних соціальних взаємин. Людина в контактах з іншими стає усе більш відкритою, але при цьому – більш реалістичною, гнучкою, здатною компетентно дозволяти міжособистісні протиріччя і жити з іншими людьми в максимально можливій гармонії. *Творча адаптивність*. Найважливіша якість зрілої особистості – готовність змела і відкрито зустрічати життєві проблеми і справлятися з ними, не спрощуючи, а виявляючи «творчу адаптацію до новизни конкретного моменту» і «уміння виразити і використовувати всі потенційні внутрішні можливості» [225].

Особистісне зростання передбачає якісні зміни, що відбуваються в особистості в процесі професійного самовизначення. Професійне самовизначення вимагає від особистості старшокласника вміння аналізувати свої можливості, активізувати свій майбутній розвиток, формувати образ професійного Я, прогнозувати індивідуальний стиль професійної діяльності, окреслювати для себе професійні перспективи та шляхи їх досягнення. В процесі професійного самовизначення старшокласники займаються самопізнанням, самооцінюванням та саморозвитком власних можливостей та ціннісних орієнтацій. Їх дії спрямовані на розуміння ступеня відповідності власних особистісних особливостей щодо вимог майбутньої професійної діяльності. Професійне самовизначення складається з самопізнання (усвідомлення власних інтересів, схильностей, особливостей свого характеру та темпераменту), самооцінювання (порівняння результатів самопізнання з наявними уявленнями про професійні вимоги щодо обраної професії), та

саморозвитку (цілеспрямоване самоформування в собі властивостей, необхідних для успішного виконання майбутньої професійної діяльності).

Процес особистісного зростання складається з розвитку внутрішньої самосвідомості, яка модифікує структури особистісного сприйняття, що якісно змінюють особистість. Задачу особистісного зростання допомагають вирішити п'ять підходів. Перший підхід – акцент на *розвитку самосвідомості*. Усвідомлення особистісних мотивів, вибору уподобань, системи цінностей, мети та сенсу. Другий підхід – *культивування відповідальності*. Допомога старшокласникам у виявленні способів, які вони зможуть використати для того, щоб уникнути відповідальності. Третій підхід – *допомогу у визначенні сенсу власного зростання*. Допомога старшокласникам у визначенні сенсу життя за допомогою включення у творчість, у творчу діяльність, у якій їх інтенції спрямовані не на себе, а назовні. Четвертий підхід – *пошук ідеалу для наслідування*. Переживання своєї ідентичності, свого «Я» як унікального неповторного життєвого світу. П'ятий підхід – *набуття впевненості* подолання тривожності невпевненості, *робота з тривогою*. Тривога розглядається як один з проявів буття, як старшокласники справляються з тривогою; яку функцію виконує тривога (особистісного зростання чи обмеження особистісного буття); чи схильні старшокласники приймати свою тривогу, чи намагаються позбутися її.

Включаючи в себе розвиток самосвідомості, формування системи ціннісних орієнтацій, побудову еталонів у вигляді ідеального професійного «Я», моделювання свого майбутнього, процес професійного самовизначення є чинником особистісного зростання.

Отже, узагальнюючи наведені положення психологічних теорій, можна зробити висновки, що особистісне зростання – це якісні зміни, які відбуваються в особистості старшокласників, що відображують рух до їх сутності, а саме розкриттю власного потенціалу та самореалізації у майбутній професії.

1.3. Модель вивчення впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників

Професійне самовизначення у зовнішньому плані ми розглядаємо як низку умов та заходів щодо оптимізації процесу вибору майбутньої професії старшокласниками. Професійне самовизначення у внутрішньому плані ми розглядаємо як індивідуальну можливість старшокласників у виборі видів діяльності у відповідності до їх індивідуально-типологічної сфери, інтересів, уподобань, цінностей, здібностей тощо.

З метою теоретичного обґрунтування процесу професійного самовизначення старшокласників нами подано структуру концептуальної моделі, розкрито її компоненти, висвітлено механізми (інтеріоризація), підходи, умови та принципи професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання. Також представлені етапи, методи, прийоми, рівні розвитку та форми реалізації процесу професійного самовизначення старшокласників.

Професійне самовизначення старшокласників, це спеціально організований процес, ефективність якого визначається особливостями організації профорієнтаційної роботи у навчальному закладі. Важливим аспектом є не кількість проведених профорієнтаційних заходів, а якість виконання тих чи інших професійно спрямованих заходів. Показником ефективності виступає рівень засвоєння та готовність використання отриманих інструментів у процесі професійного самовизначення старшокласників.

Визначені нами критерії та показники свідчать про те, що формування готовності до професійного самовизначення передбачає реалізацію особистісно-орієнтованого підходу, за якого забезпечується розвиток

інтелектуальної, ціннісної, мотиваційної, поведінкової та інших сфер особистості старшокласників.

На основі теоретичного аналізу було розроблено модель вивчення впливу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання (рис. 1.2).



Рис. 1.2. Модель вивчення впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників

Компонентами професійного самовизначення виступають: когнітивно-рефлексивний, ціннісно-смысловий, поведінково-моделюючий. У процесі дослідження було визначено три рівні сформованості структурних компонентів цілеспрямованого професійного самовизначення: високий,

середній та низький. Високий рівень розвитку когнітивно-рефлексивного компоненту передбачає залучення старшокласників до активного самопізнання, результатом якого є ґрунтовні знання власних індивідуально-типологічних особливостей, розуміння сильних сторін та способів їх вдалого використання, постійна зацікавленість тематикою вибору професії.

Високий рівень розвитку ціннісно-смислового компоненту засвідчує сформованість у старшокласників цінностей праці, цінностей особистісного та професійного зростання, наявність стійкого прагнення до самовдосконалення.

Високий рівень розвитку поведінково-моделюючого компоненту передбачає усвідомлення старшокласниками відповідальності за вибір майбутньої професії, здатність приймати обґрунтовані рішення, готовність до моделювання професійного «Я».

Психологічними детермінантами розвитку компонентів цілеспрямованого професійного самовизначення виступають процеси самопізнання, формування професійно-ціннісних орієнтацій, створення образу професійного «Я». Вплив професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників відбувається за рахунок розвитку компонентів особистісного зростання: інтелектуально-креативного, критерієм сформованості якого є прийняття себе (показниками виступають саморозуміння, самоцінність, аутосимпатія); мотиваційно-активізуючого компоненту, критерієм сформованості якого є прийняття цінностей зростання (показниками виступають мотивація до змін, самовдосконалення, вихід із зони комфорту); регуляційно-вольового компоненту, який спирається на критерій свідомої регуляції поведінки (показниками є свобода вибору, прийняття рішення, цілісність поведінки).

До методів професійного самовизначення віднесено метод самопізнання старшокласниками власних індивідуально-типологічних особливостей; метод діагностики та самодіагностики (спостереження, бесіда,

анкетування, тестування учнів) у процесі професійного самовизначення; метод моделювання професійного «Я» старшокласників; метод створення профорієнтаційного простору, у якому відбувається цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників.

Детально представим психолого-розвивальні методи та підходи професійного самовизначення:

- метод самопізнання старшокласниками власних індивідуально-типологічних особливостей;
- метод діагностики та самодіагностики (спостереження, бесіда, анкетування, тестування учнів) у процесі професійного самовизначення;
- метод моделювання професійного «Я» старшокласників;
- метод створення профорієнтаційного простору, застосування якого дає змогу залучати учнів, практичних психологів, соціальних педагогів, батьків здійснювати самостійні спостереження за результатами професійного самовизначення старшокласників.

У нашому дослідженні ми притримуємося положень гуманістичного підходу К. Роджерса; теорії самоактуалізації А. Маслоу, Г. Олпорта; особистісно орієнтованого підходу І. Д. Беха, В. В. Рибалки; діяльнісного підходу Л. С. Виготського, О. М. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна; екзистенційного підходу Р. Мея, В. Франкла, І. Ялома; суб'єкт-суб'єктного підходу І. Д. Беха, І. А. Зязюна, Л. С. Рубінштейна.

Комплексний підхід до проблеми професійного самовизначення старшокласників сприяє розкриттю їх актуальних та розвитку потенційних можливостей. Особистість старшокласників усвідомлює новий рівень сприйняття себе і оточуючих. Їх погляди на вибір професії стають реалістичними, підвищується відповідальність за результативність професійного самовизначення, поглиблюється самоприйняття себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності.

Нижче представлено таблицю показників та рівнів сформованості професійного самовизначення за кожним компонентом (табл. 1.4).

Таблиця 1.4

Показники та рівні сформованості професійного самовизначення як чинника особистісного зростання старшокласників

Характеристика компонентів професійного самовизначення	Показники та рівні сформованості професійного самовизначення	
	Показники професійного самовизначення	Рівні сформованості професійного самовизначення: - свідомо-цілеспрямоване - формальне - пасивно-ситуативне
Когнітивно-рефлексивний компонент (пізнання та самопізнання)	-знання власної індивідуально-типологічної сфери; -визначення інтересів, здібностей, схильностей; - знання умов професійного самовизначення; -знання про світ професій.	Високий (свідомо-цілеспрямоване) - учень знає свої індивідуально-типологічні особливості; - учень розуміє як використовувати у професійній сфері свої сильні сторони; - постійно цікавиться темою вибору професії. Середній (формальне) - учень час від часу дізнається про свої індивідуально-типологічні особливості не пов'язуючи їх з майбутньою професією; - учень не завжди розуміє як правильно використати свої особливості у майбутній професії; - цікавиться вибором професії епізодично, лише за ініціативи ззовні. Низький (пасивно-ситуативне) - учень не хоче дізнатися про особливості своєї індивідуально-типологічної сфери; - учень не розуміє як правильно використати свої особливості; - не цікавиться вибором професії.
Ціннісно-смысловий компонент (ціннісні орієнтації, професійно орієнтовані цінності та цінності особистісного	- актуалізована потреба в реалізації особистих індивідуальних цінностей в житті; -інтерес до самовдосконалення; - власна відповідальність за професійне самовизначення.	Високий (свідомо-цілеспрямоване) - в учня сформовані цінності праці; - в учня сформовані цінності зростання; - учень постійно самовдосконалюється, керуючись внутрішньою мотивацією; - в учня є відповідальність за професійне самовизначення. Середній (формальне) - в учня частково сформовані цінності праці;

зростання)		<ul style="list-style-type: none"> - учень цікавиться цінностями зростання; - учень замислюється про самовдосконалення та саморозвиток з подачі шкільного психолога, вчителя тощо, керуючись зовнішньою мотивацією; - в учня є ситуативна відповідальність за професійне самовизначення. <p>Низький (пасивно-ситуативне)</p> <ul style="list-style-type: none"> - в учня не сформовані цінності праці; - учень не цікавиться цінностями зростання; - учень не замислюється про самовдосконалення та саморозвиток; - в учня відсутня відповідальність за професійне самовизначення.
Поведінково-моделюючий компонент (створення образу професійного «Я»)	<ul style="list-style-type: none"> - готовність брати відповідальність за власний вибір; - здатність приймати виважені рішення; - моделювання професійного «Я». 	<p>Високий (свідомо-цілеспрямоване)</p> <ul style="list-style-type: none"> - учень майже завжди бере на себе відповідальність за свої вчинки; - учень здатен приймати рішення та їх обгрунтовувати; - учень готовий до моделювання професійного «Я». <p>Середній (формальне)</p> <ul style="list-style-type: none"> - учень за певних обставин бере на себе відповідальність за свої вчинки; - учень приймає рішення ситуативно та не завжди здатен їх обгрунтовувати; - учень частково готовий до моделювання професійного «Я». <p>Низький (пасивно-ситуативне)</p> <ul style="list-style-type: none"> - учень майже ніколи не бере на себе відповідальність за події, що з ним відбулися; - учень приймає рішення за емоційним поштовхом; - учень не готовий до моделювання професійного «Я», вважає, що все станеться саме по собі.

Професійне самовизначення старшокласників виступає чинником особистісного зростання старшокласників завдяки використанню таких методів як самопізнання, саморефлексії, проектування.

Основою професійного самовизначення є самопізнання та об'єктивна самооцінка індивідуальних особливостей, співставлення своїх професійно

важливих якостей та можливостей з вимогами професій та вимогами сучасного ринку праці. Самопізнання як умова професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників виступає складовою когнітивно-рефлексивного компоненту процесуальної моделі цілеспрямованого професійного самовизначення.

Самопізнання – це вивчення та дослідження особистістю власних фізичних та психічних особливостей, осмислення самої себе. Процес самопізнання починається з самого раннього віку та триває протягом усього життя. Воно формується поступово як відображення зовнішнього, так і пізнання свого внутрішнього світу (Н. А. Побірченко [177], О. П. Сергієнкова [245], И. В. Усольцева [264]).

До основних шляхів самопізнання належать: 1) самопостереження; 2) самоаналіз (аналіз власної діяльності та поведінки на основі порівняння з іншими людьми); 3) самозвіт або саморефлексія (внутрішній звіт перед самим собою).

Самопізнання тісно пов'язане з таким поняттям, як самооцінка особистості. Особистість використовує три можливості для здійснення самооцінки: 1) розуміння себе (пошук знань про себе); 2) підвищення особистісної значущості (пошук позитивних знань про себе); 3) самоперевірка (співвіднесення власних знань про себе з оцінками інших).

Рівень самооцінки пов'язано із задоволенням чи незадоволенням особистості собою, своєю діяльністю. При цьому адекватна самооцінка співпадає з реальними можливостями особистості; завищена або занижена самооцінка викривлює уявлення особистості про себе. Самооцінка особистості визначається за такою формулою: успіх поділений на рівень домагань. Потрібно визначити не лише реальний рівень розвитку особистості старшокласників, а й їх потенційні можливості зростання, прогнозувати перспективу. Самопізнання допомагає старшокласникам розібратися у власних можливостях, визначити свої слабкі та сильні сторони, намітити

шляхи вдосконалення сильних сторін, визначити та сформуванати професійно важливі цінності, змоделювати образ професійного «Я».

Самоспостереження є однією з умов самопізнання учнів з метою сприяння професійному самовизначенню, складає один з найважливіших складових компонентів професійного самовизначення старшокласників. На цьому етапі варто вивчити характерні риси особистості: ціннісні орієнтації, інтереси, потреби, схильності, здібності, професійну спрямованість, мотиви вибору професії, професійні наміри тощо.

Одним з основних механізмів самопізнання є саморефлексія. У якісному розвитку рефлексивного аналізу, що лежить в основі утворення рефлексивних очікувань, спостерігаються наступні вікові зміни:

1) Рефлексивний аналіз стосується в основному окремих вчинків дитини (9-12 років), причому навіть у такій формі він виявляється лише в незначній частині дітей.

2) Рефлексивний аналіз стосується характеру самої людини. Починаючи з 12-13 років, основним у рефлексивному аналізі стають дослідження свого характеру, особливостей своєї особистості.

3) Рефлексивний аналіз проводиться із самопристрастю, спостерігається сплеск самокритичності, у результаті чого виявляються власні негативні риси характеру, афективні переживання з приводу власних негативних рис (13-14 років).

4) Рефлексивний аналіз стосується характеру людини, особливостей спілкування (15-16 років). При тому самокритичність відходить на задній план, відношення до себе спокійне та доброзичливе. При переході від підліткового до раннього юнацького віку особистісна рефлексія втрачає афективне забарвлення стосовно «Я» і проходить на більш спокійному емоційному тлі.

Глибина і інтенсивність юнацької рефлексії залежать від багатьох соціальних (соціальне походження і середовище, рівень утворення),

індивідуально-типологічних (ступінь інтраверсії-екстраверсії) і біографічних (умови сімейного виховання, відносини з однолітками) факторів, співвідношення яких ще не достатньо вивчено.

Ціннісно-смісловий компонент професійного самовизначення Розвиток ціннісних орієнтацій зростання як складова ціннісно-сміслового компоненту процесуальної моделі цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників

Розвиток самосвідомості старшокласників у процесі професійного самовизначення (становлення системи цінностей).

Терміни «самосвідомість», «уявлення про себе» застосовуються для опису когнітивної сторони самосвідомості, знання людини про себе. Емоційна сторона самосвідомості описується за допомогою термінів «відношення до себе» та «самооцінка». «Образ-Я» розглядається, як структурне утворення самосвідомості, свого роду як підсумок нерозривної діяльності трьох його сторін – когнітивної, емоційної та регуляційної [250].

На думку В. В. Столина самосвідомість здійснюється на трьох рівнях: це відображення суб'єкта в системі його органічної активності, у системі його колективної предметної діяльності, його відносинах в системі особистісного розвитку, що пов'язано з множинністю його діяльностей [250].

У. Джемс першим із психологів почав розробляти проблематику «Я-концепції». Глобальне, особистісне «Я» (self) він розглядав як подвійне творення у якому поєднуються «Я»-свідомість (I) і «Я», як об'єкт (Me). [53]. Це дві сторони однієї цілісності, які існують одночасно. Одна з них являє собою чистий досвід («Я»-обізнане), а інша зміст цього досвіду («Я» як об'єкт). На думку У. Джемса «Я» як об'єкт – це все те, що людина може назвати своїм. В цій області У. Джемс виділяє чотири складові і розташовує їх у порядку значущості: духовне «Я», матеріальне «Я», соціальне «Я», фізичне «Я». Відповідно до постулату У. Джемса наша самооцінка залежить від того, ким ми хотіли б стати, яке положення хотіли б зайняти у цьому

світі. Це служить точкою відліку в оцінці нами власних успіхів або невдач [212, с. 25].

У теорії Е. Еріксона проблематика «Я-концепції» розглядається крізь призму его-ідентичності, що виникає на біологічній основі, як продукт певної культури. Формування ідентичності («Я»-процес) служить основою постійного розширення самосвідомості і самопізнання. Е. Еріксон розглядає розвиток особистості, її самосвідомість як послідовну зміну стадій, що мають свої особливості. [212, с. 517].

Проте Е. Еріксон вважає, що цей процес протікає в основному у сфері несвідомого. Він критикує такі поняття як «самоконцептуалізація», «самооцінка», «образ Я», вважаючи їх статичними, тоді як на його думку, головною межею цих утворень є динамізм, бо ідентичність ніколи не досягає завершеності, не є чимось незмінним, що може бути потім використане, як готовий інструмент особистості. Формування ідентичності «Я», це процес, що нагадує швидше самоактуалізацію за К. Роджерсом, характеризується динамізмом уявлень про себе, які служать основою постійного розширення самосвідомості та самопізнання.

К. Роджерс розуміє під «Я-концепцією» сприйняття людиною самої себе, механізм регулюючий та інтегруючий поведінку індивіда. Він розглядає самосвідомість з погляду розвитку у людини позитивного самосприйняття [222].

Найбільший інтерес у вітчизняних психологів викликає проблема виникнення самосвідомості, її структура та рівнева організація. І. І. Чеснокова пропонує розрізняти рівні самосвідомості за критеріями у яких відбувається співвідношення знань про себе. На першому рівні таке співвідношення відбувається в рамках самоставлення «Я» і «іншої людини». Спочатку певна якість приймається і аналізується у іншій людині, а потім переноситься на себе. Відповідними внутрішніми прийомами самосвідомості є переважно самосприйняття і самоспостереження. На другому рівні

співвіднесення знань про себе відбувається в процесі аутокомунікації, тобто в рамках «Я і Я». Людина оперує уже готовими знаннями про себе, одержаними у різний час, у різних ситуаціях. Як специфічний внутрішній прийом самосвідомості визначається самоаналіз і самоосмислення. На даному рівні людина співставляє свою поведінку з тією мотивацією, яку вона реалізує. Вищого розвитку самосвідомість на другому рівні досягає при формуванні життєвих планів і цілей, своєї суспільної цінності, власної гідності [279].

І. С. Кон інакше формулює рівневу концепцію образу «Я». Образ «Я» розуміється як установча система з її компонентним складом: когнітивним, афективним і поведінковим, що є похідним від перших двох. Нижній рівень образу «Я» складають «неусвідомлені, представлені тільки в переживанні установки, що традиційно асоціюються в психології з «самопочуттям» та емоційним відношенням до себе; вище розташовано усвідомлення і самооцінку окремих властивостей та якостей; потім ці самооцінки складаються у відносно цілісний образ; і саме цей образ «Я» вписується у загальну систему ціннісних орієнтацій особистості, пов'язаних з усвідомленням його цілей своєї життєдіяльності і засобів, необхідних для досягнення цих цілей [99].

На думку В. В. Століна, самосвідомість здійснюється на трьох рівнях: це віддзеркалення суб'єкта в системі його органічної *активності*, в системі його колективної *предметної діяльності* в системі його *особистісного розвитку*, пов'язаного з множинністю його діяльностей [250].

У психологічному словнику за редакцією В. В. Синявського поняття самосвідомість визначається у такий спосіб: «самосвідомість – це система психічних механізмів, що пов'язана з усвідомленням людиною себе самої як особистості, своєї діяльності як члена суспільства, стосунків з іншими людьми, рис характеру, здібностей, власних дій та вчинків, їх мотивів, цілей, моральних, фізичних властивостей тощо» [207, с. 219].

Періодом виникнення свідомого «Я», як зазначає І. С. Кон, здавна вважається підлітковий та юнацький вік. Розвиток самосвідомості центральний психічний процес перехідного віку. Практично усі вітчизняні психологи називають цей вік критичним періодом формування самосвідомості [99].

Розвиток самосвідомості у ранньому юнацькому віці продовжується після підліткового: приблизно в 11 років у підлітка виникає інтерес до власного внутрішнього світу, потім відзначається поступове ускладнення і поглиблення самопізнання, одночасно відбувається посилення його диференційованості й узагальненості, що приводить у ранньому юнацькому віці (15-16 років) до становлення стійкого уявлення про самого себе, Я-концепції; до 16-17 років виникає особливе особистісне новоутворення, що у психологічній літературі позначається терміном «самовизначення». Найцінніше психологічне надбання даного періоду, це відкриття свого внутрішнього світу. Для юнака єдиною реальністю, що усвідомлюється, є зовнішній світ, куди він проектує і свої мрії.

Розвиток самосвідомості як будь-яке складне психічне новоутворення, проходить ряд стадій, що змінюють одна одну. З цього погляду ранній юнацький вік можна охарактеризувати як початок формування нового рівня самосвідомості, як період розвитку і поглиблення інтегративних якостей. Інтенсивний розвиток самосвідомості здійснюється в юнацькому віці. Його специфічні риси – підвищення значимості для формування Я-концепції системи власних цінностей та посилення особистісного, психологічного, динамічного аспекту сприйняття – дозволяють оцінювати його як рівень, характерний для зрілої особистості.

Становлення нового рівня самосвідомості в ранній юності йде по напрямках, виділеними ще Л. С. Виготським, – інтегруванню образу самого себе, «переміщення» його «ззовні в середину».[38].

У період переходу від підліткового до раннього юнацького віку в рамках становлення нового рівня самосвідомості іде й розвиток нового рівня відношення до себе. Одним з центральних моментів тут є зміна основ для критеріїв оцінки самого себе, свого «Я» – вони змінюються «ззовні у середину», здобуваючи якісно інші форми, порівняно з критеріями оцінки людиною інших людей. Перехід від приватних самооцінок до загальної, цілісної (зміна основ) створює умови для формування в справжньому змісті слова власного відношення до себе, досить автономного від відношення й оцінок навколишніх, часток успіхів і невдач, усякого роду ситуативних впливів тощо. Важливо відзначити, що оцінка окремих якостей, сторін особистості відіграє в такому власному відношенні до себе підлеглу роль, а ведучої виявляється деяке загальне, цілісне «прийняття себе», «самоповага». Саме в ранній юності (15-17 років) на основі вироблення власної системи цінностей формується емоційно-ціннісне ставлення до себе, тобто «оперативна самооцінка» починає ґрунтуватися на відповідності поведження, власних поглядів і переконань, результатів діяльності.

У 15-16 років особливо сильно актуалізується проблема розбіжності Я-реального та Я-ідеального. На думку І. С. Кона ця розбіжність цілком нормальний, природний наслідок когнітивного розвитку. Розбіжність Я-реального та Я-ідеального образів – функція не тільки віку, але й інтелекту. В інтелектуально розвинених юнаків розбіжність між реальним Я і ідеальним Я, тобто між тими властивостями, що індивід собі приписує, і тими, якими він хотів би володіти, значно більше, ніж у їх однолітків із середніми інтелектуальними здібностями [99].

Одним з важливих показників поведінкової складової Я-концепції служить динаміка рівня домагань під впливом успіху або неуспіху при виконанні завдань різного ступеня складності. Рівень домагань розглядається як породжуваний двома суперечливими тенденціями: з одного боку, підтримувати своє «Я», самооцінку на максимально високому рівні, з іншого,

знижувати свої домагання, щоб уникнути невдачі, і тим самим не нанести збитку самооцінці.

Дуже важливою інстанцією самосвідомості, яка закладається в ранній юності, є самоповага. Це поняття багатовимірне, воно передбачає задоволеність собою, прийняття себе, почуття гідності, позитивне ставлення до себе, погодженість реального та ідеального Я.

Таким чином, самосвідомість у юнацькому віці здобуває якісно-специфічний характер. Це пов'язано з необхідністю оцінювати якості своєї особистості з урахуванням конкретних життєвих прагнень, у зв'язку з вирішенням задачі професійного самовизначення.

Як зазначає О. В. Мельник, професійне самовизначення потребує формування у старшокласників професійної перспективи – розгорнутих у часі життєвих планів, спрямованих на вибір професії, вміння визначати далекі та близькі професійні цілі, розробляти шляхи їх досягнення, враховувати помилки та можливі перешкоди на своєму професійному шляху. Це свідчить про певний рівень їх самостійності та незалежності від зовнішнього впливу [133].

Отже, основною метою професійного самовизначення є можливість спроектувати своє майбутнє та сформувати необхідні ресурси для здійснення свідомого професійного вибору.

Проектування власного професійного майбутнього, а саме створення образу професійного «Я». Прикладним аспектом цього критерію виступає створення профорієнтаційного портфоліо старшокласника. Звернення до власного образу «Я», як зазначає Бех І. Д., діє на особистісну рефлексію, це забезпечує вміння ґрунтовного саморозвитку старшокласників, їх індивідуальної трансформації.

«Я-концепція» (або образ-«Я») являє собою відносно стале, свідоме та фіксоване у словесній формі уявлення особистості про себе. «Я-концепція», це підсумок самопізнання та самооцінки через окремі образи себе в умовах

уявних та реальних ситуацій, а також через думку інших та співвіднесення себе з іншими.

Таким чином, професійне самовизначення старшокласників буде ефективним за умови його цілеспрямованості, мету активізації та оптимізації процесу професійного самовизначення можна реалізувати за рахунок створення профорієнтаційного простору навчального закладу.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

На основі теоретичного аналізу науково-психологічних джерел визначено поняття «цілеспрямоване професійне самовизначення», як сукупність, здатність старшокласників до якісних змін в особистісному аспекті.

Цілеспрямоване професійне самовизначення це, перш за все, процес свідомого вибору професії, який знаменується адекватною оцінкою власних реальних та потенційних можливостей. Це означає, що особистість старшокласника готова до самостійного прийняття рішення та відповідальності за нього, що визначає особистісне зростання індивіда.

У розділі виокремлено наукові підходи щодо професійного самовизначення особистості: особистісно-орієнтований (професійне самовизначення розглядається з позиції зовнішніх та внутрішніх детермінацій), діяльнісний (зосереджує увагу на реалізації людини в праці), екзистенційний (прагнення набуття смислів), суб'єктний (здатність бути суб'єктом у виборі власного професійного майбутнього).

Професійне самовизначення сучасних старшокласників доцільно розглядати з позиції комплексного підходу, згідно з яким досліджуване явище характеризується як процес свідомого цілеспрямованого відкриття себе та власних потенціалів шляхом самопізнання, формування ціннісно-смыслового та моделювання майбутнього.

У ранньому юнацькому віці спостерігається ряд психологічних новоутворень, що визначають якісні зміни особистості, а саме розвиток самосвідомості, особистісне та професійне самовизначення.

Розвиток самосвідомості як будь-яке складне психічне новоутворення, проходить ряд стадій. Ранній юнацький вік можна охарактеризувати як початок формування нового рівня самосвідомості, як період розвитку і поглиблення інтегративних якостей. Інтенсивний розвиток самосвідомості виражається у прийнятті відповідальних рішень, розумінні потенціальних і актуальних можливостей, підвищенні значимості системи власних цінностей.

Потреба молодшої людини самовизначитися у різних сферах життя стає головною рушійною силою її подальшого розвитку, висвітлюючи головний напрям особистості – спрямування у майбутнє.

Модель вивчення впливу цілеспрямованого професійного самовизначення відображає вплив процесу професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників.

Структура цілеспрямованого професійного самовизначення як чинника особистісного зростання має когнітивно-рефлексивний, ціннісно-смісловий та поведінково-моделюючий компоненти. Критеріями сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту є самопізнання: знання особистісних особливостей та їх співвіднесення з вимогами майбутньої професії, самоствавлення, ставлення до професійного майбутнього. Критеріями сформованості ціннісно-сміслового компоненту є професійно-ціннісні орієнтації: цінність праці, цінність самовдосконалення, досягнення. Критеріями сформованості поведінково-моделюючого компоненту є створення образу професійного «Я»: професійні уподобання, кар'єрні стратегії, усвідомлений вибір.

Вплив професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників відбувається за рахунок розвитку інтелектуально-креативного, мотиваційно-активізуючого та регуляційно-вольового

компонентів особистісного зростання. Критеріями сформованості інтелектуально-креативного компоненту є прийняття себе: саморозуміння, самоцінність, ауто симпатія. Критеріями сформованості мотиваційно-активізуючого компоненту є прийняття цінностей зростання: мотивація до змін, самовдосконалення, вихід із зони комфорту. Критеріями сформованості регуляційно-вольового є свідомо регуляція поведінки: свобода вибору, прийняття рішення, цілісність поведінки.

До методів активізації професійного самовизначення віднесено метод самопізнання старшокласниками власних індивідуально-типологічних особливостей; метод діагностики та самодіагностики (спостереження, бесіда, анкетування, тестування учнів); метод моделювання професійного «Я» старшокласників; метод створення профорієнтаційного простору, у якому відбувається цілеспрямоване професійне самовизначення учнів.

Психологічними детермінантами активізації цілеспрямованого професійного самовизначення виступають процеси самопізнання, формування професійно-ціннісних орієнтацій, створення образу професійного «Я». До основних шляхів самопізнання належать: 1) аналіз власної діяльності та поведінки на основі порівняння з іншими людьми; 2) самоспостереження; 3) самозвіт (внутрішній звіт перед самим собою).

Професійно-ціннісні орієнтації сприяють становленню світогляду, професійному самовизначенню та особистісному зростанню.

Формуванню образу професійного «Я» сприяє визначення професійних уподобань, розробка кар'єрних стратегій та усвідомлений вибір старшокласників.

Отже, професійне самовизначення, набуваючи цілеспрямованого характеру сприяє особистісному зростанню старшокласників.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ЧИННИКА ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

У другому розділі визначено завдання констатувального етапу експерименту, описано емпіричну модель, представлено організаційні засади дослідження чинників впливу професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників, обґрунтовано результати дослідження розвитку кожного з компонентів професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання. Визначено психологічні закономірності впливу професійного самовизначення на особистісне зростання.

2.1. Емпірична модель вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення і особистісного зростання старшокласників

У організації досліджування рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників ми спиралися на обґрунтоване у теоретичному розділі положення про те, що професійне самовизначення вимірюється певними показниками, методами та критеріями, стисло вони представлені у емпіричній моделі дослідження професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання (див. табл. 2.1).

У результаті теоретичного аналізу наукових досліджень з проблеми професійного самовизначення старшокласників нам вдалося виділити складові компоненти та умови цілеспрямованого професійного самовизначення та особистісного зростання.

Таблиця 2.1

Емпірична модель дослідження професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання

Психол. феномен	Компоненти	Критерії	Дихотомічні шкали (показники)	Психодіагностичні методики
Професійне самовизначення	Когнітивно-рефлексивний компонент	Самопізнання	<i>Знання особистісних особливостей та їх співвіднесення з вимогами майбутньої професії (знання себе – незнання себе)</i>	-Методика «Готовність до саморозвитку», авт. В. Павлов, шкала «Хочу знати себе».
			<i>Самоставлення (позитивне самоставлення – негативне самоставлення)</i>	-Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (I блок питань), авт. А. Шевенко.
			<i>Ставлення до професійного майбутнього (зацікавленість у виборі – незацікавленість у виборі)</i>	-Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали: «Потреба у пізнанні», «Погляд на природу людини», «Саморозуміння», «Спонтанність».
	Ціннісно-смысловий компонент	Професійно-ціннісні орієнтації	<i>Цінність праці (праця, це цінність – працюють невдахи)</i>	-Анкета для старшокласників «Мої міркування щодо професійного майбутнього», авт. Н. Побірченко.
			<i>Цінності самовдосконалення (цінність якісних змін – ігнорування якісних змін)</i>	-Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (II блок питань), авт. А. Шевенко.
			<i>Досягнення (цінність досягнень – знецінення досягнень)</i>	-Готовність до саморозвитку, авт. В. Павлов, шкала «Можу змінюватись».
	Поведінково-модельючий компонент	Створення образу професійного «Я»	<i>Професійні уподобання (власні професійні уподобання – нав'язані професійні уподобання)</i>	-Експрес анкета визначення інтересів старшокласників, авт. Н. Побірченко.
			<i>Кар'єрні стратегії (побудова кар'єри – відсутність кар'єрних стратегій)</i>	-Диференціально-діагностичний опитувальник (ДДО), Є. Клімов
			<i>Усвідомлений вибір (свідомий вибір – випадковий вибір)</i>	-Анкета для батьків «Що Вам відомо про професійне майбутнє Вашої дитини?», авт. А. Шевенко.
Особистісне зростання	Інтелектуально-креативний компонент	Прийняття себе	<i>Саморозуміння (довіра до себе – недовіра до себе)</i>	- Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (I блок питань), авт. А. Шевенко.
			<i>Самоцінність (самоцінність – самознецінення)</i>	-Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали «Саморозуміння», «Аутосимпатія», «Спонтанність», «Креативність».
			<i>Аутосимпатія (прийняття себе – відторгнення себе)</i>	
	Мотиваційно-активізуючий компонент	Цінність особистісного зростання	<i>Мотивація до змін (зростання як цінність – спокій як цінність)</i>	-Готовність до саморозвитку, авт. В. Павлов.
			<i>Набуття сенсів неперервного розвитку (сенса у розвитку – сенса сталого перебування/відсутність сенсів)</i>	-САМОАЛ авт. О. Лазукін, шкала «Шкала цінностей», «Потреба у пізнанні».
				-Тест «Сенсожиттєві орієнтації» СЖО, адапт. Д. Леонт'єв

		<i>Вихід із зони комфорту</i> (здатність виходити із зони комфорту – нездатність виходити із зони комфорту)	- Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (II блок питань), авт. А. Шевенко.
Регуляційно-вольовий компонент	Свідома саморегуляція поведінки	<i>Ставлення до майбутнього</i> (відповідальне ставлення – безвідповідальне ставлення до майбутнього)	-Визначення рівня відповідальності, авт. Г. Резапкіна. -Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали: «Орієнтація в часі», «Автономність», «Гнучкість у спілкуванні».
		<i>Свідомий вибір</i> (прийняття відповідальності на себе – звинувачення інших)	-Проективна методика «Часові кола», авт. Н. Побірченко - Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (III блок питань), авт. А. Шевенко.
		<i>Цілісність поведінки, самодостатність</i> (природність поведінки – штучність поведінки)	-Тест-опитувальник суб'єктивної локалізації контролю (СЛК), авт. С. Пантелєєв, В. Столін.

Зазначені процеси потребують поглибленого подальшого дослідження та чіткості у визначенні їх критеріїв та показників. З цією метою на етапі констатувального експерименту проведено обґрунтування змісту виділених компонентів, умов професійного самовизначення та особистісного зростання. До основних компонентів професійного самовизначення, що емпірично досліджувалися віднесено: *когнітивно-рефлексивний, ціннісно-смысловий, поведінково-модельючий*. До компонентів особистісного зростання: *інтелектуально-креативний, мотиваційно-активізуючий, регуляційно-вольовий*. Кожен з компонентів має критерії сформованості та дихотомічні показники, якими вони визначаються.

Критерієм когнітивно-рефлексивного компоненту виступає самопізнання, що має наступні показники його розвитку: *самопостереження та самоаналіз*, де дихотомічними шкалами є готовність до самоаналізу – неготовність до самоаналізу; *самозвіт (саморефлексія)*, дихотомічною шкалою виступає готовність бачити себе збоку – неготовність бачити себе збоку; дихотомічними шкалами *ставлення до професійного майбутнього* є прийняття відповідальності на себе – перекладання відповідальності на інших.

Критерієм ціннісно-смыслового компонента виступають професійно-ціннісні орієнтації, що мають наступні показники їх сформованості: *цінність*

праці, де дихотомічними шкалами є упевненість, що праця, це цінність – упевненість, що працюють лише невдахи; *цінності самовдосконалення*, їх дихотомічними шкалами виступають цінність якісних змін – ігнорування якісних змін; *досягнення*, дихотомічною шкалою є цінність досягнень – знецінення досягнень.

Критерієм поведінково-моделюючого компонента виступає образ професійного «Я», що має такі показники сформованості: *професійні уподобання*, їх дихотомічною шкалою виступають наявність власних професійних уподобань – наявність нав'язаних ззовні професійних уподобань; *кар'єрні стратегії*, їх дихотомічними показниками є побудова кар'єри – відсутність кар'єрних стратегій; *усвідомлений вибір*, дихотомічними показниками виступають свідомий вибір – випадковий вибір.

До основних компонентів особистісного зростання, що емпірично досліджувалися віднесено наступні. Перший компонент інтелектуально-креативний, критерієм його сформованості зазначено прийняття себе, показниками виступають: саморозуміння, самоцінність, аутосимпатія. Дихотомічними шкалами показників саморозуміння є довіра до себе – недовіра до себе; шкалою самоцінності зазначено самоцінність – самознецінення; шкалою аутосимпатії виступає прийняття себе – відторгнення себе.

Другий компонент особистісного зростання – мотиваційно-активізуючий, критерієм його сформованості виступає цінність особистісного зростання, показники є: цінності якісних змін, набуття сенсів неперервного розвитку, гнучкість. Дихотомічними шкалами показників цінностей особистісного зростання є наступні: у цінності якісних змін, це зростання як цінність – спокій як цінність; шкалою набуття сенсів неперервного розвитку зазначено сенс у розвитку – сенс сталого перебування/відсутність сенсів; шкалою мотивації до змін виступає здатність виходити із зони комфорту – нездатність виходити із зони комфорту.

Третій компонент особистісного зростання регуляційно-вольовий, критерієм його сформованості виступає свідома саморегуляція поведінки, показники та дихотомічними шкалами є: ставлення до майбутнього (відповідальне ставлення – безвідповідальне ставлення до майбутнього); свідомий вибір (прийняття відповідальності на себе – звинувачення інших); цілісність поведінки (природність поведінки – штучність поведінки).

У відповідності до визначених показників було сформовано пакет психодіагностичних методик, які будуть описані у наступному підрозділі.

2.2. Програма та методичний інструментарій емпіричного дослідження

У підрозділі детально представлено організаційну структуру констатувального етапу експериментального дослідження. Досліджено рівні сформованості (пасивно-ситуативний, формальний, цілеспрямований) професійного самовизначення старшокласників та рівні їх особистісного зростання (початковий рівень, середній рівень, рівень з тенденцією до високого).

Мета проведення експериментального дослідження:

- вивчення складових компонентів професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання;
- організація процесу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що буде мати вплив на особистісне зростання.

Завдання констатувального етапу дослідження:

1. Емпіричне дослідження рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників:

- дослідження готовності старшокласників до професійного самовизначення;

- дослідження факторів, що впливають на професійне самовизначення старшокласників;

- визначення умов, що сприяють професійному самовизначенню старшокласників.

2. Емпіричне дослідження рівнів сформованості особистісного зростання старшокласників:

- дослідження складових особистісного зростання;

- розвиток актуальних можливостей особистісного зростання;

- виявлення потенційних можливостей особистісного зростання старшокласників у процесі професійного самовизначення.

3. Дослідження впливу професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників:

Емпіричне дослідження включало в себе два етапи, перший з яких спрямований на виявлення кількісних та якісних показників сформованості структурних компонентів професійного самовизначення у старшокласників, другий – встановлення кореляційних зв'язків між показниками сформованості компонентів професійного самовизначення та компонентів особистісного зростання старшокласників.

Для визначення рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників нами використовувалися наступні методи: статистичний метод або метод вимірювання, який передбачає діагностику певних психологічних якостей учнів за допомогою психодіагностичних методик, опитувальників та анкет, метод самостереження, метод самоаналізу, метод самозвіту, метод експертних оцінок.

Методи статистичної обробки даних: дисперсійний аналіз, факторний аналіз. Обробка даних проводилась за допомогою комп'ютерної програми статистичної обробки даних SPSS.

Експериментальне дослідження здійснювалося протягом 2016-2021 років у три етапи: теоретико-аналітичний, констатувальний та розвивально-формульальний.

На першому теоретико-аналітичному етапі з'ясовано теоретико-експериментальні підходи до вирішення зазначеної проблеми. Це уможливило формулювання основних теоретичних положень щодо професійного самовизначення старшокласників. Визначення структури та змісту професійного самовизначення старшокласників. Розроблено модель та програму цілеспрямованого процесу професійного самовизначення старшокласників.

На другому етапі – констатувальному проведено діагностичне дослідження рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників та рівнів їх особистісного зростання. Визначено *умови*, що сприяють професійному самовизначенню старшокласників. Визначено актуальні та потенційні можливості старшокласників до процесу особистісного зростання.

На третьому етапі – розвивально-формульальному організовано та проведено роботу з активізації процесу професійного самовизначення старшокласників з використанням комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, створення профорієнтаційного портфоліо старшокласників, організації профорієнтаційного простору в ЗЗСО. Проведено діагностику особистісних змін, що впливають на особистісне зростання, проаналізовано результати дослідження, здійснено порівняльний аналіз і статистичну обробку одержаних даних, проаналізовано динаміку змін в особистісній сфері старшокласників, а саме тенденцію до особистісного зростання, сформовано висновки та надано рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників, батьків, старшокласників.

Експеримент передбачав наступне:

-перевірка складових компонентів, змісту, структури та умов процесу професійного самовизначення як чинника особистісного зростання (до умов ми відносимо створення профорієнтаційного простору, який включає в себе роботу за комплексною навчально-розвивальною програмою цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, створення файлів профорієнтаційного портфоліо учнів та інші заходи профорієнтаційного спрямування).

-аналіз результатів, що характеризують рівні сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання за відповідними критеріями.

Проведений нами аналіз експериментальних даних показує, що для вивчення складових професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників в основному такі методичні прийоми: аналіз висловлювань, що реєструються в усних чи письмових самозвітах; метод рефлексивної самооцінки; тестовий метод; метод експертних оцінок; опитування та анкетування досліджуваних. Також у констатувальному дослідженні використовувались методи математичної статистики: кореляційний аналіз.

Добір психодіагностичного інструментарію відбувався на базі теоретично виділених критеріїв професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників. Головна мета процесу професійного самовизначення старшокласників полягає у розвитку самопізнання учнів, формуванні професійних цінностей, цінностей самовдосконалення, досягнень результату.

Детально зупинимося на характеристиках діагностичних методик, які ми використовували для виявлення рівня сформованості компонентів професійного самовизначення старшокласників. У змісті *когнітивно-рефлексивного компоненту* професійного самовизначення старшокласників ми досліджували наступні показники: *саморозуміння старшокласників* (від

розуміння себе до нерозуміння); *самоствалення* (від прийняття себе до неприйняття себе); *ствалення до професійного майбутнього* (від прийняття відповідальності на себе до звинувачення інших). Психодіагностичний інструментарій було підбрано у відповідності до поставленої мети дослідження. Процес діагностики самопізнання супроводжувався наступними методиками: Методика «Готовність до саморозвитку», авт. В. Павлов; Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (I блок питань), авт. А. Шевенко; Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали: «Потреба у пізнанні», «Погляд на природу людини», «Саморозуміння», «Спонтанність».

З метою виявлення *ціннісно-сислової сторони* процесу професійного самовизначення нами використовувалися наступні методики: Анкета для старшокласників «Мої міркування щодо професійного майбутнього», авт. Н. Побірченко; Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (II блок питань), авт. А. Шевенко; Готовність до саморозвитку, авт. В. Павлов, шкала «Можу змінюватись»; Тест «Сенсожиттєві орієнтації» СЖО, адапт. Д. Леонтьєв, шкали: «Цілі в житті», «Задоволеність життям».

Складові поведінково-моделюючого компоненту було діагностовано за допомогою наступних методик: Експрес анкета визначення інтересів старшокласників, авт. Н. Побірченко; Диференціально-діагностичний опитувальник (ДДО), авт. Є. Клімов; Анкета для батьків «Що Вам відомо про професійне майбутнє Вашої дитини?», авт. А. Шевенко; Методика «Якорі кар'єри», авт. Е. Шейн; Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення (III блок питань), авт. А. Шевенко.

Для виявлення рівня сформованості особистісного зростання старшокласників підбрано методики у відповідності до компонентів: інтелектуально-креативний компонент, мотиваційно-активізуючий, регуляційно-вольовий. Діагностика інтелектуально-креативного компоненту

здійснювалася за допомогою наступних методик: Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (І блок питань), авт. А. Шевенко; Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали «Саморозуміння», «Аутосимпатія», «Спонтанність», «Креативність». Діагностика сформованості мотиваційно-активізуючого компоненту відбувалася за допомогою таких методик: Готовність до саморозвитку, авт. В. Павлов, САМОАЛ авт. О. Лазукін, шкала «Шкала цінностей», «Потреба у пізнанні», Тест «Сенсожиттєві орієнтації» СЖО, адапт. Д. Леонтєва, Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (ІІ блок питань), авт. А. Шевенко. Сформованість регуляційно-вольового компоненту діагностувалася за допомогою наступних методик: Методика «Визначення рівня відповідальності», авт. Г. Резапкіна, Тест-опитувальник САМОАЛ, авт. О. Лазукін, шкали: «Орієнтація в часі», «Автономність», «Гнучкість у спілкуванні», Проективна методика «Часові кола», авт. Н. Побірченко, Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання (ІІІ блок питань), авт. А. Шевенко, Тест-опитувальник суб'єктивної локалізації контролю (СЛК), авт. С. Пантелєєв, В. Столін.

Нами було підібрано такі методики, за яким старшокласники могли самостійно, або за допомоги практичного психолога здійснювати обробку та аналіз результатів самодіагностики. Спеціально для цього бланки відповідей до зазначених вище методик було вдосконалено з метою зручності їх використання старшокласниками. Учні мали можливість одразу бачити результати власного діагностичного обстеження. Такий прийом значно підсилював ефект зацікавлення старшокласників, сприяв готовності учнів до свідомого професійного самовизначення.

Представимо психодіагностичний інструментарій та доцільність його використання для отримання діагностичних даних рівнів сформованості компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

Для визначення рівня сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту, зокрема його критерію самопізнання, нами використовувалася шкала «Хочу знати себе» з діагностичної методики «Готовність до саморозвитку», авт. В. Павлов. Особливу цінність представляли наступні твердження методики: «У мене часто з'являється бажання більше дізнатися про себе», «У мене немає бажання дізнатися про свої мінуси та плюси», «Мої якості та вміння відповідають вимогам обраної професії». Відповіді на запитання методики допомогли старшокласникам краще зрозуміти власну готовність до самопізнання. Шкали опитувальника САМОАЛ, авт. О. Лазукіна: «Потреба у пізнанні», «Погляд на природу людини», «Саморозуміння», «Спонтанність» допомогли визначити домінування позитивного / негативного самоствавлення старшокласників. Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (перший блок питань) забезпечує отримання додаткової діагностичної інформації щодо сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту професійного самовизначення старшокласників.

Наступний блок діагностичних методик сприяє визначенню рівня сформованості ціннісно-сислового компоненту, зокрема визначення професійно-ціннісних орієнтацій старшокласників. Анкета «Мої міркування щодо професійного майбутнього» була запропонована старшокласникам з метою діагностування їх власних поглядів на проблему професійного самовизначення. Питання анкети, стимулювали старшокласників замислюватися над важливістю проблеми їх професійного майбутнього.

Визначити цінність якісних змін старшокласників допомагає методика В. Павлова «Готовність до саморозвитку». Готовність до змін можна виявити за допомогою шкали «Можу змінюватись», особливо цікавими є наступні твердження: «У мене нема необхідності змінюватись», «Я хочу краще та ефективніше працювати», «Мені важко самостійно домогтися задуманого і виховати себе», «У будь-якій справі я не боюсь помилок і невдач».

Аналізуючи власні відповіді, старшокласники переосмислюють своє ставлення до саморозвитку та самовдосконалення.

Більш розширеною методикою, що виявляє життєві орієнтації старшокласників є тест «Сенсожиттєві орієнтації» (СЖО) в адаптації Д. Леонтєєва. Бали за шкалою «Цілі в житті» характеризують наявність або відсутність в житті випробуваного цілей у майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість та часову перспективу; шкала «Задоволеність життям» збігається з теорією, що сенс життя полягає в тому, щоб жити цікаво, емоційно насичено та наповнено змістом; шкала «Результативність» відображає осмисленість та продуктивність прожитого періоду; шкала «Я – господар життя» виявляє готовність особистості побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями та уявленнями про його сенс; шкала «Керованість життям» виявляє здатність особистості керувати своїм життям, приймати рішення та втілювати їх у життя.

Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників (другий блок питань) забезпечує отримання додаткової діагностичної інформації щодо сформованості ціннісно-сміслового компоненту професійного самовизначення старшокласників.

Рівень сформованості поведінково-моделюючого компоненту діагностувався за допомогою методик, які доцільні у створенні образу професійного «Я». Для діагностики професійних уподобань старшокласників було використано «Диференціально-діагностичний опитувальник» (ДДО), авт. Є. О. Клімов. Методика дозволяє з'ясувати професійну спрямованість особистості на основі аналізу уподобань різних видів діяльності. В основу цієї методики покладено схему класифікації професій, у відповідності до предмету праці: «людина-природа», «людина-техніка», «людина-людина», «людина-знакова система», «людина-природа». Методика складається з двадцяти тверджень, що мають два варіанти відповіді. Старшокласникам пропонується вибрати той варіант, який найбільше відповідає їх власним

уподобанням. Хибних відповідей не існує. Відповіді заносяться у спеціально розроблений бланк, який дозволяє швидко та самостійно зробити аналіз опитування, визначити професійні сфери до яких є схильність та інтерес.

Поряд з класичною методикою ДДО нами використовувався експрес опитувальник Н. А. Побірченко «Мої уподобання щодо діяльності», який було розроблено для самостійної роботи старшокласників. За допомогою опитувальника учні мають можливість побачити підтвердження отриманих результатів за методикою ДДО.

Для виявлення переваг у виборі професійного шляху та побудови кар'єри ми використовували методику «Якорі кар'єри» Е. Шейна, яка містить 41 твердження. Кожне твердження відповідно до власних переконань потрібно оцінити за десятибальною шкалою, де 1 – це найменший показник, а 10 найбільший. Після обробки результатів ми маємо достовірну інформацію про вираженість у особистості тієї чи іншої кар'єрної орієнтації. У методиці виділяються такі кар'єрні орієнтації: професійна компетентність, менеджмент, автономія (незалежність), стабільність місця роботи, стабільність місця проживання, служіння, виклик, інтеграція стилів життя, підприємливість.

Для батьків старшокласників була розроблена анкета «Що Вам відомо про професійне майбутнє Вашої дитини?». Відповідаючи на питання анкети, батьки зазначили своє місце та роль щодо власного впливу на професійне самовизначення своїх дітей.

Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення (третій блок питань) забезпечує отримання додаткової діагностичної інформації щодо сформованості поведінково-моделюючого компоненту професійного самовизначення старшокласників.

Особистісне зростання старшокласників передбачає налаштованість на неперервний розвиток, наявність потреби у постійному саморозвитку, сформованість цінності росту. Цей критерій можна діагностувати за

допомогою методики В. В. Павлова «Здатність до саморозвитку», вона складається із 14 тверджень та виявляє рівні готовності до саморозвитку: високий рівень – учень готовий до саморозвитку, йому притаманні урівноваженість, самостійність, упевненість; середній рівень – учень прагне більше дізнатися про себе, випробувати свої можливості на практиці; низький рівень – учню потрібна допомога і підтримка дорослих, він не готовий до саморозвитку.

Тест-опитувальник визначення суб'єктивної локалізації контролю (СЛК) С. Р. Пантелєєва і В. В. Століна спрямований на вимір локусу контролю як узагальненої генералізованої перемінної. Опитувальник містить 32 пункти (26 – працюючих пунктів та 6 – маскувальних), побудованих за принципом змушеного вибору одного з двох тверджень, він утворює одномірну шкалу, що дає узагальнений показник локусу контролю. Варто зупинитися на наступних твердженнях опитувальника: «Невдачі людей, це результат їх власних помилок», «Якщо здатна людина мало чого домоглася, значить вона не використала своїх можливостей у повній мірі», «Я переконався, що прийняти рішення про виконання певних дій краще, ніж покластися на випадок», «Наполегливо працюючи зараз, я забезпечую собі майбутні наукові та професійні досягнення», «Те, що зі мною трапляється, це результат моїх власних дії та вчинків».

Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) в адаптації Д. О. Леоттєва, використовувалася нами з метою виявлення основних тенденцій щодо ціннісно-сміслової сфери старшокласників. Тест є адаптованою версією тесту «Мета в житті» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамб і Леонарда Махоліка. За допомогою цього тесту досліджуються уявлення старшокласників про майбутнє життя за такими характеристиками, як наявність або відсутність цілей в майбутньому, осмисленість життєвої перспективи, інтерес до життя, задоволеність життям, уявлення про себе як

про активну і сильної особистості, самостійно приймає рішення і контролює своє життя.

Тест складається з 20 шкал, на різних полюсах яких розташовані протилежні за змістом твердження. Тест має загальний показник усвідомленості життя та п'ять субшкал: 1. Цілі в житті; 2. Процес життя; 3. Результативність життя, або задоволення самореалізацією; 4. Локус контролю Я (Я – господар життя); 5. Локус контролю життя, або управління життям. Варто зазначити, що найцікавішими твердженнями є наступні: «В житті я маю дуже ясні цілі та наміри», «Моє життя видається мені цілком осмисленим і цілеспрямованим», «Я вважаю, що людина має можливість здійснити свій життєвий вибір за своїм бажанням», «Я можу назвати себе цілеспрямованою людиною», «Моє життя в моїх руках, і я сам керую ним».

Опитувальник САМОАЛ – удосконалений і адаптований Н. Ф. Каліною варіант Самоактуалізованого тесту Е. Шострома, призначений для виявлення рівня самоактуалізації особистості, а також таких характеристик індивідуальності, які притаманні за концепцією А. Маслоу особистості, що самоактуалізується.

Опитувальник складається із 100 пунктів, які вміщують по два твердження, досліджуваний має обрати один з двох (а чи б) запропонованих варіантів.

Опитувальник виявляє прагнення особистості до самоактуалізації, містить 11 шкал, які вимірюють розвиненість окремих рис індивідуальності: «орієнтація у часі», «цінності», «погляд на природу людини», «потреба у пізнанні», «креативність», «автономність», «спонтанність», «саморозуміння», «аутосимпатія», «контактність», «гнучкість у спілкуванні». Нижче наведено коротку характеристику шкал, які використовувалися у дослідженні.

1. Шкала орієнтації в часі показує, наскільки людина живе сьогоденням, не відкладаючи своє життя «на потім», не намагаючись знайти порятунок у минулому. Високий результат характерний для осіб, які добре

розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і тепер», здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулим та не знецінюючи його очікуваннями майбутнього. Низький результат за цією шкалою показують люди, невротично заглиблені в минулі переживання, із завищеним прагненням до досягнень, підозрілі та невпевнені у собі.

2. *Шкала цінностей*. Високий бал за цією шкалою свідчить про те, що людина поділяє цінності самоактуалізації, до їх числа Абрахам Маслоу відносив такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, досягнення, справедливість, порядок, простота, природність, самодостатність. Перевага цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного буття та здорових стосунків з людьми, відмову від маніпулятивних стосунків.

3. *Погляд на природу людини*. Він може бути позитивним (висока оцінка) або негативним (низька оцінка). Ця шкала описує віру в людей, в могутність людських можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стала основа для щирих гармонійних міжособистісних стосунків, природна емпатія, довіра до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість.

4. *Потреба у пізнанні*. Високі показники характерні для особи, яка відкрита новим враженням. Ця шкала описує спроможність до миттєвого пізнання, бажання нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаний із задоволенням інших потреб, ніж пізнавальних. Таке пізнання, за визначенням А. Маслоу, ефективніше, оскільки його процес не деформується бажаннями та потягами, людина не схильна судити, оцінювати, порівнювати з суб'єктивної позиції, людина цінує те, що є.

5. *Прагнення до творчості (креативність)*. Неодмінний атрибут самоактуалізації, яку можна назвати творчим ставленням до життя.

6. *Автономність*. На думку більшості психологів, це головний критерій психічного здоров'я особи, її цілісності і повноти. Це поняття тяжіє до таких

рис, як життєвість (aliveness), самопідтримка (self – support) у Ф. Перлза, спрямованість зсередини (inner – directed) у Д. Рисмена, зрілість (ripeness) у К. Роджерса. Особа, яка автономна, незалежна і вільна, однак це не означає відчуження та самотність. У термінах Е. Фромма автономність – це позитивна «свобода для», що відрізняється від негативної «свободи від».

7. *Спонтанність*. Якість, яка обумовлюється упевненістю у собі та довірою до навколишнього світу, вона властива самоактуалізованим людям. Високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями, як свобода, природність, легкість.

8. *Саморозуміння*. Високий показник за цією шкалою свідчить про чутливість людини до своїх бажань та потреб. Такі люди вільні від психологічних захисних механізмів, вони адекватно сприймають і оцінюють себе. Показники за шкалою саморозуміння, спонтанність та аутосимпатія пов'язані між собою. Низький бал за шкалою саморозуміння властивий людям невпевненим, які орієнтуються на зовнішню оцінку на відміну від людей, які керуються внутрішньою оцінкою.

9. *Аутосимпатія*. Якість, яка є основою психічного здоров'я та цілісності особистості. Аутосимпатія, це усвідомленв «Я-концепція», що виступає джерелом адекватної самооцінки. Низькі показники за цією шкалою притаманні невротичним та тривожним людям, яким властива невпевненість у собі.

10. *Шкала контактності*. За цією шкалою вимірюється товарицькість людини, її спроможність встановлювати доброзичливі стосунки з оточуючими. Контактність розуміється як загальна схильність до взаємовигідних та приємних контактів з іншими людьми.

11. *Шкала гнучкості у спілкуванні*. Шкала виявляє наявність або відсутність соціальних стереотипів, спроможність до адекватного самовираження у спілкуванні. Високі показники свідчать про автентичну

взаємодію з оточуючими, спроможність до саморозкриття. Високі показники за цією шкалою свідчать про орієнтованість людей на особистісне спілкування без маніпулятивних тактик. Низькі показники характерні для людей ригідних, негнучких, з низькою оцінкою власної цікавості співрозмовнику.

Здатність відповідати за власні рішення нами досліджувалася за допомогою методики Г. В. Резапкіної «Рівень внутрішньої свободи», яка має три рівні: високий, середній, низький. Високий рівень внутрішньої свободи, це більше 25 балів засвідчує, що така людина менше ніж інші залежить від думки оточуючих, бо має власні стійкі переконання, цінності та орієнтири. Люди з високим рівнем внутрішньої свободи приймають на себе відповідальність за все, що відбувається у їхньому житті, пояснюючи це особливостями характеру (індивідуально-типологічними особливостями), вчинками, а не зовнішніми обставинами. Таких людей вирізняє почуття внутрішньої свободи, вони не підпадають під психологічний вплив та тиск інших людей, гостро реагують на посягання на їх свободу, активні та впевнені у собі. Зазначені якості сприяють формуванню професіонала, що є успішним у багатьох професійних сферах. Відповідальність сформована.

Середній рівень, це 15-25 балів. У людей із середнім рівнем внутрішньої свободи спостерігається потреба відповідати соціальним нормам та зразкам, що прийняті у певному оточенні, де вони перебувають. Вони можуть приймати рішення під впливом та натиском обставин та авторитетних осіб. Бажання зберегти свою індивідуальність та внутрішню незалежність перебуває у суперечностях з побоюваннями втратити схвальне ставлення значимих людей. Ситуація у якій прийшлося би виглядати «білою вороною», може спровокувати внутрішній конфлікт. Відповідальність за відносини, що складаються та обставини життя повністю не сформована.

Низький рівень менше 15 балів. Чим менше балів, тим сильніше людина залежить, тим сильніше людина залежить від зовнішніх обставин,

думки оточуючих, засобів масової інформації. Вони залюбки приймають норми, традиції, правила групи у якій опинилися. Такі люди не вбачають зв'язків між власними діями та наслідками життя, що з ними відбуваються, не вважають себе здатними контролювати їх перебіг та розвиток, вони схильні перекладати відповідальність переважно за всі події свого життя (щасливі, сумні) на інших людей, на випадковості, збіг обставин, долю тощо. Відповідальність здебільшого не сформована.

Окремо представимо авторські анкети, що спеціально були розроблені для виявлення рівня сформованості професійного самовизначення і особистісного зростання старшокласників. Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників складається з 12 пунктів, кожен пункт діагностується за допомогою сформульованих тверджень, кожне з яких відповідає певному рівню (високий, середній, низький). Наприклад, пункт анкети «Обізнаність у світі професії» має три твердження: учень вважає, що рано думати про майбутню професію, спочатку потрібно вступити до ВНЗ (це твердження оцінюється в 1 бал); учень орієнтується у професійних сферах лише близького оточення (твердження оцінюється в 2 бали); учень самостійно шукає інформацію про актуальні та нові професії (твердження оцінюється в 3 бали). Такі оцінки виставляють практичний психолог, соціальний педагог, класний керівник. За кожним пунктом анкети оцінки експертної групи сумуються і вносяться у відповідну графу. Пункти анкети розділені на три блоки, які відповідають компонентам професійного самовизначення.

Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання побудована аналогічним чином і дозволяє виявити сформованість кожного з компонентів особистісного зростання старшокласників. Наприклад, пункт анкети «Відкритість внутрішньому досвіду» має три твердження: учень не пов'язує між собою минуле, сьогодення і майбутнє (це твердження оцінюється в 1 бал); учень частково вважає, що минуле впливає на майбутнє,

а майбутнє формується у сьогоденні (твердження оцінюється в 2 бали); учень розуміє і пояснює взаємозв'язок минулого, сьогодення і майбутнього (твердження оцінюється в 3 бали).

Отже, представлені вище психолого-діагностичні методики забезпечили проведення констатувального етапу експериментального дослідження.

2.3. Результати емпіричного дослідження рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників

У розділі подано результати за діагностичними методиками дослідження, їх кількісний та якісний аналіз, порівняння та висновки щодо проведення діагностики сформованості рівнів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

Констатувальний експеримент було проведено на базі спеціалізованої школи I-III ст. № 41 ім. З.К. Слюсаренка з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району м. Києва, Академічного ліцею № 3 Обухівської міської ради Київської області, Черкаської спеціалізованої школи I-III ст. № 28 ім. Т. Г Шевченка Черкаської міської ради Черкаської області, Долинського ліцею «Інтелект» Долинської міської ради Івано-Франківської області. Загальна кількість респондентів становила 194 учні 9-11 класів (віком 15-17 років).

Досягаючи періоду старшого шкільного віку, особистість вже оволодіває певною системою знань, цінностей та правил вибору професії. Нашим завдання є визначити рівень сформованості готовності старшокласників до професійного самовизначення. Саме засвоєння знань про актуальні професії ринку праці, набуття здатності до оцінювання та самооцінювання власних можливостей та співвіднесення їх з вимогами

професії, а також здатність (звичка) планувати своє майбутнє стає підґрунтям розвитку самосвідомості старшокласників, формування їх ціннісно-сміслової сфери, створення уявної перспективи майбутньої діяльності. За час навчання в школі старшокласники намагаються набути нових ключових компетенцій, які у майбутньому будуть сприяти їх самореалізації у професійному житті. Така робота над собою спонукає старшокласників до активних дій щодо особистісного та професійного самовизначення.

Отже, керуючись активною та зацікавленою позицією старшокласники починають здійснювати самостійні вибори відносно предметів оточуючого світу, участі у подіях, прийняття рольових позицій, ставлення до інших і до себе. Самостійні вибори старшокласників зменшують вплив зовнішнього контролю, місце якого у структурі самосвідомості займає самоконтроль.

Як відомо, сучасне життя старшокласників наповнено багатим арсеналом заохочень та професійних виборів, можливостей здійснити правильний вибір, вміння обрати належну життєву стратегію, прагнення розібратися у сенсі життя, здатності побудувати плани на майбутнє.

Психодіагностичний інструментарій було обрано у відповідності до поставленої мети дослідження. Важливою діагностичною методикою є для нас експрес-методика «Готовність до саморозвитку» В. В. Павлова, методика дозволяє виявити рівень бажання старшокласників знати себе та готовність змінюватися. Результати діагностики можна побачити у таблиці (табл. 2.2).

Результати, що ми отримали за методикою засвідчують, що їх рівень готовності до саморозвитку знаходиться на середньому та трохи нижче середнього. Мета зазначеної діагностичної методики полягає у визначенні ступеня психологічної готовності учня до розвитку власних здібностей та набуття нових знань про себе. Особливо показовими щодо готовності до якісних змін є наступні твердження: «У мене часто з'являється бажання більше дізнатися про себе», «Я хочу краще та ефективніше працювати», «Я

вмію примусити себе, коли потрібно», «У будь-якій справі я не боюся невдач і помилок».

Табл. 2.2

Показники готовності до саморозвитку

№	Рівні готовності до саморозвитку	Загальна вибірка, n – 194			
		Хочу знати себе		Готовий змінюватись	
		К-ть осіб	(%)	К-ть осіб	(%)
1.	Високий рівень 6-7 балів	45 осіб	24%	64 особи	32%
2.	Середній рівень 4-5 балів	123 особи	63%	95 осіб	49%
3.	Низький рівень 1-3 бали	26 осіб	13%	35 осіб	19%

Ми помітили, що старшокласники хочуть перемін (32%), але у недостатній мірі готові до самопізнання. Високий рівень бажання розібратися у собі мають 24% старшокласників, це чверть опитаних. Ми ставимо під великий сумнів ту обставину, що якісні зміни можливі без ґрунтового самопізнання, тому нами було розроблено комплексну навчально-розвивальну програму, практико-орієнтована частина якої спрямована в тому числі і на самопізнання старшокласників. Представимо отримані показники у діаграмі (рис.).

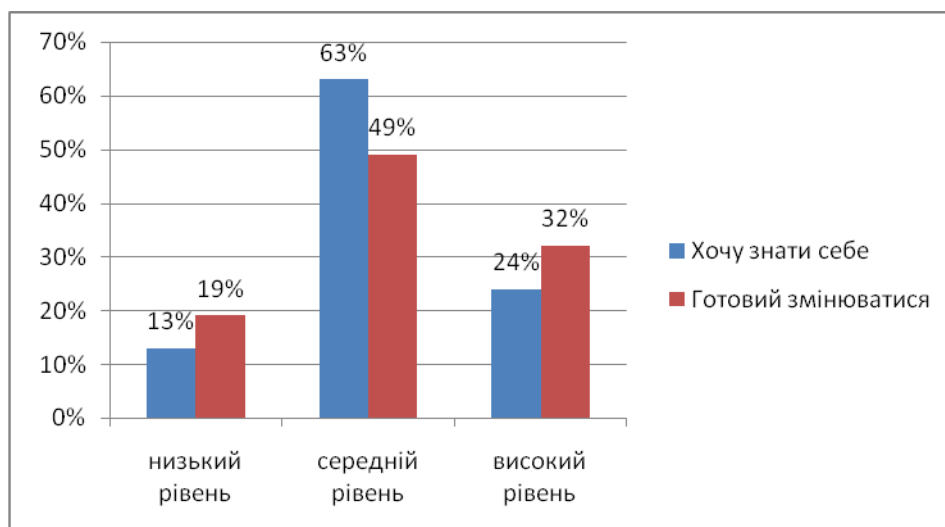


Рис. 2.1. Рівні готовності до саморозвитку старшокласників

За тестом-опитувальником суб'єктивної локалізації контролю (СЛК) обстеження показало, що більшість старшокласників вважають, що відповідальні за події та своє майбутнє на 40-45%, це показники середнього та трохи нижче середнього рівня. З результатів обстеження видно, що учні потребують спеціально організованої підтримки щодо розвитку відповідального ставлення до свого майбутнього. Нам також видно, що потрібно працювати над тим, щоб підвищити готовність до саморозвитку старшокласників та готовність брати на себе відповідальність за своє майбутнє, за події, що з ними відбуваються що, в свою чергу, буде свідчити про тенденцію до їх особистісного зростання (табл.2.3).

Таблиця 2.3

**Рівні визначення локалізації контролю за шкалами
інтернальні та екстерн альні альтернативи**

№	Показник суб'єктивної локалізації контролю	Загальна вибірка, n – 194			
		Інтернальні альтернативи		Екстернальні альтернативи	
		<i>К-ть осіб</i>	<i>%</i>	<i>К-ть осіб</i>	<i>%</i>
1.	Високий рівень	2 особи	1%	0 осіб	0%
2.	Вище середнього	24 особи	12%	19 осіб	10%
3.	Середній рівень	83 особи	43%	85 осіб	44%
4.	Нижче середнього	78 осіб	41%	83 особи	43%
5.	Низький рівень	7 осіб	3%	7 осіб	3%

Отже, ми бачимо, що рівень відповідальності старшокласників знаходиться переважно на середньому рівні (43% учнів) та нижче середнього (41% учнів). Рівень власної відповідальності вище середнього мають лише 12% учнів. Натомість значну частку відповідальності старшокласники покладають на зовнішнє оточення.

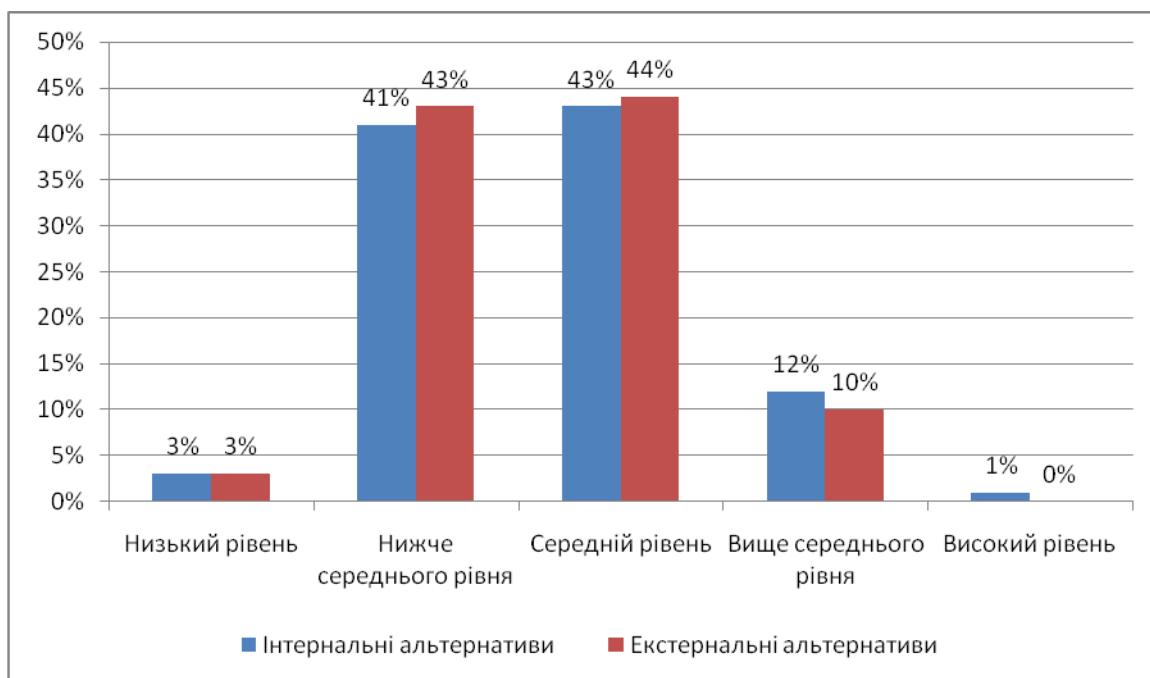


Рис. 2.2. Розподіл інтернальних та екстернальних альтернатив

Нам було цікаво проаналізувати, кого зазначили учні у якості суб'єктів впливу на їх майбутнє, для цього ми використали опитування «Коло власної відповідальності». Нижче детально представлено результати контент-аналізу у процентному співвідношенні виборів старшокласників та розподілу значень цих виборів.

Найбільшу кількість виборів отримав фактор «Батьки», майже 100% учнів зазначили вплив батьків на свій професійний вибір. Цікаво, що були такі випадки, коли учні надавали 50% відповідальності за своє майбутнє батькам, а 50% собі. У випадках, коли батькам надавалося більше ніж 50% відповідальності, власна відповідальність знижувалася приблизно до 15%.

На другому місці за кількістю виборів зазначено фактор «Школа», приблизно 55% учнів зазначили вплив школи на власне майбутнє, але за показниками він значно відрізняється від впливу батьків. Учні оцінили вплив школи, вчителів, освіти приблизно у 10% -15% від сукупності інших впливів.

Близько 50% впливу на майбутній вибір учнями відведено друзям, у порівнянні з відсотковими показниками впливу школи, значення впливу

друзів у половину більше, оцінка починається від 20%. Також значимим виявляється зовнішнє оточення, приблизно 45% учнів зазначили у своїх відповідях на його вплив. Інтенсивність впливу зовнішнього оточення вимірюється від 15% до 20%.

Останнім значимим фактором є «Щасливий випадок, везіння, інші обставини». Його зазначило майже 35% старшокласників. Числові параметри цього фактора знаходяться в межах від 5% до 15%.

Собі старшокласники у більшості надавали найвищий відсоток відповідальності від 37% до 60% та вище. Причому показник 60% зазначило 25% старшокласників. Результати представлено в таблиці (табл. 2.4).

Табл. 2.4

**Фактори, що впливають на майбутнє старшокласників за
опитуванням «Коло власної відповідальності»**

№	Фактор впливу	Загальна вибірка, n – 194		
		К-ть виборів	Показн. впливу %	Розподіл знач.-я%
1.	Батьки, родина	194	100%	10-60%
2.	Школа, рівень освіти, вчителі	107	55%	10-15%
3.	Друзі	95	50%	20-25%
4.	Зовнішнє оточення	89	45%	15-20%
5.	Випадок, обставини, везіння, доля	67	35%	5-15%
6.	Власна відповідальність	194	100%	37-60%

Отже, ми бачимо, що суб'єктивна оцінка учнями факторів відповідальності за майбутнє розділилася між учнями та батьками майже навпіл. Якщо порівнювати результати цього опитування і показників опитувальника СЛК, то стає помітним невідповідність рівнів відповідальності за шкалою «Власна зона контролю». Ми пояснюємо цей факт наступним: 1) проявами юнацького максималізму; 2) завищеним

почуттям, яке ґрунтується лише на емоційному рівні власної незалежності; 3) бажанням бути «дорослим» без урахування таких важливих складових, як відповідальне ставлення, усвідомлений вибір, саморозуміння та прийняття себе.

Рівень сформованості ціннісно-смиислового компоненту ми досліджували за допомогою тесту сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) в адаптації Д. О. Леоттьєва. Тест використовувалася з метою виявлення основних тенденцій щодо ціннісно-смиислової сфери старшокласників. Тест має загальний показник усвідомленості життя та п'ять субшкал: 1. Цілі в житті; 2. Цікавість до життя; 3. Результативність життя, або задоволення самореалізацією; 4. Я господар життя; 5. Управління життям. Результати представлено у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Показники вираження шкал сенсожиттєвих орієнтацій

№	Шкали	Загальна вибірка, n – 194					
		Рівні					
		низький		середній		високий	
		Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)
1.	Цілі в житті	47	25%	106	54%	41	21%
2.	Цікавість до життя	66	34%	98	50%	30	16%
3.	Результативність життя, задоволення самореалізацією	51	26%	118	60%	25	14%
4.	Я господар життя	56	29%	81	41%	57	30%
5.	Управління життям	51	26%	119	61%	24	13%
6.	Загальний показник усвідомленості життя	44	23%	134	68%	16	9%

Результати опитування розподілилися наступним чином, приблизно четверта частина учнів знаходиться на *низькому рівні* за всіма шкалами: цілі в

1.	Орієнтація у часі	30	16%	136	69%	28	15%
2.	Цінності	30	16%	118	60%	46	24%
3.	Погляд на природу людини (віра в людей)	40	21%	152	78%	2	1%
4.	Потреба у пізнанні	12	7%	162	82%	20	11%
5.	Креативність, творчість	4	3%	132	67%	58	30%
6.	Автономність	46	24%	118	60%	30	16%
7.	Спонтанність	82	42%	90	46%	22	12%
8.	Саморозуміння	58	31%	130	66%	6	3%
9.	Аутосимпатія	60	31%	110	56%	24	13%
10.	Контактність	24	13%	164	83%	6	4%
11.	Гнучкість у спілкуванні	6	4%	176	89%	12	7%

У своїй роботі ми спираємося на визначення таких показників як саморозуміння, автономність, аутосимпатія, цінності, погляд на природу людини та орієнтація у часі. Аналізуючи отримані дані, ми помітили, що за шкалою «Саморозуміння» учні набрали найвищий відсоток низьких балів, це свідчить, що старшокласники вкрай погано знають про свої особливості, невпевнені у собі, переважно орієнтуються на зовнішній локус контролю, вони потребують корекції та ґрунтовної роботи по підвищенню рівня саморозуміння.

На другому місці по загрозливості показників опинився фактор «Аутосимпатія», низькі показники свідчать про невротизацію, тривожність, невпевненість у собі досліджуваних. З такими показниками ми не можемо говорити про наявність позитивної «Я-концепції», звісно такі учні потребують психологічної підтримки та цілеспрямованої роботи на підвищення рівня аутосимпатії.

Розглянемо шкалу «Спонтанність», її показники також знаходяться на низькому рівні. Ця шкала діагностує упевненість у собі, довіру до

оточуючого світу. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями як свобода, природність, невимушеність. Зважаючи на те, що показник з шкалою знаходиться на низькому рівні варто звернути особливу увагу на корекційно-розвивальну роботу у напрямі підвищення показників спонтанності.

Також у нашому дослідженні аналізується шкала «Орієнтація у часі», з метою усвідомленого вибору майбутньої професії варто розуміти зв'язок минулого, сьогодення і майбутнього, а також перебувати у стані «тут і зараз» не відкладаючи першочергові актуальні задачі «на потім».

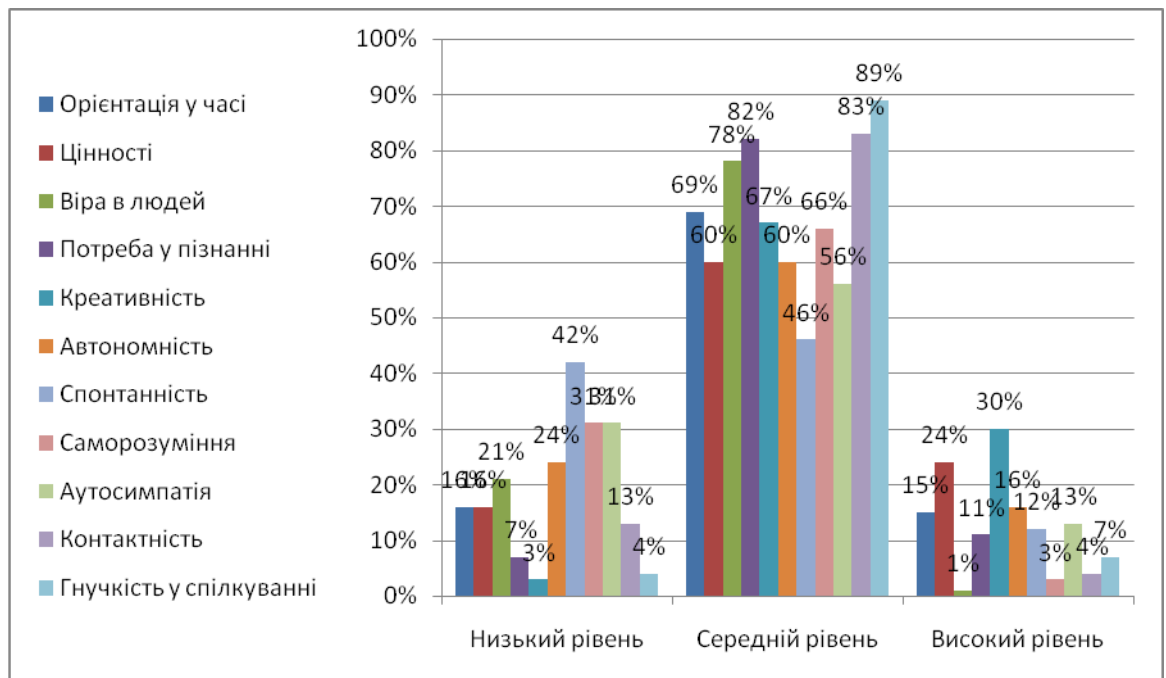


Рис. 2.4. Показники за методикою САМОАЛ

Отже, переважають показники середнього рівня сформованості самоактуалізації. За шкалами «Саморозуміння» та «Аутосимпатія» 31% учнів знаходяться на низькому рівні. За шкалою «Спонтанність» 42% старшокласників мають показники низького рівня.



Рис.2.5. Розподіл відповідального ставлення старшокласників

Відсотковий розподіл показників рівнів сформованості професійного самовизначення старшокласників за компонентами представлено на рис. 2.6.

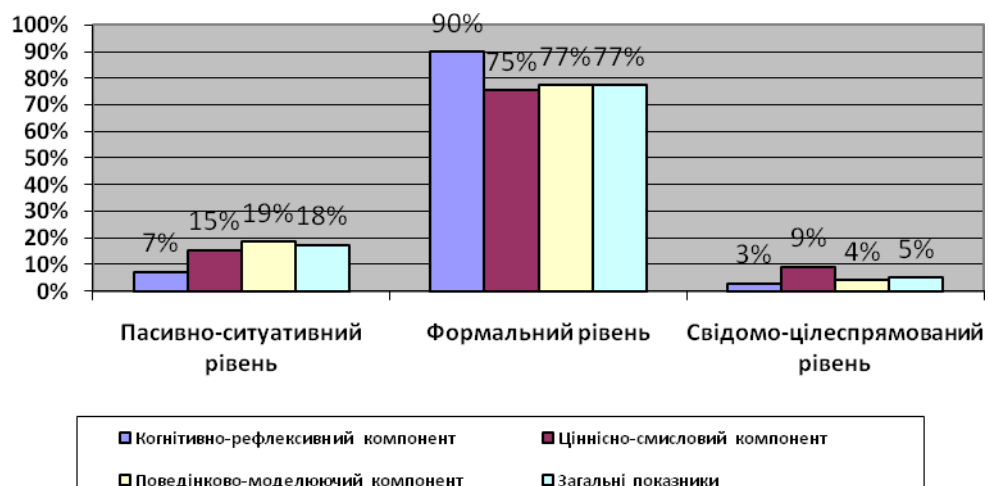


Рис. 2.6. Рівні сформованості професійного самовизначення старшокласників (констатувальний етап)

Дослідження показало, що для більшості учнів (77,32%) рівень професійного самовизначення відповідає формальному та має середні показники. Низький показник готовності до професійного самовизначення мають 17,53% старшокласників, це відповідає пасивно-ситуативному рівню, високий показник мають лише 5,15%. Отже, зважаючи на недостатній рівень готовності старшокласників до професійного самовизначення необхідна

розробка та впровадження комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників.

Відсотковий розподіл показників рівнів особистісного зростання старшокласників за компонентами представлено на рис. 2.7. Маємо зазначити, що високий рівень сформованості мають 12,37% старшокласників, середній 80,41%, низький 7,22%.

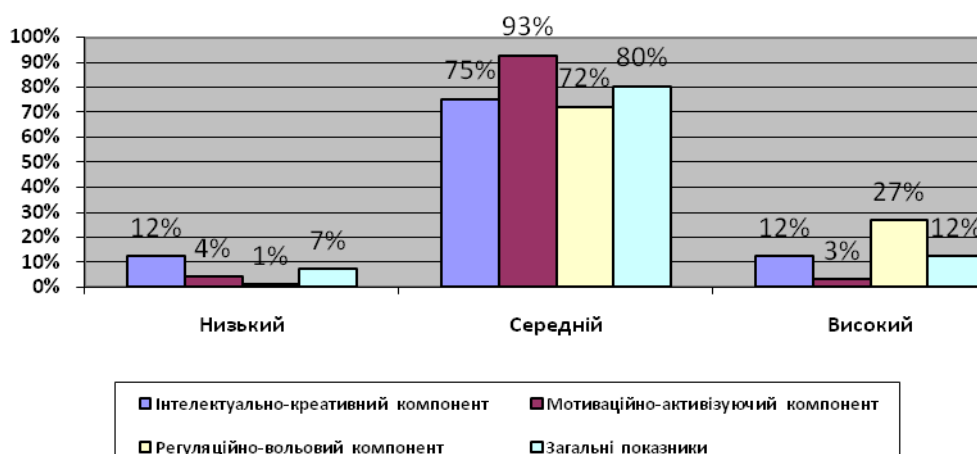


Рис. 2.7. Рівні сформованості особистісного зростання старшокласників (констатувальний етап)

Зазначимо, що переважна кількість учнів мають усереднені показники й потребують психолого-педагогічного супроводу професійного самовизначення старшокласників. З огляду на те, що лише 3,09% учнів мають свідомо-цілеспрямований рівень сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту професійного самовизначення, варто спрямувати увагу на активізацію самопізнання старшокласників. Такий вплив доцільно здійснювати через спеціально організовані профорієнтаційні заняття, на яких в учнів буде можливість детально розібратися у собі, зрозуміти власні ресурси, навчитися їх правильно використовувати у майбутній професійній діяльності.

Показники анкети виявлення рівнів сформованості структурних компонентів особистісного зростання старшокласників (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Рівнів сформованості структурних компонентів особистісного зростання старшокласників

№	Рівні сформованості структурних компонентів особистісного зростання старшокласників	Загальна вибірка, n – 194							
		Компоненти						Загальний показник	
		Інтелектуально-креативний		Мотиваційно-активізуючий		Регуляційно-вольовий			
		Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)
1.	Низький	24	12,37%	8	4,12%	2	1,03%	14	7,22%
2.	Середній	146	75,26%	180	92,78%	140	72,17%	156	80,41%
3.	Високий	24	12,37%	6	3,09%	52	26,80%	24	12,37%

Показники анкети виявлення рівнів сформованості структурних компонентів професійного самовизначення старшокласників (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Анкета виявлення рівнів сформованості структурних компонентів професійного самовизначення старшокласників

№	Рівні сформованості структурних компонентів професійного самовизначення старшокласників	Загальна вибірка, n – 194							
		Компоненти						Загальний показник	
		Когнітивно-рефлексивний компонент		Мотиваційно-ціннісний компонент		Поведінково-моделюючий компонент			
		Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)
1.	Низький (пасивно-ситуативне професійне самовизначення)	14	7,22%	30	15,46%	36	18,56%	34	17,53%
2.	Середній (формальне професійне самовизначення)	174	89,69%	146	75,26%	150	77,32%	150	77,32%
3.	Високий (свідомо-цілеспрямоване професійне)	6	3,09%	18	9,28%	8	4,12%	10	5,15%

самовизначення)									
-----------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Загальні показники рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників представлено на рисунку 2.8.

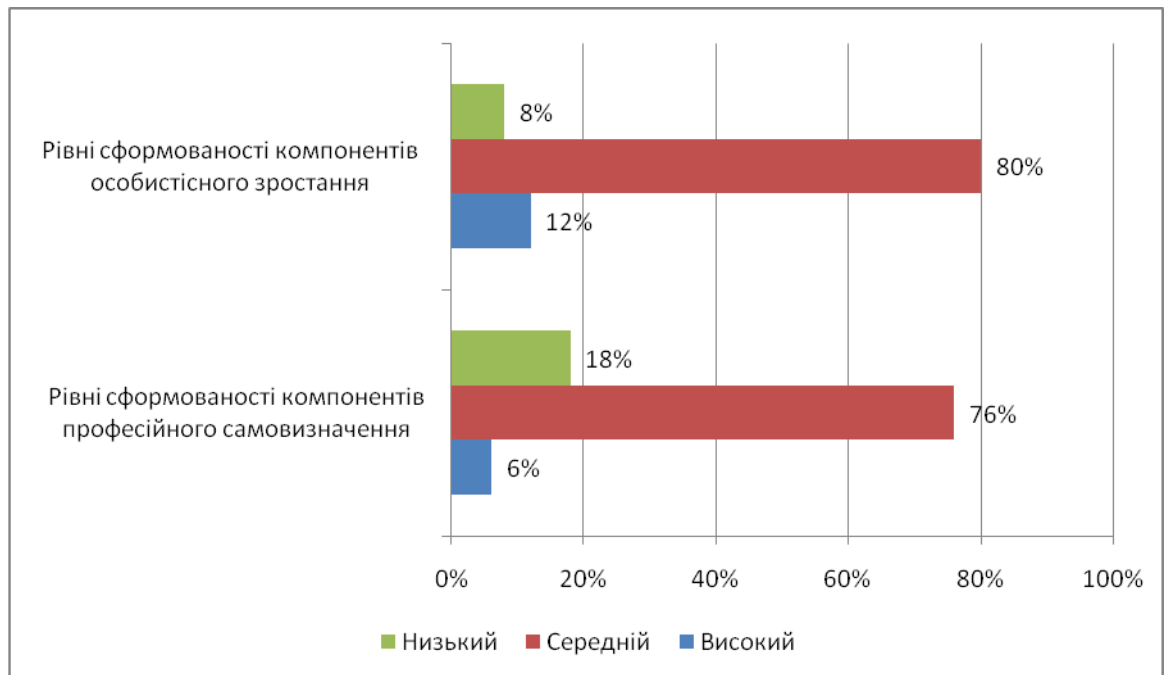


Рис. 2.8. Загальні показники рівнів сформованості професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників

Також нами було використано анкету «Мої міркування щодо професійного майбутнього». Нам було цікаво які розгорнуті відповіді старшокласники зазначать до кожного питання. На перше запитання «Чи варто в наш час чесно працювати? Чому?» переважна більшість учнів дали неоднозначну відповідь виходячи з того, що не можна бути впевненим у чесній оплаті праці з боку роботодавця.

Друге запитання стосувалося необхідності професійної освіти «Чи потрібно здобувати серйозну професійну освіту?». На це питання схвально відповіли 36% опитуваних, і головним аргументом виступає можливість подальшого кар'єрного зростання.

На запитання «Які професії сьогодні потрібні країні?» учні відповіли досить різноманітно, до названих професій належать і професії робітничої сфери (автослюсар, кондитер, візажист тощо), професії інтелектуальної сфери (розробник відео ігор, нано-технолог, біо-інженер). Також була думка, що країні не потрібні ніякі професії, бо вони не підтримуються достойною оплатою праці з боку держави.

На четверте запитання «Які б професії Ви б хотіли обрати собі. Чому?», було перераховано чимало різноманітних професій: адвокат, повар, художник, архітектор, дизайнер. Обґрунтовуючи свій вибір учні виходили з цікавості тих чи інших професій, потреби у винахідливості, неординарного підходу у праці, можливості працювати творчо, незалежно від часових меж та інших обмежень.

Про свої перспективи учні мають наступні уявлення. На запитання «Назвіть етапи до своєї професійної мрії», старшокласники називали переважно такі варіанти як школа – університет; школа – університет – стажування. Дуже мало осіб зазначали навчання у коледжі чи професійно-технічному закладі. Перевага виборів щодо вступу у вищий навчальний заклад після школи пояснюється тим, що учні ще не мають чіткого уявлення ким би вони хотіли працювати, у якій сфері робити кар'єру. Більшість учнів не мають чіткого уявлення про навчальний заклад у якому відбуватиметься їх подальше навчання.

Серед зовнішніх обставин, що можуть заважати подальшому навчанню за обраною професією учні називали: матеріальне становище сім'ї, зміни у державній системі освіти. Внутрішніх перепон виявилось набагато більше, а саме: невпевненість у собі, обмеженість знань, небажання докласти зусиль, відсутність стійкого інтересу до конкретної справи.

На питання «Риси характеру, які не сумісні з успішним професійним самовизначенням зазначено такі: байдужість, зверхність, егоїзм, злість, пихатість, агресія. Серед рис, що необхідні для успішного професійного

самовизначення учні назвали такі: наполегливість, відповідальність, бажання знайти роботу за покликанням, порядність, комунікабельність, відкритість, готовність до вибору.

Учні вважають, що вони не в повній мірі відповідальні за професійний вибір, бо сім'я та оточення відіграють визначальну роль у цьому процесі, досить часто нав'язується той вибір, що дорослим здається доцільним.

Професійні уподобання старшокласників досліджувалися за Диференціально-діагностичним опитувальником Є. О. Клімова (ДДО). Методика використовується для відбору на різні типи професій у співвідношенні з класифікацією типів професій Є. О. Клімова. За допомогою методики ДДО ми визначили спрямованість учнів на такі типи професій: «Людина – природа», «Людина – техніка», «Людина – людина», «Людина – знакова система», «Людина – художній образ». Результати виборів старшокласників представлені у таблиці 2.9.

Таблиця 2.9

Результати кількості виборів старшокласників за методикою ДДО

№	Шкали	Загальна вибірка, n – 194					
		Рівні					
		низький		середній		високий	
		Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)
1.	Людина – природа	72	37,11%	104	53,61%	18	9,28%
2.	Людина – техніка	96	49,48%	84	43,30%	14	7,22%
3.	Людина – людина	16	8,25%	124	63,92%	54	27,83%
4.	Людина – знакова система	42	21,65%	131	67,53%	21	10,82%
5.	Людина – художній образ	22	11,34%	145	74,74%	27	13,92%

Після обробки методики ми отримали такі результати: 27,83% учнів мають високий рівень схильності до професій типу людина-людина.

Середній рівень мають 63,92% старшокласників. Це професії, які пов'язані з обслуговуванням людей та спілкуванням. Вибір професій цього типу передбачає велику кількість контактів з іншими особами, спрямованість та готовність людини до спілкування.

Друге місце за кількістю виборів посідають професії типу людина-художній образ, високий показник мають 13,92% учнів, середній – 74,74% старшокласників.

Професії типу людина-знакова система знаходяться на третьому місці за вибором, високий показник мають 10,82% учнів, середній – 67,53%. На нашу думку такий вибір є актуальним у зв'язку з поширеною комп'ютеризацією та цифровізацією майже всіх сфер людського життя.

Професії типу людина-техніка на високому рівні обрали 7,22% учнів, середній рівень припадає на 43,3% старшокласників. До цього типу належать всі технічні професії.

Отже, за результатами діагностики, можна зробити висновки про переважну соціальну спрямованість учнів. Натомість низьких показників зазнали професії типу людина-техніка та людина-природа.

Поряд з диференційно-діагностичним опитувальником Є. О. Клімова нами був запропонований авторський експрес-опитувальник Н. А. Побірченко уподобань старшокласників. Він дозволяє учням додатково побачити, що їх попередній вибір підкріплюється власними відповідями на запитання опитувальника.

На запитання «Що Ви любите робити?» ті учні, які обрали професії типу людина-людина дали відповідь «Спілкуватися з друзями, знайомими, однолітками, та оточуючими». Учні, що обрали професії типу «людина-художній образ», надавали відповіді типу «Малювати, слухати музику, займатися рукоділлям, фотографувати, танцювати тощо». Учні, котрі обрали професії типу людина-знакова система, вказали на те, що їм подобається

проводити час за комп'ютером і не лише грати в ігри, а й працювати над домашнім завданням, шукати додаткову інформацію.

На запитання «Чим подобається обрана професія?», учні давали змістовні обґрунтовані відповіді «Подобається знаходити підхід до кожної людини», «Подобається вирішувати конфлікти, надавати поради», «Подобається створювати красиві речі, щось творити своїми руками» тощо.

Ми намагалися пояснити учням, що існує пряма залежність між тією справою, що їм подобається і конкретною професією, потрібно лише серйозніше поставитися до захоплення, і, можливо, воно переросте у справу життя. Також ми намагалися зосередити увагу учнів на проблемі розвитку або вдосконалення уже присутніх необхідних рис для оволодіння тією чи іншою професією.

Наступною методикою, що використовувалася у діагностиці професійних уподобань методика «Якорі кар'єри» Е. Шейна. Методика спрямована на виявлення переваг у виборі професійного шляху та побудові кар'єри, аналізувалася за 8-ма факторами, результати подано у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

Кар'єрні орієнтації старшокласників

№	Шкали	Загальна вибірка, n – 194					
		Рівні					
		низький		середній		високий	
		Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)	Кльк. ос.	(%)
1.	Професійна компетентність	20	10,31%	123	63,4%	51	26,29%
2.	Менеджмент	41	21,13%	116	59,79%	37	19,07%
3.	Автономність	10	5,15%	107	55,15%	77	39,69%
4.	Стабільність місця роботи	49	25,26%	62	31,96%	83	42,78%
5.	Стабільність місця проживання	90	46,39%	85	43,81%	19	9,79%

6.	Служіння	21	10,82%	86	44,32%	87	44,84%
7.	Виклик	42	44,68%	131	67,52%	21	10,82%
8.	Інтеграція стилів	18	9,28%	122	62,89%	54	27,83%
9.	Підприємництво	39	20,1%	124	63,92%	31	15,98%

Представимо на діаграмі високі показники кар'єрних орієнтацій старшокласників (рис. 2.9).

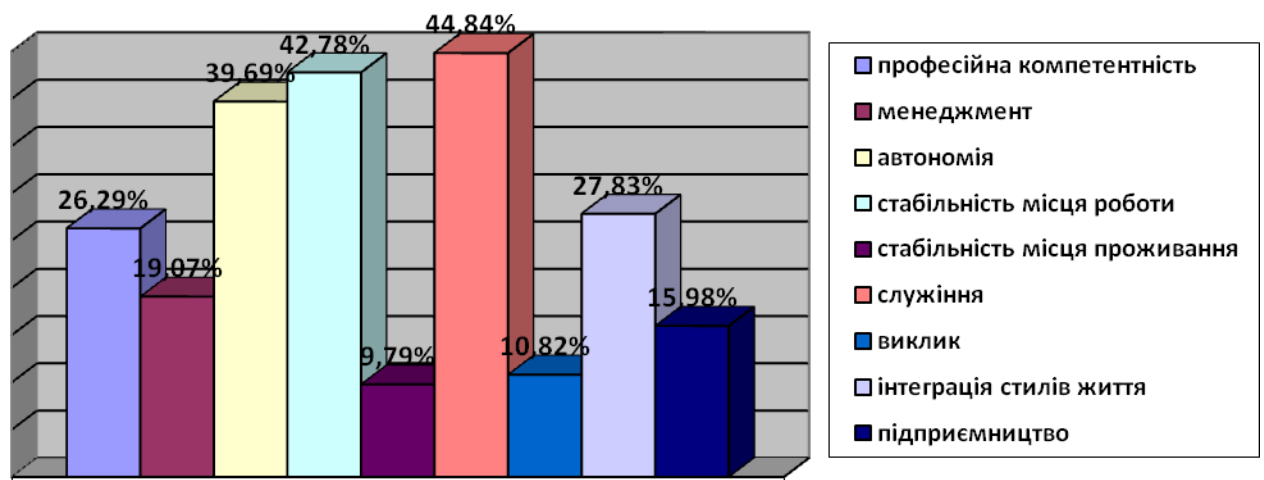


Рис. 2.9. Кар'єрні орієнтації старшокласників (високі показники)

Старшокласники виявили високі показники одразу двох або трьох факторів успішності побудови кар'єри, ці вибори склали наступні комбінації:

- служіння / професійна компетентність / інтеграція стилів життя;
- автономія / підприємництво / інтеграція стилів життя;
- стабільність місця роботи / менеджмент / професійна компетентність.

Перше місце займає фактор служіння, його обрало 44,84% старшокласників, на другому місці знаходиться фактор стабільність місця роботи (42,78%), на третьому фактор автономія (39,69%).

Стабільність місця роботи надає впевненості у професійному майбутньому, вдосконаленню своїх професійних знань та навиків та можливість кар'єрного зростання. Учні вважають, що стабільність місця роботи дає можливість з часом проявити себе, продемонструвати бажання розвиватися, а отже покращувати свої професійні показники.

Для нас дуже важливим є той факт, що у трійку лідерів потрапив фактор автономії, це свідчить про те, що учні мають намагаються розраховувати на власні сили, вирішувати свої справи самостійно, покладаючись на свої власні можливості.

Фактор виклику присутній у нестандартних способах вирішення різних питань. Сьогодні такий стиль вирішення завдань є бажаним, бо нестандартне мислення дає можливість побачити найвигідніші комбінації та варіанти подолання професійних навантажень.

Інтеграція стилів життя допомагає учням набутти таких важливих якостей, як толерантність у спілкуванні з партнерами, асертивність поведінки, багатогранність поглядів, що, у свою чергу, збагачує та розвиває особистість, а, отже, і сприяє її кар'єрному зростанню.

Підприємницькі якості притаманні не кожній особистості, але працювати над їх розвитком звичайно варто. Ці якості допоможуть в раціональній організації свого життя не лише професійного. Дуже корисно привчати учнів до поміркованого використання їх ресурсів (інтелектуального, матеріального, творчого, духовного тощо).

Спеціально для батьків була запропонована анкета «Що Вам відомо про професійне майбутнє вашої дитини?» Анкетування батьків проводилося під час батьківських зборів і виявило такі тенденції:

На перше питання анкети «*Чи є цікавим навчання Вашої дитини*» стверджувальну відповідь надали 37,5% опитуваних, зазначивши, що лише за певних умов, а саме: помірною навантаження навчальним матеріалом; цікавої подачі матеріалу, що ґрунтується на прикладах з життя; розгляду тем,

які подобаються учням та сприяють набуттю ключових життєвих компетенцій тощо. Категоричну негативну відповідь надало 28,1% опитуваних, батьки вважають, що діти перенавантажені зайвою теоретичною інформацією, яка не буде корисною у майбутньому, більше пояснень з цього приводу батьки не надали. 34,4% батьки використовували відповідь «інколи», пояснюючи це тим, що не всі предмети подобаються дітям та не будуть враховані у подальшому професійному житті (рис. 2.10). Отже, відповіді батьків щодо зацікавленості дітей у навчанні розділилися на три приблизно однакові групи.

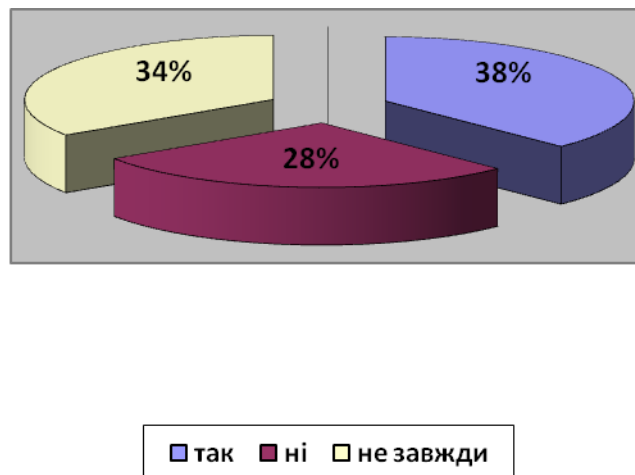


Рисунок 1.10. «Чи є цікавим навчання Вашої дитини у школі?»

На друге запитання «Що може зацікавити Вашу дитину в школі?», батьки надали такі відповіді: зрозуміле та цікаве викладання предметів; індивідуальне ставлення; інтенсивне опитування учнів; доброзичливе ставлення до учнів; підтримка та похвала учнів з боку вчителя; використання вчителем матеріалу, якого нема у підручниках; використання комп'ютерних технологій та мережевого простору; проведення дослідів; робота над проектами, що дотичні до життя чи майбутньої професії. Ці відповіді умовно

можна розділити на три групи: 1) якість викладання навчального матеріалу; 2) ставлення вчителів до учнів; 3) використання сучасних технологій та підходів.

Найчастіше батьки зазначали важливість доброзичливих, відкритих стосунків між учнями та вчителями, батьки вважають, що саме взаємодія вчителів і дітей є вирішальною у якості навчання учнів, тому батьки надали найбільшу кількість виборів саме цій групі 46,8% опитуваних. 25% опитуваних зробили акцент на необхідності урізноманітненого викладання навчального матеріалу. 18,7% вважають, що використання сучасних технологій, дослідів значно покращить зацікавленість старшокласників у навчанні. 9,3% опитаних батьків не надали ніякої відповіді (рис. 2.11).

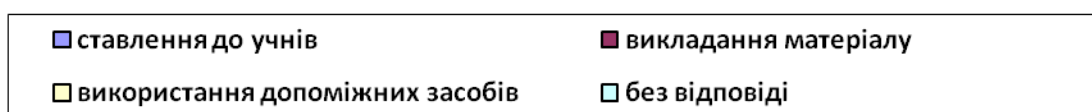
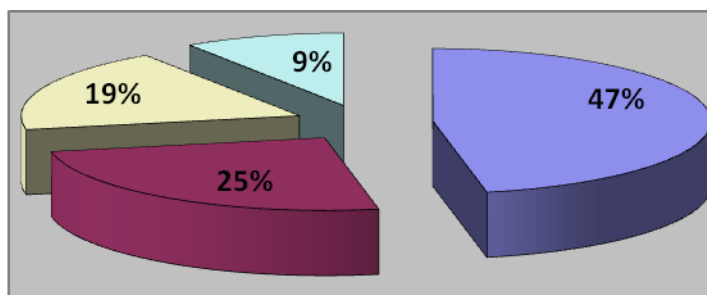


Рисунок 2.11. «Що може зацікавити Вашу дитину в школі?»

Також цікаві результати ми отримали на третє, четверте і п'яте запитання анкети «Хто Ви за професією?», «Чи розповідали про свою професію?», «Чи радили б Ви своїй дитині продовжувати вашу професію?». Серед батьків виявилися представники переважно всіх типів професій. Переважно нічого не розповідали про свою професію дітям 31,2% батьків. Діти, що знають про професії батьків всю інформацію складають 53,1%. Були

і такі варіанти, як діти не цікавляться професіями своїх батьків, це 12,5% (рис.2.12).

Також було прикро відмітити, що переважна більшість батьків не бажає того, щоб діти продовжували їх справу 75%, і лише 18,7% батьків хотіли б бачити свою дитину у власній професії, але за умови, що дитина самостійно погодиться її обрати.

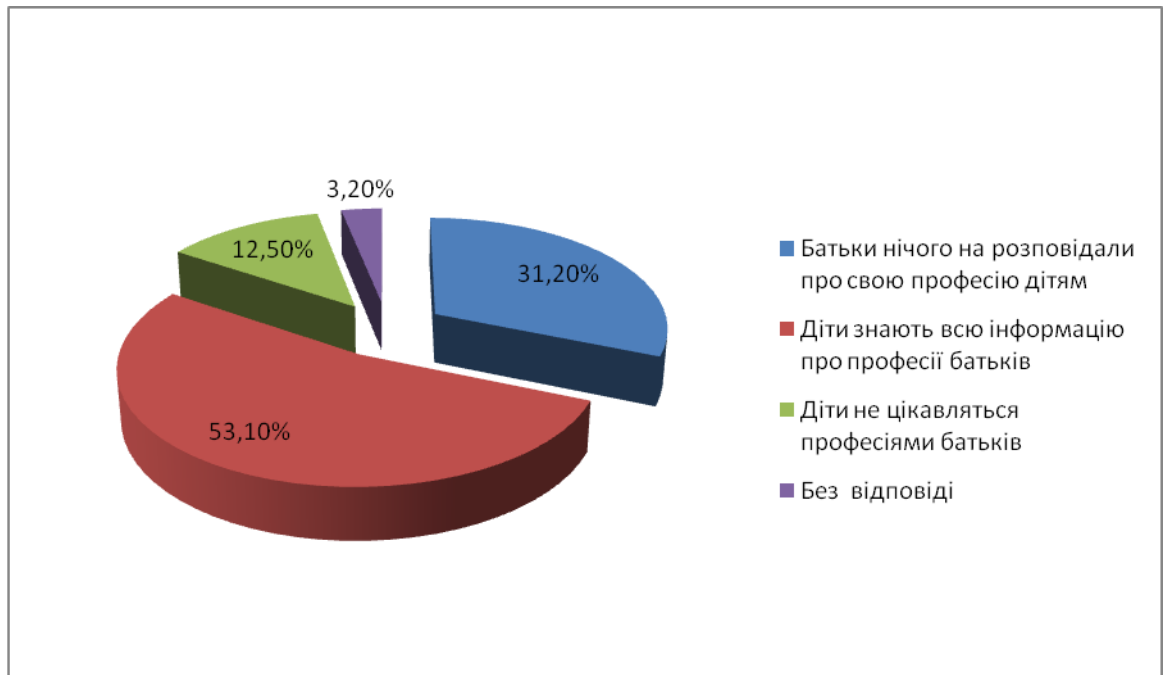


Рис. 2.12. «Чи розповідали батьки про свою професію дітям»

Більшість батьків знають до якої професії у дитини є хист, переважно це професії типу людина-людина, людина-художній образ, людина-знакова система.

На останнє запитання «Як школа може допомогти учням у професійному самовизначенні», відповіді батьків ми розділили на чотири групи (рис. 2.13). До першої групи входять відповіді, які спрямовані на якість викладання предметів у школі: якісне викладання предметів, надання знань, підготовка до ЗНО, цю групу складає 46,8%, і вона є найчисельнішою. Другу групу складають відповіді батьків (28,1%), які підтримують думку про те, що

школа є осередком набуття життєвого досвіду, ключових компетенцій, соціалізації особистості та пошуку свого місця у житті: уроки, що прив'язані до життя; школа – дорога у майбутнє; знання і життєвий досвід. І лише третю групу (18,7% батьків) складають відповіді, у яких зазначалося про важливість проведення профорієнтаційних заходів: співбесіда, діагностика, самодіагностика, проведення профорієнтаційних занять, психологічні ігри та вправи, спрямовані на професійне самовизначення.

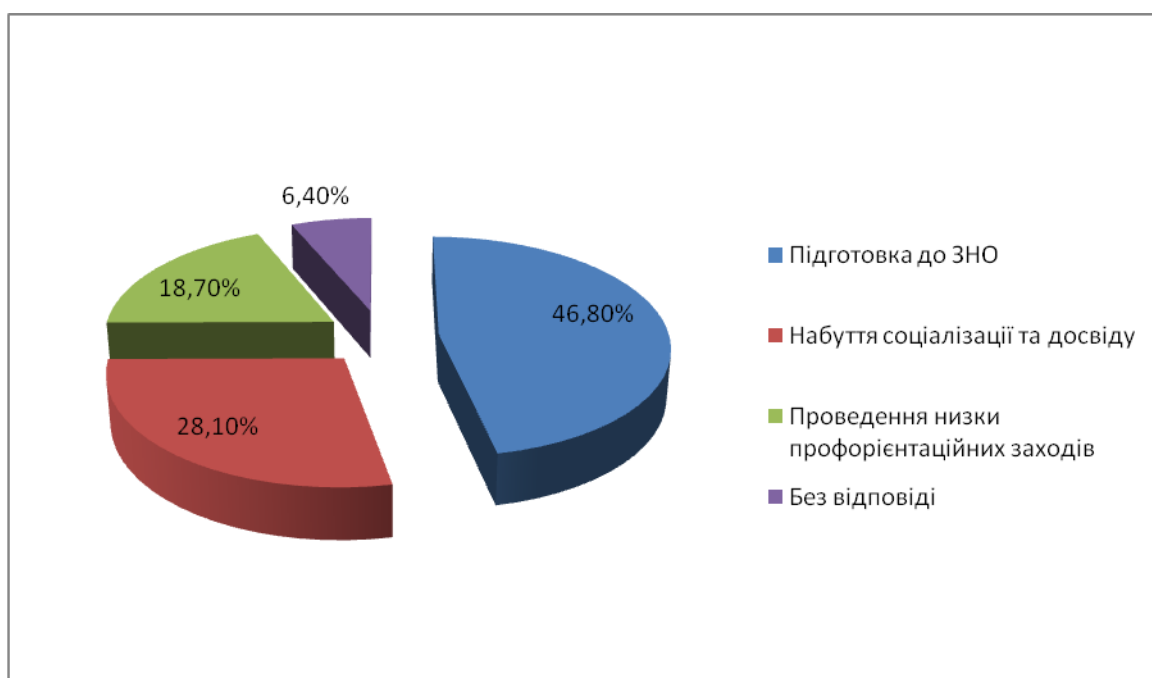


Рис. 2.13. *«Як школа може допомогти учням у професійному самовизначенні»*

Отже, ми з'ясували основні думки батьків щодо професійного самовизначення їх дітей. Більшість батьків вважає, що допомогти учням у виборі професії насамперед можна за умови організації якісного навчання, на другому місці батьки зазначили можливість учнів набувати життєвого досвіду в школі, і на третьому місці опинилася діагностична та інформаційно-консультаційна робота класного керівника, практичного психолога, соціального педагога.

2.4. Психологічні закономірності впливу професійного самовизначення на особистісне зростання

Для встановлення психологічних закономірностей впливу особливостей професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників було проведено кореляційний аналіз (табл.2.11).

Таблиця 2.11

Показники кореляційного аналізу

Шкали	Когнітивно-рефлексивний компонент	Ціннісно-смісловий компонент	Поведінково-моделюючий компонент	Загальний показник за всіма компонентами п/с
Усвідомленість цілей у житті	0,24	0,34	0,31	0,30
Цікавість до життя (процес)		0,29	0,27	0,25
Задоволеність від самореалізації (результативність)		0,27	0,28	0,26
Я господар життя		0,23		
Управління життям				
Загальний показник		0,30	0,29	0,27
Орієнтація в часі	0,34	0,37	0,28	0,34
Цінності	0,30	0,29	0,27	0,28
Віра в людей				-0,05
Потреба у пізнанні	0,29	0,37	0,34	0,35
Творчість	0,40	0,41	0,36	0,40
Автономність	0,51	0,49	0,53	0,52
Спонтанність	0,33	0,32	0,33	0,34
Саморозуміння	0,76	0,70	0,79	0,76
Аутосимпатія	0,54	0,52	0,59	0,57
Контактність	0,27	0,31	0,30	0,31
Гнучкість у спілкуванні	0,42	0,40	0,38	0,41
Рівень внутрішньої свободи		0,23		
Інтелектуально-творчий компонент	0,69	0,69	0,71	0,72
Мотиваційно-активізуючий компонент	0,32	0,43	0,42	0,41
Регуляційно-вольовий компонент	0,41	0,45	0,45	0,47
Загальний показник за компонентами о/з	0,56	0,61	0,62	0,63

За результатами кореляційного аналізу видно, що загальний показник професійного самовизначення має виражений позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з загальним показником особистісного зростання ($r=0,63$; $p \leq 0,01$), зокрема з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання ($r=0,72$; $p \leq 0,01$), а також з саморозумінням ($r=0,76$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що обираючи професію старшокласники краще виявляють та усвідомлюють свої особливості, вільні від психологічних захистів, чутливі до своїх потреб та адекватно приймають себе. На *помірному* рівні спостерігається кореляція загального показника професійного самовизначення з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання ($r=0,47$; $p \leq 0,01$), з аутосимпатією ($r=0,57$; $p \leq 0,01$); автономністю ($r=0,52$; $p \leq 0,01$); мотиваційно-активізуючим компонентом особистісного зростання ($r=0,41$; $p \leq 0,01$); гнучкістю у спілкуванні ($r=0,41$; $p \leq 0,01$); творчістю ($r=0,40$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про вплив професійного самовизначення на свідому регуляцію поведінки старшокласників через позитивну «Я-концепцію», що забезпечує адекватну самооцінку особистості та позитивну, осмислену, відповідальну свободу. *Незначні* кореляційні зв'язки загального показника професійного самовизначення з потребою у пізнанні ($r=0,35$; $p \leq 0,01$); орієнтацією в часі та спонтанністю ($r=0,34$; $p \leq 0,01$).

Когнітивно-рефлексивний компонент професійного самовизначення має високий позитивний кореляційний зв'язок з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання ($r=0,69$; $p \leq 0,01$); з саморозумінням ($r=0,76$; $p \leq 0,01$). На *помірному* рівні спостерігається кореляція з загальним показником особистісного зростання ($r=0,56$; $p \leq 0,01$); з аутосимпатією ($r=0,54$; $p \leq 0,01$); автономією ($r=0,51$; $p \leq 0,01$); регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання ($r=0,41$; $p \leq 0,01$); з гнучкістю у спілкуванні ($r=0,42$; $p \leq 0,01$); творчістю ($r=0,40$; $p \leq 0,01$). *Незначні*

кореляційні зв'язки когнітивно-рефлексивного компонента існують з орієнтацією в часі ($r=0,34$; $p \leq 0,01$); спонтанністю ($r=0,33$; $p \leq 0,01$).

Ціннісно-смысловий компонент професійного самовизначення має позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання ($r=0,69$; $p \leq 0,01$); з загальним показником особистісного зростання ($r=0,61$; $p \leq 0,01$); з саморозумінням ($r=0,70$; $p \leq 0,01$). На *помірному* рівні спостерігається кореляція з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання ($r=0,45$; $p \leq 0,01$), аутосимпатією ($r=0,52$; $p \leq 0,01$); автономністю ($r=0,49$; $p \leq 0,01$); мотиваційно-активізуючим компонентом ($r=0,43$; $p \leq 0,01$); творчістю ($r=0,41$; $p \leq 0,01$); гнучкістю у спілкуванні ($r=0,40$; $p \leq 0,01$). *Незначні* кореляційні зв'язки існують з потребою у пізнанні та орієнтацією в часі ($r=0,37$; $p \leq 0,01$); усвідомленістю цілей в житті ($r=0,34$; $p \leq 0,01$).

Поведінково-моделюючий компонент професійного самовизначення має позитивний кореляційний зв'язок на рівні *психологічних закономірностей* з інтелектуально-креативним компонентом особистісного зростання ($r=0,71$; $p \leq 0,01$); з загальним показником особистісного зростання ($r=0,62$; $p \leq 0,01$); з саморозумінням ($r=0,79$; $p \leq 0,01$). На *помірному* рівні спостерігається кореляція з регуляційно-вольовим компонентом особистісного зростання ($r=0,45$; $p \leq 0,01$), з аутосимпатією ($r=0,59$; $p \leq 0,01$); автономністю ($r=0,53$; $p \leq 0,01$); мотиваційно-активізуючим компонентом ($r=0,42$; $p \leq 0,01$). *Незначні* кореляційні зв'язки існують з гнучкістю у спілкуванні ($r=0,38$; $p \leq 0,01$); творчістю ($r=0,36$; $p \leq 0,01$); потребою у пізнанні ($r=0,34$; $p \leq 0,01$); спонтанністю ($r=0,33$; $p \leq 0,01$).

Отже, професійне самовизначення є чинником особистісного зростання що вказують кореляційні зв'язки загальних показників професійного самовизначення й особистісного зростання, а також виражені кореляції між структурними компонентами цих процесів. Спостерігається виражений

позитивний кореляційний зв'язок професійного самовизначення з показником особистісного зростання – саморозуміння ($r=0,76$; $p \leq 0,01$).

На основі статистичного аналізу даних було визначено наступні психологічні закономірності:

1. Чим вищий рівень здатності старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим вищий рівень їх особистісного зростання ($r=0,63$; $p \leq 0,01$). Чим менше виражена здатність старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим нижче рівень їх особистісного зростання.

2. Не існує статистично достовірного зв'язку між професійним спрямуванням старшокласників і їх особистісним зростанням. Тобто, будь-яка професійна спрямованість може супроводжуватися наявністю особистісного зростання, так і його відсутністю.

3. Дослідження показало, що у сучасних старшокласників у процесі особистісного зростання привалює регулятивно-вольовий компонент, а саме здатність до самостійного вибору. Це означає, що учні начебто самостійні у здійсненні життєвих виборів. Проте, якість їх самостійних виборів, важливих рішень не підкріплюється достатньою усвідомленістю та ціннісним ставленням, а керується переважно бажанням бути автономними.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Емпірична модель вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення і особистісного зростання старшокласників професійне самовизначення старшокласників представлено як процес, що включений у контекст особистісного зростання старшокласників. Рівень сформованості професійного самовизначення старшокласників визначається у відповідності до дихотомічних показників за усіма компонентами: когнітивно-рефлексивного (знання себе – незнання себе; позитивне самоствавлення –

негативне самоствалення; зацікавленість у професійному виборі – незацікавленість у виборі); поведінково-смиислового компонента (цінність праці – знецінення праці; цінність якісних змін – ігнорування якісних змін; цінність досягнень – знецінення досягнень); поведінково-моделюючого компонента (власні професійні уподобання – нав'язані професійні уподобання; побудова кар'єри – відсутність кар'єрних стратегій; свідомий вибір – випадковий вибір).

Програма та методичний інструментарій емпіричного дослідження складається з комплексу психодіагностичних методик, що вимірюють рівень розвитку компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання старшокласників. Комплекс психодіагностичного інструментарію складається з профорієнтаційних методик та методик, що діагностують готовність до саморозвитку, визначають рівень суб'єктивного контролю та сенсожиттєві орієнтації старшокласників.

Для діагностування рівнів сформованості компонентів професійного самовизначення і особистісного зростання старшокласників розроблено авторські анкети, твердження яких забезпечують можливість інтегрування їх показників розвитку окремих проявів у загальний показник.

За результатами емпіричного дослідження, було виявлено недостатній рівень сформованості всіх компонентів професійного самовизначення старшокласників. Встановлено, що переважна кількість учнів має середній та низький рівень їх сформованості, що відповідає формальному та пасивно-ситуативному професійному самовизначенню. Також визначено низький та середній рівень сформованості компонентів особистісного зростання старшокласників.

Аналіз емпіричних даних довів, що учні старших класів недостатньо підготовлені до професійного самовизначення. Зокрема, 3,09% учнів мають свідомо-цілеспрямований рівень сформованості когнітивно-рефлексивного

компоненту професійного самовизначення. Тому варто спрямувати увагу на активізацію самопізнання старшокласників.

Серед факторів, що впливають на професійне самовизначення з'ясовано: думка більшості батьків, які вважають, що сприяти учням у виборі професії можна за наступних умов: 1) організації якісного навчання та підготовки до ЗНО; 2) набувати життєвий досвід в школі; 3) проведення профдіагностики та інформаційно-консультативної роботи класним керівником, практичним психологом, соціальним педагогом. Опитування учнів показало, що серед значимих факторів впливу на професійне самовизначення є: 1) батьки; 2) школа; 3) друзі; 4) зовнішнє оточення; 5) щасливий випадок.

На основі кореляційного встановлено психологічні закономірності впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання, а саме: 1. Чим вищий рівень здатності старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим вищий рівень їх особистісного зростання. Чим менше виражена здатність старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим нижче їх рівень особистісного зростання. 2. Не існує статистично достовірного зв'язку між професійним спрямуванням старшокласників (людина-природа, людина-техніка, людина-знак, людина-людина, людина-знакова система, людина-художній образ) та їх особистісним зростанням. 3. У сучасних старшокласників у процесі особистісного зростання привалює регулятивно-вольовий компонент. Проте, якість самостійних виборів та рішень старшокласників не підкріплюється достатньою усвідомленістю та ціннісним ставленням.

Отже, недостатній рівень готовності учнів старших класів до професійного самовизначення зумовив розробити комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОГО ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ЧИННИКА ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

У третьому розділі визначено психологічні умови активізації процесу професійного самовизначення як чинника особистісного зростання; розроблено та обґрунтовано комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників; обґрунтовано й описано формувальний експеримент; проаналізовано результати ефективності впровадження комплексної навчально-розвивальної програми на етапі формувального експерименту; розроблено та представлено методичні рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників щодо впровадження комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення у ЗЗСО.

3.1. Модель розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників

У попередніх розділах було встановлено, що професійне самовизначення старшокласників є чинником особистісного зростання. Основою формувального експерименту, є спеціально організована робота щодо створення умов професійного самовизначення. Відповідно до мети і завдань наукового дослідження розроблено теоретичну модель та психолого-педагогічну технологію оптимізації та активізації процесу професійного самовизначення старшокласників. Нами визначено критерії оцінювання отриманих результатів, проаналізовано результати проведеного психолого-педагогічного експерименту (основою якого виступав особистісно-орієнтований підхід, що мав розвивальний характер) й обґрунтовано достовірність самих результатів.

На третьому формувальному етапі дослідження було проведено психолого-педагогічний експеримент, основним завданням якого стала активізація процесу професійного самовизначення, а саме: розвиток вмінь самопізнання та самоаналізу старшокласників, формування професійно важливих цінностей та створення образу професійного «Я», це сприятиме підвищенню їх рівня особистісного зростання.

Метою формувального етапу дослідження визначено *впровадження в практику комплексної навчально-розвивальної програми* цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, профорієнтаційного портфолію, організації профорієнтаційного простору. У завданнях окреслено організацію процесу професійного самовизначення старшокласників, який сприяв їх особистісному зростанню та експериментальній перевірці розробленої моделі.

Завданнями формувального етапу дослідження визначено:

- 1) розробка змісту профорієнтаційного простору сприяння цілеспрямованому професійному самовизначенню старшокласників;
- 2) організація цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників: а) оволодіння навиками самопізнання, самоаналізу; б) розвиток професійно-ціннісних орієнтацій особистості у процесі проходження комплексної програми; в) моделювання образу професійного «Я» через використання профорієнтаційного портфолію;
- 3) експериментальна перевірка ефективності комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників;
- 4) розробка методичних рекомендацій для практичних психологів, соціальних педагогів та вчителів щодо використання профорієнтаційного простору з метою цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника їх особистісного зростання.

Зазначені завдання формувального етапу дослідження обумовили наступний алгоритм реалізації цього етапу, а саме: 1. Вибір навчальних закладів для проведення формувального експерименту, добір напрямів цілеспрямованого психологічного навчання на основі результатів констатувального етапу дослідження. 2. Розробка комплексної програми. 3. Формування експериментальних і контрольних груп. 4. Створення в експериментальних групах профорієнтаційного простору. 5. Психодіагностика досліджуваних учасників експериментальних та контрольних груп до і після закінчення експериментального впливу з метою оцінки ефективності обраних методів. 6. Обробка, аналіз та інтерпретація одержаних даних. 7. Розробка методичних рекомендацій для шкільних психологів, соціальних педагогів, вчителів щодо методів цілеспрямованого професійного самовизначення.

З огляду на мету та завдання дослідження нами обрано наступні дослідницькі методи: t-критерій Стьюдента; методи комп'ютерної обробки експериментальних даних (програма SPSS 17).

Професійне самовизначення старшокласників – це спеціально організований процес, ефективність якого визначається особливостями організації профорієнтаційної роботи у закладі. Важливим аспектом є не кількість проведених профорієнтаційних заходів, а їх якість.

Психолого-педагогічна модель активізації процесу професійного самовизначення старшокласників (рис. 3.1) *оптимізує* цей процес під час роботи з комплексною навчально-розвивальною програмою, ведення файлів профорієнтаційного портфолію, *базується* на фундаментальних наукових знаннях, *передбачає* нові наукові підходи до організації цього процесу, *враховує* психолого-педагогічні умови розвитку особистості, *забезпечує* тенденцію до особистісного зростання старшокласників, *сприяє* якісним змінам показників та критеріїв процесу професійного самовизначення старшокласників.

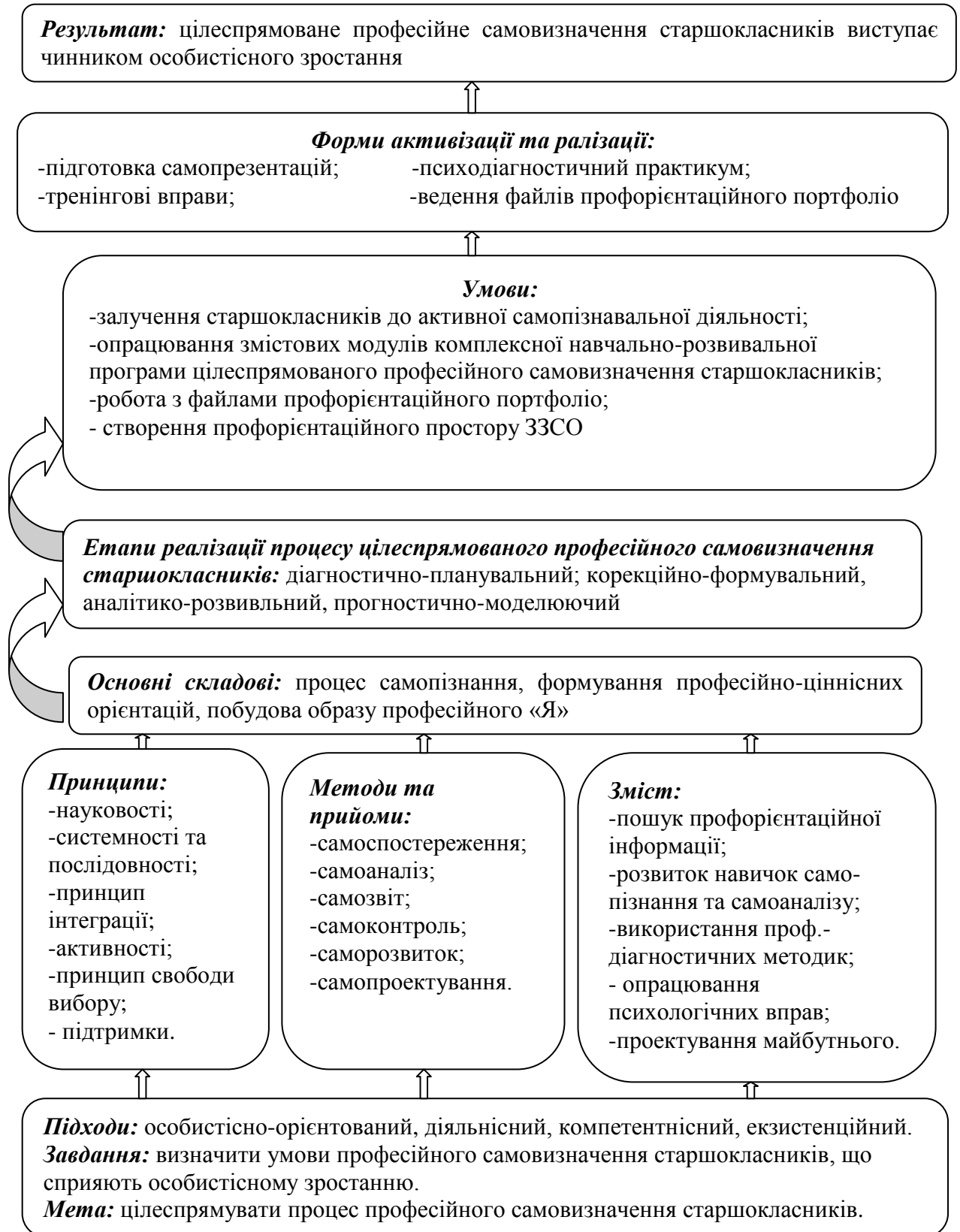


Рис. 3.1. Психолого-педагогічна модель розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників

Процес професійного самовизначення старшокласників супроводжувався спеціально організованою підтримкою у вигляді профорієнтаційних занять, що включені до комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення та практикум до неї, а також додаткові профорієнтаційні заходи, спрямовані на роботу зі старшокласниками, їх батьками та педагогічними працівниками, що впливають на особистісне зростання старшокласників.

Коротко зупинимося на розкритті зазначених принципів розвитку та активізації цілеспрямованого професійного самовизначення як чинника особистісного зростання. Принципи науковості – принцип, який передбачає використання для учнів науково обґрунтованої інформації, яка розкриває причинно-наслідкові зв'язки явищ та подій, що розглядаються.

Принцип системності та послідовності забезпечує систематичність роботи та послідовне накопичення інформації, компетенцій та практичних навиків старшокласників щодо професійного самовизначення.

Принцип інтеграції сприяє поєднанню компонентів профорієнтації з метою підвищення ефективності професійного самовизначення старшокласників.

Принцип активності допомагає зайняти суб'єктну позицію у виборі професії, бути активним щодо самопізнавальної позиції та включення в процес професійного самовизначення.

Принцип свободи вибору забезпечує старшокласникам свідоме прийняття рішення та відповідальності за вибір професійного шляху.

Принцип підтримки забезпечує психолого-педагогічний супровід старшокласників у виборі майбутньої професії.

Отже, визначені принципи відповідають сучасним потребам вибору професії та забезпечують ефективність проходження цього процесу.

Методи та прийоми, що рекомендовано застосовувати у цілеспрямованому професійному самовизначення наступні: самоспостереження, самоаналіз, самозвіт, самоконтроль, саморозвиток, самопректування. Їх зміст детально розкрито у теоретичному розділі дисертаційного дослідження.

Щодо змісту розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення, то він складається з пошуку профорієнтаційної інформації з різних джерел та навчальних платформ. Значен місце займає розвиток навичок самопізнання та самоаналізу. Уміння використовувати учнями профдіагностичних методик. Бажання активно працювати з кейсом психологічних вправ, створювати модель професійного майбутнього.

Зазначимо психологічні умови цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, вони розподіляються дві групи, це внутрішні та зовнішні умови. До внутрішніх умов належить розвиток всіх структурних компонентів професійного самовизначення старшокласників. До зовнішніх: створення профорієнтаційного простору, психолого-педагогічний супровід старшокласників у процесі професійного самовизначення, налагодження суб'єкт-суб'єктних стосунків між практичним психологом та учнями, підтримка батьків. Активізація та оптимізація процесу професійного самовизначення старшокласників відбувається за рахунок залучення старшокласників до активної самопізнавальної діяльності, опрацювання змістових модулів комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення, роботи з файлами профорієнтаційного портфоліо, створення профорієнтаційного простору в закладах загальної середньої освіти.

Отже, психолого-педагогічна модель розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників виступає орієнтиром у виборі підходів, принципів, методів, змісту, етапів, умов, форм активізації та

реалізації процесу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що сприяє їх особистісному зростанню.

3.2. Комплексна навчально-розвивальна програма активізації процесу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання

На підставі аналізу результатів констатувального експерименту було розроблено комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників. Мета програми полягає у створенні профорієнтаційного простору для цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання.

Комплексна навчально-розвивальна програма забезпечує проходження діагностико-планувального, корекційно-розвивального, аналітико-формульовального та прогностично-моделюючого етапів професійного самовизначення старшокласників. Це сприяє отриманню запланованого результату сформованості навичок, компетенцій вибору професії, досягненню цілей через усвідомлення старшокласниками ресурсних сторін, виявленню потенційних можливостей у професійному самовизначенні, опрацюванню алгоритму професійного самовизначення, аналізу та самоаналізу результатів психодіагностичного обстеження, моделюванню професійного шляху, розробці стратегії входження у професію та проектуванню подальшого кар'єрного зростання.

Професійне самовизначення старшокласників відбувається внаслідок використання спеціальних методів активізації та оптимізації цього процесу, що забезпечує його цілеспрямованість та ефективність, що породжує тенденцію до особистісного зростання учнів.

Ми від слідкували, що процес професійного самовизначення відбувається формально.Формування профорієнтаційного простору у якому

процес професійного самовизначення набуває цілеспрямованості, проходить ефективно його результати усвідомлюються старшокласниками.

Комплексна програма активізації процесу цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників сприяє не лише усвідомленому вибору професії, а й активізації механізмів особистісного зростання. У процесі роботи старшокласники завдяки самопізнанню знайомляться із прийомами саморефлексії, проходять початкові етапи самоаналізу, бази проектування власного професійного майбутнього, працюють над створенням образу професійного «Я».

Зміст комплексної програми передбачає опрацювання десяти тем: «Феномен людини», «Успішна діяльність», «Планування діяльності», «Відповідальність», «Саморозвиток», «Вміння працювати в команді», «Творчість у праці», «Досвід у праці людини», «Вміння керувати собою», «Ключові сфери впливу». Запропоновані теми насичені не лише теоретичним змістом, а й мають практичну складову, це завдання, а також психодіагностичних блоків, використання якого дає змогу старшокласникам не лише ознайомитися з новою інформацією, а й стати невід'ємною частиною власного зростання через відслідковування тих змін, що сталися та усвідомлення необхідності працювати над власним саморозвитком.

Ми можемо зазначити, що тематика занять підібрана таким чином, щоб старшокласники мали змогу самотужки відслідковувати динаміку змін, що відбуватимуться з їх особистістю упродовж проходження курсу. Порівняння має здійснюватися не з кимось іншим (кращим або гіршим), а обов'язково з кожним конкретним учасником. Так помітивши невеликі зміни у собі, старшокласники усвідомлюють силу та значення власної особистості. Відкривається віра у потенційні можливості, народжується впевненість у власних силах, унікальності та з'являється бажання випробувати надалі свої можливості. При підтримці ситуації успіху, бажання трансформується у

потребу не лише самовдосконалюватися, а й надати допомогу іншому у подоланні власних комплексів, бар'єрів, вагань.

Підсилення суб'єктної сторони особистості старшокласників природно та гармонійно поєднується з юнацьким максималізмом, що також може слугувати поштовхом до прийняття рішення працювати над собою. Тенденція сучасного світу, його професійно-ділова сфера вимагає від молодого покоління максимального залучення у роботу всіх власних ресурсів, виявлення і використання сильних сторін особистості дасть змогу зекономити власні сили на досягнення певної мети, а також час і гроші. Навики самопізнання дозволять виявити свої пріоритети та правильно розставити акценти досягнення, обрати певний напрямок розвитку, раціонально використати власні сили та внутрішні резерви, усвідомити цінність часу та його плинність.

Сьогодні вимагає від особистості ініціативності, мобільності, почуття відповідальності, вміння продукувати ідеї, здатності до саморозвитку та безперервного самовдосконалення. Період навчання у школі є сприятливим для набуття необхідних знань, навиків, формування досвіду, цінностей, стратегій поведінки.

Проблема професійного самовизначення завжди є актуальною і потребує розв'язання для кожної особистості індивідуально. Життєвий та професійний успіх залежить не від того яку професію обере людина, а від того як людина буде вибудовувати свої професійні стосунки, вести діяльність, реагувати на зовнішні впливи тощо.

Представлена нами комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників складається з 20 тем, які об'єднанні у 10 змістових модулів. Кожна тема має теоретичну частину, яка у компактній формі розкриває суть зазначеного питання. Практичний блок наповнений психологічними методиками для самодіагностики, тренінговими вправами та різними завданнями.

Прогностичний блок, що спрямований на перспективу вміщує в себе вправи з візуалізації, проектування, моделювання професійного майбутнього особистості. Опрацювання кожної теми займає приблизно 2 години, за цей час старшокласники набувають навиків самопізнання, відбувається саморозвиток та самовдосконалення особистості, а також цілеспрямоване професійне самовизначення та особистісне зростання старшокласників. Особливої уваги заслуговують сучасні психологічні інструменти саморозвитку особистості, які використовуються у процесі роботи з модулями програми, це визначення цілей у відповідності до SMART-вимог; використання коучингових запитань для активізації внутрішніх ресурсів особистості; SWOT-аналіз власної діяльності тощо. У процесі роботи з модулями комплексної навчально-розвивальної програми «Цілеспрямоване професійне самовизначення та особистісне зростання» у старшокласників напрацьовуються файли до власного профорієнтаційного портфолію.

Створюючи модулі програми, ми намагалися подавати інформацію таким чином, щоб зберегти пропорцію – 30% теоретичних та 70% практичних годин. Такий розподіл сприяє набуттю практичних навиків, опрацюванню отриманої інформації, виявленню власних особливостей та унікальностей в особистісному плані та майбутній професії.

На представленій діаграмі у відсоткових показниках розподілу годин видно, що практичний та прогностичний блоки значно перевищують теоретичний блок, а саме теоретичний блок містить 36% год.; практичний блок – 45% год.; прогностичний блок – 19% год.



Рис. 3.2. Відсотковий розподіл форм роботи за змістовими блоками комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників

У самому теоретичному блоці є розділи, які належать до інтерактивних форм опрацювання матеріалу, це діалогічне спілкування та аналіз ситуацій.

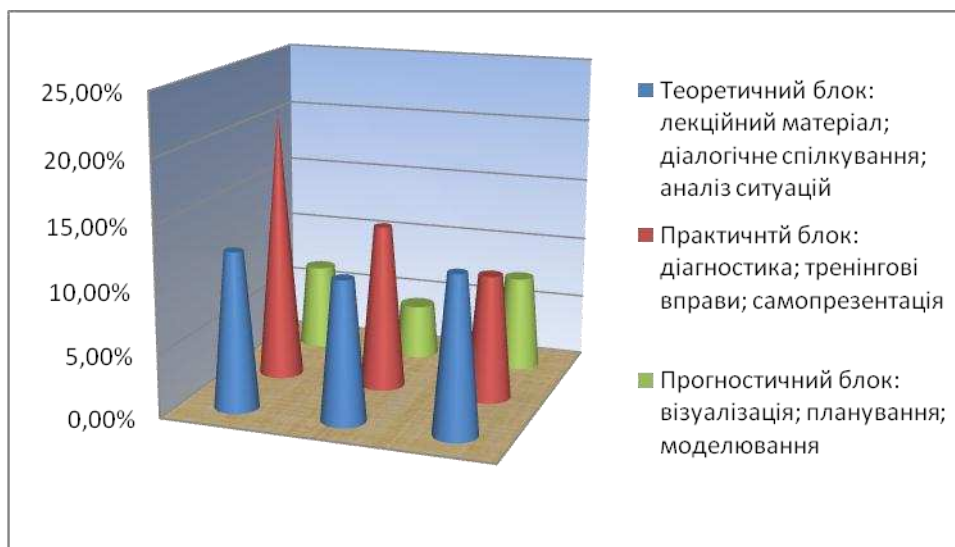


Рис. 3.3. Комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісне

Комплексна навчально-розвивальна програма сформована таким чином, що забезпечує проходження етапів цілеспрямованого професійного

самовизначення старшокласників, а саме: діагностико-планувального, корекційно-формульовального, аналітико-розвивального та прогностично-моделюючого (табл. 3.1).

Таблиця 3.1.

**Етапи цілеспрямованого професійного самовизначення
старшокласників**

<i>Етапи, мета</i>	<i>Завдання</i>
<p>I – діагностико-планувальний етап</p> <p><i>Мета:</i> закласти механізми самопізнання та самовизначення старшокласників</p>	<p>Усвідомлення старшокласниками власної унікальності, виявлення потенційних можливостей у професійному самовизначенні</p> <p>Забезпечення методиками для діагностики та самодіагностики учнів</p>
<p>II – корекційно-формульовальний етап</p> <p><i>Мета:</i> сформулювати професійно важливі цінності та смисли.</p>	<p>Розробка та апробація занять, що сприяють професійному самовизначенню старшокласників</p> <p>Складання алгоритму професійного самовизначення</p>
<p>III – аналітико-розвивальний етап</p> <p><i>Мета:</i> закласти підвалини самореалізації старшокласників</p>	<p>Аналіз результатів діагностичного обстеження</p> <p>Оформлення висновків</p> <p>Надання рекомендацій</p>
<p>IV – прогностично-моделюючий етап</p> <p><i>Мета:</i> створити</p>	<p>Розробка стратегії входження у професію</p> <p>Моделювання професійного шляху</p> <p>Проектування подальшого кар'єрного зростання</p>

Мета комплексної авральнo-розвивальнoї програми полягає у створенні профорієнтаційного простору для цілеспрямованого самовизначення старшокласників, що є чинником їх особистісного зростання.

Особливістю програми є, не розгляд з усіма учнями однакових професій, а працювати індивідуально, аналізувати лише ті професії, до яких є інтерес, схильності, здібності. Краще витратити час на вдосконалення сильних сторін, ніж боротися, втрачати сили на те, що потребує над зусиль і не буде на фоні інших виглядати як перевага. Тому, комплексна навчально-розвивальна програма містить теми та завдання, опрацювання яких буде сприяти професійному самовизначенню старшокласників, формуванню у них ключових життєвих компетенцій та соціальних навиків. Модулі запропонованої програми розраховані на самостійну та групову роботу з самопізнання, самодіагностики, що буде заохочувати старшокласників до саморозвитку, розкриття власних потенціалів, подальшого зростання в особистісному плані.

Змістовий модуль 1. Унікальність кожної особистості

Тема 1. Людина – найвища цінність.

Тема 2. Зовнішність – візитівка людини.

Опрацювання змісту першого модуля буде сприяє усвідомленню власної унікальності через пошук потенційно сильних сторін особистості. Розглядається техніка самопідтримки: пригадування власних досягнень, перемог, успіхів у різних видах діяльності. Відбувається презентація есе учнів щодо їх унікальності, власних переваг та сильних сторін.

Розглядаються зразки написання резюме. Наголошується на важливості зовнішнього вигляду, спілкування, поведінки. Програються ситуації «Зустріч з роботодавцем». Опрацьовуються способи подолання психологічних

бар'єрів, виконується вправа «Риси, які заважають досягнути успіху». Моделюється образ ідеального «Я» та порівнюється з «Я» реальним.

Самодіагностика:

1. Методика А. Белова «Формула темпераменту». Методика дозволяє з'ясувати відсотковий розподіл рис різних типів темпераменту та визначити домінуючий тип.

2. Особистісний опитувальник Ганса Айзенка (ЕРІ). Опитувальник дозволяє визначити тип темпераменту з урахуванням інтроверсії, екстраверсії особистості та виявлення рівня нейротизму.

3. Характерологічний тест Г. Шмішека, К. Леонгарда. Тест-опитувальник спрямований на виявлення акцентуацій характеру підлітків. 4. Методика дослідження самооцінки особистості С. Будассі. Методика дозволяє проводити кількісне дослідження самооцінки та визначає «Я» реальне особистості.

Практичний блок:

1. Психологічні вправи: «Часові кола», мета: побачити зв'язок минулого, теперішнього і майбутнього у життєдіяльності людини, проаналізувати вплив минулого на сьогодення та зрозуміти, що майбутнє починається сьогодні; «Мої переваги та сильні сторони/риси/якості», мета: виявити власні сильні сторони на які варто спиратися особистості; «Хваліть мене, хваліть», мета: навчитися правилам само підтримки та самопідхвалювання.

2. Написання есе «Я унікальна та неповторна особистість», мета: навчитися чітко представляти себе та свою унікальність у невеликому текстовому форматі та набути навичок самопрезентації.

3. Пригадування ситуацій успіху їх аналіз. Міні презентація власних сильних сторін та переваг.

4. Заповнення анкет для співбесіди з роботодавцем. Мета: ознайомлення із загальними правилами заповнення резюме та CV (Curriculum Vitae).

5. Перегляд відео-роликів «Зустріч з роботодавцем» та самостійне програвання подібних ситуацій. Мета: створення умов та атмосфери, подібних до реальної зустрічі з потенційним роботодавцем.

Прогностичний блок. Моделювання ідеального образу «Я» та порівняння його з «Я» реальним.

Результати заняття: виявлення та розуміння власних сильних сторін; вміння ефективно використовувати домінуючі риси темпераменту; оволодіння технікою самопідтримки; психологічна готовність до співбесіди з роботодавцем; ознайомлення з основними правилами складання резюме; розуміння значення першого враження; знання переваг конструктивних способів взаємодії та недоліків деструктивних способів; профілактика стереотипних форм поведінки; навички ефективної самопрезентації; усвідомлення своєї унікальності та неповторності.

Змістовий модуль 2. Шляхи ефективної діяльності

Тема 3. Алгоритм професійного самовизначення.

Тема 4. Професійно важливі якості та цінності.

У другому модулі розглянуто можливі варіанти використання формули вибору професії. Обговорено основні помилки, що роблять старшокласники при виборі професії, а також спрофілаковано та попереджено деструктивні кроки щодо вибору професійного майбутнього.

Розглянуто професійно важливі якості та цінності особистості. Проведено пошук привабливого виду діяльності для себе через виявлення цінностей, інтересів, задатків та здібностей. Виконано психологічну вправу «Діяльність, яка мені подобається». Опрацьовано приклади зовнішньої та внутрішньої мотивації. Розглянуто психологічний мотиваційний інструмент «З'їсти слона частинами».

Самодіагностика:

1. Анкета «Мої міркування щодо професійного майбутнього».
2. Методика І. Соломіна «Сфера професійних уподобань учнів». За допомогою методики визначаються схильності особистості до різних сфер професійної діяльності.
3. Методика Мілтона Рокича «Ціннісні орієнтації». Методика дозволяє визначити спрямованість особистості та визначити її ставлення до оточуючого світу, до інших людей, до себе.
4. Орієнтаційно-діагностична анкета інтересів ОДАНІ-2 С. Я. Карпіловської, Б. О. Федоришина. Методика використовується для діагностики професійної спрямованості старшокласників.
5. Тест професійної спрямованості особистості Дж. Голланда на визначення професійного типу особистості.

Практичний блок:

1. Розробка покрокового алгоритму професійного самовизначення старшокласників. Мета: засвоєння та опрацювання загальних правил вибору професії.
2. Робота з використанням формули вибору професії (хочу-можу-треба). Мета: ознайомлення з різними варіантами формули та вибір оптимального варіанта для себе.
3. Визначення професійно важливих цінностей особистості, що співвідносяться із цінностями особистісного росту. Мета: проаналізувати сучасні професійні цінності та порівняти їх з цінностями особистісного зростання.
4. Психологічна вправа «Діяльність, яка мені подобається». Мета: пригадати діяльність, яка подобалася у ранньому віці, обговорити її привабливі сторони.

5. Опрацювання мотиваційного інструменту «З'їсти слона частинами». Мета: формування навичок внутрішньої мотивації долати велику задачу, розділивши її на менші завдання.

Прогностичний блок. Створення плану самореалізації власних можливостей та візуалізації-колажу його досягнення. Мета: набуття навичок формування «Я» професійного.

Результати заняття: уміння самостійно вибудувувати алгоритм професійного самовизначення; ознайомлення з варіантами використання формули вибору професії; визначення та співвіднесення професійно важливих цінностей з цінностями особистісного зростання; орієнтація на внутрішню мотивацію та її активізація; побудова плану самореалізації.

Змістовий модуль 3. Проектування професійного майбутнього

Тема 5. Постановка SMART-цілей та планування діяльності.

Тема 6. Кар'єрна орієнтація (кар'єрний коучинг).

Третій модуль присвячено допомозі старшокласникам щодо визначення близьких та далеких цілей, правилам формування SMART-цілей. Знайомству з кроками досягнення результату: 1) виникнення ідеї; 2) розробка плану; 3) подолання труднощів; 4) потреба у передачі досвіду іншому.

У практичному блоці опрацьовано алгоритм досягнення мети. Ознайомлено з правилами досягнення результатів. Планування, моделювання майбутньої кар'єри. Розглянуто та опрацьовано ключові компетенції майбутнього.

Самодіагностика:

1. Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка. За допомогою тесту досліджується уявлення старшокласників про майбутнє життя за такими характеристиками, як наявність або відсутність цілей у майбутньому, осмисленість життєвої перспективи, інтерес до життя, задоволеність життям, уявлення про себе як про активну та сильну особистість, яка самостійно приймає рішення та контролює своє життя.

2. Тест-опитувальник особистісної зрілості Ю. З. Гільбуха. Тест виявляє п'ять аспектів, що складають особистісну зрілість: мотивація досягнень, ставлення до власного «Я», почуття обов'язку, життєва установка, здатність до психологічної близькості з іншою людиною.

3. Методика «Якоря кар'єри» Е. Шейна. Методика діагностує ціннісні орієнтації в кар'єрі особистості.

4. Опитувальник А. А. Реана «Мотивація успіху та страх невдачі». Опитувальник виявляє провідну мотивацію особистості на досягнення, чи на уникнення невдачі.

Практичний блок:

1. Психологічна вправа «П'ять правил успішної постановки цілей». Мета: навчити учнів правилам постановки цілей.

2. Психологічна гра: Визначення близьких та далеких цілей. Мета: навчити учнів відрізняти близькі та далекі цілі, формулювати їх у SMART-форматі.

3. Спроба побудови далекої та недалекої перспективи. Мета: набуття досвіду планувальної діяльності.

4. Психологічна вправа «Біг на місці». Мета: зрозуміти, що для того, щоб відбувалися якісні та кількісні зміни потрібно не лише мріяти, але і діяти.

5. Аналіз ситуацій: «Занурення у себе: вичленити риси, що заважають досягти успіху (лінь, марнування часу, неохайність у виконанні справ, байдужість до праці тощо) та обговорити, яким чином вони впливають (стримують, перешкоджають, знесилюють тощо) розвиток особистості».

Прогностичний блок. Психологічна вправа «Образ майбутнього». Мета: проектування образу майбутнього.

Результати заняття: уміння самостійно планувати діяльність та ставити SMART-цілі; створення моделі професійного майбутнього; вміння розробляти стратегічні плани щодо майбутніх досягнень (стратегічне

планування); ознайомлення з навичками 2025 р.; усвідомлення того, як їх можна напрацьовувати під час навчання в школі.

Змістовий модуль 4. Особистісний та професійний саморозвиток молодої людини

Тема 7. Саморозвиток – інструмент самоактуалізації.

Тема 8. Портрет самоактуалізованої особистості.

У четвертому модулі розглянуто саморозвиток, самовдосконалення як інструменти самоактуалізації особистості. Самоактуалізація – вершина піраміди потреб. Ознайомлено з прикладами самоактуалізованих особистостей.

У практичному блоці модуля створено власну піраміду потреб. Опрацьовано шляхи (кроки) до самоактуалізації молоді людини (за А. Маслоу).

Самодіагностика:

1. Модифікований опитувальник діагностики самоактуалізації особистості САМОАЛ, автор Лазукін в адаптації Каліна.

2. Тест «Готовність до саморозвитку», автор В. Павлов. Тест виявляє готовність знати себе та бажання самовдосконалюватися.

3. Діагностика готовності до саморозвитку, автор А. М. Прихожан. За допомогою методики можна продіагностувати у кількісних показниках готовність до саморозвитку та самовдосконалення за п'ятьма рівнями.

Практичний блок:

1. Вісім шляхів самоактуалізації за А. Маслоу. Мета: ознайомлення з кроками самоактуалізації.

2. Психологічна вправа «Побудова власної піраміди потреб». Мета: дослідити актуальні потреби старшокласників та провести їх якісний аналіз.

Прогностичний блок. Побудова психологічного портрету самоактуалізованої особистості. Мета: створення зразка (моделі) для

наслідування в плані самоактуалізації у професійному та особистісному плані.

Результати заняття: Ознайомлення учнів з теорією А.Маслоу та опрацювання піраміди потреб: дає поштовх до усвідомлення необхідності пошуку шляхів до розкриття власного потенціалу; залучення до саморозвитку та пошуку можливостей у майбутньому до самореалізації; самостійний аналіз наповнення кожної сходинки піраміди потреб та розуміння їх значення для самоактуалізації; використання механізму переходу на новий щабель розвитку особистості до сходинки самоактуалізації; усвідомлення важливості залучення скритих резервів особистості старшокласника для покращення якості життя та наповнення його сенсом; усвідомлення того, що самоактуалізована людина знаходиться на вищому щаблі розвитку своїх особистісних ресурсів, людяності, поваги до інших, толерантності, прийняття думки іншого, здатності до розвитку та саморозвитку, до особистісного зростання.

Змістовий модуль 5. Відповідальність та лідерство

Тема 9. З чого починається лідерство.

Тема 10. Лідерство в житті та роботі.

П'ятий модуль присвячено темі відповідальності та лідерства в житті, навчанні, позашкільній діяльності тощо. Розглянуто такі питання: «Що для мене означає відповідальність. Якості відповідальної людини (лідера). Чи важливо бути відповідальним?».

Важливим аспектом людського життя є лідерство. Важливо знати за яких умов відбувається формування лідера. Які складності доводиться переживати лідеру, який несе відповідальність за організацію справи, за інших людей, що є в команді лідера. Розглянуто такий феномен як лідер власного життя. Дізналися чим відрізняється лідер від народження від лідера за виникнення необхідності (приклад з історичної довідки). Відповімо на

питання: «Які у мене є лідерські якості? Як їх активізувати? У якій сфері життя відкриваються мої лідерські задатки?».

Самодіагностика:

1. Опитувальник професійної готовності (ОПГ) Л. Н. Кабардової. Опитувальник виявляє до якої сфери професійної діяльності схильна людина: робота з людьми, робота з технікою, робота з інформацією, робота з тваринним та рослинним світом, творча робота. Вибір робиться з урахуванням наявності умінь, емоційного ставлення до певної діяльності та оцінки власних побажань щодо виконання тієї чи іншої діяльності.

2. Низка методик на виявлення лідерських задатків та якостей: «Лідер чи підлеглий», «Який Ви керівник», «Визначення лідерського потенціалу», тест «Лідер», тест «Я – лідер».

3. Методика Дж. Роттера «Рівень суб'єктивного контролю» РСК. Методика дозволяє старшокласникам з'ясувати реальний рівень власного контролю над ситуаціями, що виникають та порівняти його з уявним.

Практичний блок:

1. Інтерактивна вправа: «Визначення зон власної відповідальності». Мета: спонукати старшокласників до визначення у процентному співвідношенні власної відповідальності за певні життєві позиції.

2. Порівняльний аналіз переліку власних особистісних якостей з якостями лідера. Мета: допомогти учням з'ясувати, які лідерські якості в них присутні.

3. Побудова моделі лідера майбутнього за зразком «Leadership 2050». Мета: ознайомлення з якостями лідера майбутнього та розуміння того, як старшокласникам розвивати зазначені якості у сьогоденні.

4. Психологічна вправа «Пригадування у себе наявності ознаки лідерства у ранньому віці». Мета: дослідити, які лідерські якості спостерігались у Вас у ранньому віці.

5. Психологічна вправа «Розширення стосунків». Мета: розширення власного ставлення до різних людей та речей.

6. Написання міні-твору (не більше десяти речень) про власні лідерські задатки. Самопрезентація есе.

Результати заняття: усвідомлення того, що успіх починається з відповідальності; відповідальність, це риса зрілої особистості; лідерство – не дорівнює егоцентризму; відповідальність виховується та напрацьовується.

Змістовий модуль 6. Партнерство та соціальні навички (soft skills)

Тема 11. Вміння працювати в команді.

Тема 12. Синергія партнерської взаємодії.

Шостий модуль присвячено стилям взаємодії: ефективним та деструктивним. Представлено переваги індивідуальної роботи та роботи в команді. Опрацьовано теми ускладнень спілкування (замкнутість, тривожність, недовіра до інших тощо).

У практичному блоці розглянуто риси, які заважають вибудовувати ефективні стосунки (заздрість, прискіпливість тощо). Вміння розуміти іншого (толерантність), прийняття іншого. Емпатія. Психологічна сумісність у праці.

Самодіагностика:

1. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда. Методика передбачає діагностику особистості за факторами: адаптивність, дезадаптивність; прийняття себе, неприйняття себе; прийняття інших, неприйняття інших; емоційний комфорт, емоційний дискомфорт; внутрішній контроль, зовнішній контроль; домінування, підлеглість; уникнення проблем.

2. Методика оцінки «Комунікативних та організаторських здібностей» (КОС-2) Синявський В. В., Федоришин Б. О. Методика спрямована на виявлення комунікативних та організаторських здібностей особистості.

3. Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей», автор В.В. Бойко. Методика виявляє рівень емпатії – здатність особистості співпереживати проблемам інших людей.

Практичний блок:

1. Аналіз вирішення конкретних конфліктних ситуацій у відповідності до сітки К. У. Томаса-Р. Х. Кілмена. Мета: опрацювання різних варіантів вирішення конфліктної ситуації.

2. Робота в малих групах. Порівняльний аналіз індивідуального стилю діяльності з діяльністю у колективі. Мета: виявлення переваг роботи у колективі та індивідуально.

3. Опрацювання головних рис командної роботи. Мета: закріплення досвіду командної роботи.

4. Гра-нарратив «Використання різних стилів спілкування» за класифікацією Курта Левіна. Мета: ознайомлення зі стилями спілкування: авторитарний, ліберальний, демократичний.

5. Психологічна вправа «Маніпулятивні тактики та гра в одні ворота». Мета: профілактика маніпулятивних тактик взаємодії.

6. Психологічна вправа «Правила побудови партнерських стосунків» (синергетичний підхід). Мета: ознайомлення з правилом синергії: один плюс один – дорівнює три.

Результати заняття: опрацювали стилі взаємодії у групі; визначили найбільш ефективний стиль спілкування; розробили правила спілкування в групі; визначили бар'єри спілкування, чим вони викликаються; зазначили особистісні риси, які стають на заваді побудови ефективних стосунків; опрацювали психологічні вправи.

Змістовий модуль 7. Акценти творчості у праці. Що робить життя яскравим та насиченим

Тема 13. Творчий потенціал людини.

Тема 14. Індивідуальність – бренд у майбутньому.

Сьомий модуль присвячено розвитку готовності використовувати творчий потенціал у власній життєдіяльності. Представлено індивідуальне бачення предметів, подій, ситуацій. Виявлено здатність представляти власні (авторські) розробки, проекти тощо.

Самодіагностика:

1. Проективна методика «Психогеометричний тест» Сьюзен Деллінгер. Психогеометрія, це унікальна система аналізу особистості, що дозволяє миттєво визначити тип особистості, надати характеристику особистісних якостей та особливостей власної поведінки та сценарій поведінки інших людей в типових ситуаціях.

2. Діагностична експрес-методика «Художник чи мислитель». Діагностика лівопівкульного (логічного) або правопівкульного (художнього) типу особистості.

Практичний блок:

1. Психологічна вправа-опис «Я і моя творча діяльність». Мета: пригадати свої відчуття у період заняття творчістю (цікавість, піднесення, милування, розслаблення, напруження тощо).

2. Психологічна вправа «У яких видах діяльності я проявляю творчість». Мета: виявити максимальну кількість видів діяльності, де старшокласники можуть проявити власні творчі здібності.

3. Психологічна вправа «Мій герб (бренд)». Мета: усвідомлення цінності власної діяльності.

Результати заняття: розвиток у старшокласників цінностей самовираження, творчо-пошукової діяльності, самореалізації власної ідеї; визнання цінності творчої праці; повага до власних ідеї, готовність разом обговорювати придумане з метою впровадження у повсякденне життя.

Змістовий модуль 8. Досвід набувається в діяльності

Тема 15. Цінність досвіду у практиці професійного самовизначення та особистісного зростання.

Тема 16. SWOT-аналіз як інструмент планування та аналізу власної діяльності.

Восьмий модуль присвячено пошуку шляхів ефективного використання власного досвіду на прикладі успішних людей. Проаналізовано шляхи власних досягнень та досягнень близького оточення. Розглянуто значення рефлексії та саморефлексії для успішної професійної діяльності особистості.

У практичному блоці модуля широко використано порівняння, співвіднесення та виявлення причинно-наслідкових зв'язків. SWOT-аналіз як інструмент планування та аналізу власної діяльності (саморефлексія власної діяльності).

Практичний блок:

1. Психологічна вправа «Можливість повторення ситуації». Мета: відтворення інших варіантів вирішення певної ситуації.
2. Психологічна вправа «Друге життя». Мета: аналіз відповідності між реальним життям та тим, яке було озвучено як друге.
3. Психологічна вправа (порівняння) «Як я бачу себе, як мене бачать інші (однокласники, вчителі, батьки, друзі)». Мета: набуття рефлексивних та саморефлексивних компетенцій.
4. Психологічна вправа (виявлення) «Причина та наслідок», «Плюси та мінуси поведінки» (аналіз). Мета: виявлення та аналіз причинно-наслідкових зв'язків.
5. Психологічна вправа «Таблетка від ...». Мета: збагачення досвіду щодо виходу з різних ситуацій на прикладі інших учасників психологічної вправи.
6. Психологічна вправа «У третій особі». Мета: проаналізувати, як легше говорити про себе: від Я-позиції, чи від третьої особи.
7. Робота з психологічним інструментом: SWOT-аналіз вибору професії та майбутньої діяльності. Мета: опрацювання всіх можливостей та утруднень як внутрішніх, так і зовнішніх, за допомогою SWOT-аналізу.

Результати заняття: напрацювання навиків ефективно використовувати власний досвід та досвід успішних людей; визначення тенденції до активної життєвої позиції; напрацювання практики використання SWOT-аналізу; розвиток рефлексії та саморефлексії.

Змістовий модуль 9. Вміння керувати собою

Тема 17. Емоційний інтелект та його складові.

Тема 18. Характеристика емоційно позитивної особистості.

Дев'ятий модуль спрямовано на розгляд інструментів, які допомагають керувати собою.

У практичному блоці модуля опрацьовано ситуації, які порушують стан рівноваги, прослідковано механізми виникнення роздратування (події, люди, токсичні ситуації, самонавіювання тощо). Обговорено важливість прийняття рішень в стані психологічної рівноваги. Опрацьовано правила профілактики негативних (токсичних) думок.

Самодіагностика:

1. Тест «Самооцінка психічних станів» (СПС) Г. Айзенка. Тест дозволяє визначити неадаптивні властивості особистості: тривожність, фрустрованість, агресивність, ригідність.

2. Методика «Самооцінка стійкості до стресу». Методика виявляє рівень стресостійкості особистості.

3. Тест на оптимізм/песимізм. Тест розроблено засновником позитивної психології Мартіном Селігманом.

Практичний блок:

1. Психологічна вправа «Мій емоційний стан». Мета: визначення переважаючих емоційних станів у різних ситуаціях в школі, вдома, на секції.

2. Практика постановки запитань, які потребують розгорнутих відповідей. Мета: набуття досвіду ведення конструктивного діалогу.

3. Опрацювання правил позитивного мислення. Мета: ознайомлення з правилами та використання їх у повсякденному житті і роботі.

4. Використання афірмацій, приклади ефективних афірмацій. Мета: напрацювання звички самопідтримки та самомотивації.

Результати заняття: здатність відслідковувати власні емоції та емоції інших людей; вміння розпізнавати людей з позитивним та негативним мисленням; вміння бачити власні сильні сторони та сильні сторони інших; розуміння значення авансування успіху; практика (культура) використання мотивуючих слоганів, афірмацій.

Змістовий модуль 10. Я – зріла особистість

Тема 19. Характеристика зрілої особистості.

Тема 20. Самопрезентація профорієнтаційного портфоліо.

Десятий модуль (підсумковий) присвячено розгляду феномену «особистісне зростання» та характеристиці зрілої особистості, що демонструє наступні якості: цілеспрямованість, динамічність, автономність, цілісність, конструктивність, індивідуальність, орієнтацію на внутрішній локус контролю.

У практичному блоці модуля проаналізовано результати щодо готовності працювати над собою надалі. Сформульовано портрет зрілої особистості. Презентовано підготовлені профорієнтаційні портфоліо.

Практичний блок:

1. Повторний порівняльний аналіз «Я-реального» та «Я-ідеального».
2. Самопрезентація роботи з використанням матеріалів профорієнтаційного портфоліо.

Результати заняття: прагнення до особистісного зростання; напрацювання навичок самопрезентації.

Отже, використання комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників сприяє розширенню та поглибленню знань учнів про власні ресурсні сторони, виявленню професійних інтересів та здібностей, формуванню ціннісних орієнтацій до професійної діяльності. Опрацювання занять програми сприяє

розвитку відповідального ставлення старшокласників до вибору майбутньої професії, активізує потребу пошуку та використання інформації профорієнтаційного спрямування, моніторингу платформ і сайтів з профорієнтації, аналізу актуальних та нових професій на ринку праці.

3.3. Перевірка ефективності комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника їх особистісного зростання

Формувальний етап дослідження тривав протягом 2019 – 2020 та 2020-2021 навчальних років. Його головною метою постала розробка та вивчення ефективності психолого-педагогічних заходів підвищення у старшокласників готовності до професійного самовизначення оптимізації та активізації цього процесу, що дало можливість припустити розвиток особистісного зростання як чинника цього процесу.

Формувальний експеримент проводився протягом двох років за участю 97 учнів старших класів спеціалізованої школи I-III ст. № 41 ім. З. К. Слюсаренка з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району м. Києва.

Всі учасники формувального етапу були поділені на контрольну та експериментальну групи, зокрема експериментальна група налічувала 50 осіб, контрольна 47 осіб.

За результатами констатувального етапу дослідження актуальними для активізації процесу професійного самовизначення визначено розвиток у учнів здатності до самопізнання та самоаналізу, формування професійно-ціннісних орієнтацій, створення образу професійного «Я».

Представимо порівняльний аналіз впливу цілеспрямованого професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників,

порівнявши показники сформованості структурних компонентів зазначених процесів.

Здійснивши порівняльний аналіз між результатами контрольної та експериментальної групи за когнітивно-рефлексивним компонентом цілеспрямованого професійного самовизначення, маємо наступні показники, що представлені в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Результати діагностики когнітивно-рефлексивного компоненту цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників (у %)

Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
Свідомо-цілеспрямований	2	50	+48	6	15	+9
Формальний	80	48	-32	75	70	-5
Пасивно-ситуативний	18	2	-16	19	15	-4

Як видно з даних таблиці, високий (свідомо-цілеспрямований) рівень сформованості когнітивно-рефлексивного компоненту мають 50% старшокласників експериментальної групи, що свідчить про залученість старшокласників до активної самопізнавальної діяльності. У процесі опрацювання змістових модулів програми ці учні свідомо підійшли до вивчення своїх індивідуально-типологічних особливостей, домінуючих сторін темпераменту, емоційної стабільності та нестабільності, завдяки проведеному самоаналізу старшокласники виявили причинно-наслідкові зв'язки свого ставлення до важливих життєвих питань. Виявивши власні ресурсні сторони, учні зрозуміли у якій сфері діяльності можна їх вдало застосовувати. Зрозуміли власну унікальність і неповторність. Взяли за правило самостійно шукати інформацію профорієнтаційного спрямування.

Взагалі самопізнання, самоаналіз, самозвіт сприяли формуванню реалістичного уявлення старшокласників про себе.

Натомість учнів, що підійшли до самопізнання формально (48%) не можуть продемонструвати таких якісних зрушень. Їх робота була позбавлена власної ініціативи розібратися у своїх особливостях, а стимулювалася практичним психологом. Старшокласники без порушень виконували всі завдання, але власної ініціативи не проявляли.

Значно знизився показник учнів, що мають пасивно-ситуативний рівень (2%), вони зовсім не вважали за потрібне займатися самоспостереженням, самоаналізом, писати та презентувати есе. Така позиція пояснювалася тим, що вони і так добре себе знають, то навіщо робити зайву, на їх погляд, роботу.

В цілому можна зазначити, що заняття «Людина – найвища цінність», «Зовнішність – візитівка людини», «Портрет самоактуалізованої особистості», «Індивідуальність – бренд у майбутньому» значно сприяють самопізнанню старшокласників.

Надалі проаналізуємо показники рівня сформованості ціннісно-сміслового компоненту цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників експериментальної групи (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

**Результати діагностики ціннісно-сміслового компоненту
цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників (у %)**

Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
Свідомо-цілеспрямований	10	48	+38	9	15	+6
Формальний	72	50	-22	74	71	-3
Пасивно-ситуативний	18	2	-16	17	14	-3

Високий (свідомо-цілеспрямований) рівень сформованості ціннісно-сміслового компоненту притаманний 48% старшокласників, це свідчить про потребу в реалізації особистісних цінностей в житті, стійкий інтерес до самовдосконалення, розуміння власної відповідальності за професійне майбутнє, зокрема в учнів сформовані цінності праці, цінності зростання, власна відповідальність за професійне самовизначення. Позитивним зрушенням сприяло опрацювання наступних занять: «Алгоритм професійного самовизначення», «Професійно важливі якості та цінності», «Саморозвиток – інструмент самоактуалізації», «Лідерство в житті та роботі», «Характеристика зрілої особистості».

Щодо показників середнього (формального) рівня сформованості ціннісно-сміслового компоненту, то вони притаманні 50% старшокласників. У таких учнів частково сформовані цінності праці, вони цікавляться цінностями зростання, замислюються про самовдосконалення та саморозвиток з подачі шкільного психолога, вчителя, батьків, присутня часткова відповідальність за професійне самовизначення.

Низький (пасивно-ситуативний) рівень показників сформованості ціннісно-сміслового компоненту старшокласників виявлено у 2% учнів. На жаль ці учні не виявили зацікавлення щодо включення у роботу, у них не сформовані цінності праці, це підтверджується такими висловами, як працюють лише невдахи, ми припускаємо, що така позиція була продиктована проявами протесаної поведінки учнів. Також ці учні не цікавилися цінностями зростання, за їх висловами не варто напружуватися задля якоїсь мети. Вони не були налаштовані на самовдосконалення та саморозвиток, бо вважали, що і так гарно себе почувають. Відповідальність за своє майбутнє перекладали на устрій в державі, батьківську волю та матеріальну спроможність сім'ї.

В цілому можна сказати, що практичні вправи комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення

виявилися ефективними та допомогли старшокласникам зрозуміти, що успішна людина покладається на власну відповідальність, а саморозвиток і самовдосконалення є ціннісною складовою у майбутнього професійного життя.

Результати сформованості поведінково-моделюючого компоненту цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників наведено у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Результати діагностики поведінково-моделюючого компоненту цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників (у %)

№	Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
		До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
1.	Високий	2	44	+42	6	13	+7
2.	Середній	76	54	-22	75	68	-7
3.	Низький	22	2	-20	19	19	0

Як видно з даних таблиці, високий (свідомо-цілеспрямований) рівень сформованості поведінково-моделюючого компоненту присутній у 44% старшокласників. Ці учні проявили себе як найбільш зацікавленими щодо створення образу професійного «Я». У виконанні вправ практичного та прогностичного блоів програми, вони займали активну позицію, включалися в обговорення опрацьованих завдань, представляли свої есе, презентували файли профорієнтаційного портфолію тощо.

Середній рівень сформованості поведінково-моделюючого компоненту наявний у 54% старшокласників. Зазначені учні також виконували завдання, але їх активність залежала здебільшого від зовнішніх факторів. Таких учнів доводилося додатково стимулювати до презентацій власних доробок, вони орієнтувалися на приклад більш активних учасників, загалом роботу виконували формально.

Низький рівень (пасивно-ситуативний) присутній у 2% учнів. Вони не цікавилися способами побудови професійного «Я», не відчували потреби у виконанні прогностичних вправ, зокрема візуалізацій, написання есе, планування майбутньої перспективи. Вони здебільшого пояснювали це тим, що прийде час, то будемо і думати.

Надалі проаналізуємо показники рівня сформованості інтелектуально-креативного компонента особистісного зростання старшокласників (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Результати діагностики інтелектуально-креативного компонента особистісного зростання старшокласників (у %)

№	Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
		До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
1.	Високий	14	48	+34	11	17	+6
2.	Середній	76	50	-26	74	69	-5
3.	Низький	10	2	-8	15	14	-1

Дані таблиці свідчать про високий рівень розвитку інтелектуально-креативного компонента особистісного зростання старшокласників у 48%. Зокрема, ці учні активно долучалися до виконання психологічних вправ, що сприяли саморозумінню та прийняттю себе, прийняттю іншої людини, підвищували самоцінність.

На середньому рівні прийняття себе опинилися 50% старшокласників. Це свідчить про готовність та здатність старшокласників довіряти собі, керуватися власними бажаннями, цінити результати своєї діяльності, приймати себе з власними особливостями, бачити у своїх особливостях ресурсні сторони та вміти творчо їх використовувати. Це сходинки особистісного зростання, що допомагають якісно змінювати життя та бути задоволеним собою та своєю професією.

Низький рівень мають 2% учнів. На жаль учні з низьким рівнем сформованості інтелектуально-креативного компоненту не приймають себе, не цінують себе та результати своєї праці. У них спостерігається наявність багатьох комплексів, зокрема: комплекс меншовартості, комплекс Іони, комплекс жертви обставин.

Результати сформованості мотиваційно-активізуючого компоненту особистісного зростання старшокласників наведено у таблиці 3.6.

Таблиця 3.6

Результати діагностики мотиваційно-активізуючого компоненту особистісного зростання старшокласників (у %)

№	Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
		До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
1.	Високий	6	36	+30	2	9	+7
2.	Середній	86	62	-24	96	89	-7
3.	Низький	8	2	-6	2	2	0

Аналізуючи результати сформованості мотиваційно-активізуючого компоненту особистісного зростання старшокласників зазначимо, що 36% учнів мають високі показники. Це учні, що свідомо обрали шлях неперервного розвитку та самовдосконалення як цінності. Їх сенс життя полягає у набутті нових знань, компетенцій, не лише для кількісного рівня накопичення, а й активного використання у власному житті принципів неперервного навчання, розвитку та саморозвитку. Вихід із зони комфорту є важливою детермінантою процесу зростання особистості.

Середній показник мають 62%, що дає підстави для ствердження позитивної динаміки до особистісного зростання старшокласників за умови прийняття як цінності – прагнення до саморозвитку та самовдосконалення.

Низький 2% засвідчує, що незначна кількість осіб відсторонені від активного саморозвитку, їм важко виходити із зони комфорту, їх життя зорієнтовано на спокій як цінність та запобіжник зайвого перенавантаження.

Результати сформованості регуляційно-вольового компоненту особистісного зростання старшокласників наведено у таблиці 3.7.

Таблиця 3.7

**Результати діагностики регуляційно-вольового компоненту
особистісного зростання старшокласників (у %)**

№	Рівні	Експериментальна група (n – 50)			Контрольна група (n – 47)		
		До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін	До експер-ту	Після експер-ту	Діпазон змін
1.	Високий	30	56	+26	23	28	+5
2.	Середній	58	42	-16	75	68	-7
3.	Низький	2	2	0	2	4	+2

Аналізуючи результати сформованості регуляційно-вольового компоненту особистісного зростання старшокласників зазначимо, що 56% учнів мають високі показники. Ці учні мають відповідальне ставлення до власного майбутнього, їх поведінка природня та невимушена, вони з власної ініціативи долучаються до створення нових поведінкових моделей, що є більш ефективними у навчальній діяльності та виборі професії.

Середній показник мають 42%, це дає підстави для ствердження позитивної динаміки до особистісного зростання старшокласників за умови відповідального ставлення до свго майбутнього, умінні робити свідомий вибір, відсутності ілюзій та захисних психологічних механізмів, за допомогою яких можна виправдати власні недоречності..

Низький 2% засвідчує, що незначній кількості учнів важко напрацьовувати та використовувати нові моделі поведінки. За наявності ситуації неуспішності, вони схильні звинувачувати інших, оминаючи власну роль у неуспіху. Поведінка таких учнів вирізняється штучністю, взаємодія з

оточуючими здійснюється з використанням широкого спектру захисних психологічних механізмів, зокрема: витіснення, регресія, проекція, заперечення.

Для доведення ефективності програми показники до і після було оброблено за допомогою парних вибірок за t-критерієм Стьюдента (табл. 3.8).

Таблиця 3.8

Достовірні зміни показників особистісного зростання за t-критерієм Стьюдента до і після формульовального експерименту (експериментальна та контрольна групи)

Показники особистісного зростання	Експериментальна група, n – 50				Контрольна група, n – 47			
	Серед не	Стд. відхил	t-крит. Ст.	P	Серед не	Стд. відхил	t-крит. Ст.	P
інтернальні альтернативи	-3,660	2,096	-12,349	0,000	-4,766	3,157	-10,350	0,000
екстернальні альтернативи	3,660	2,096	12,349	0,000	4,766	3,157	10,350	0,000
усвідомленість цілей у житті	-1,136	1,139	-7,054	0,000	-0,426	0,704	-4,141	0,000
цікавість до життя	-1,260	0,966	-9,222	0,000	-0,283	0,729	-2,661	0,011
задоволеність від самореалізації	-0,358	0,604	-4,190	0,000	-0,362	0,775	-3,198	0,003
Я господар життя	-1,072	1,787	-4,241	0,000	-0,491	0,906	-3,717	0,001
управління життям	-1,152	0,964	-8,451	0,000	-0,570	0,644	-6,070	0,000
загальний показник	-1,118	0,841	-9,400	0,000	-0,328	0,525	-4,280	0,000
орієнтація в часі	-1,830	1,018	-12,708	0,000	-0,511	0,784	-4,468	0,000
цінності	-1,560	1,215	-9,080	0,000	-0,468	0,905	-3,545	0,001
віра в людей	-1,140	1,340	-6,014	0,000	-0,660	1,456	-3,105	0,003
потреба у пізнанні	-1,442	1,246	-8,185	0,000	-0,191	0,805	-1,632	0,110
творчість	-0,360	0,875	-2,909	0,005	-0,021	0,146	-1,000	0,323
автономність	-1,560	1,387	-7,951	0,000	-0,255	1,170	-1,496	0,141
спонтанність	-1,460	1,232	-8,377	0,000	-0,064	0,791	-0,553	0,583
саморозуміння	-2,210	1,011	-15,463	0,000	-0,191	0,506	-2,595	0,013
аутосимпатія	-1,770	1,130	-11,073	0,000	-0,021	0,821	-0,178	0,860
контактність	-0,740	0,916	-5,712	0,000	-0,128	0,526	-1,663	0,103
гнучкість у спілкуванні	-0,480	0,979	-3,466	0,001	0,000	0,313	0,000	1,000
рівень внутрішньої свободи	-4,200	2,373	-12,513	0,000	-7,872	3,436	-15,705	0,000
когнітивно-рефлексивний компонент	-4,280	1,863	-16,244	0,000	-1,404	1,245	-7,732	0,000
ціннісно-смысловий компонент	-3,840	1,517	-17,903	0,000	-1,362	0,870	-10,725	0,000
поведінково-моделюючий компонент	-2,300	1,432	-11,356	0,000	-0,298	0,548	-3,724	0,001
<i>Загальний показник за компонентами о/з</i>	-10,360	4,060	-18,045	0,000	-3,085	1,898	-11,145	0,000

Статистична обробка показала, що в експериментальній групі відбулося достовірне зростання усіх показників $p \leq 0,01$. Натомість в контрольній групі значущих змін показників (потреба у пізнанні, автономність, саморозуміння) не відбулося $p \geq 0,05$, що свідчить про ефективність та доцільність застосування програми для цілеспрямованого професійного самовизначення як чинника особистісного зростання старшокласників.

3.4. Методичні рекомендації психологам та педагогам щодо створення профорієнтаційного простору цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання

У розроблених методичних рекомендаціях для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників, педагогічних працівників ЗЗСО подано посилання на законодавчі документи щодо проведення профорієнтаційної роботи в школі; інформацію щодо пошуку та використання профінформаційного контенту; правил роботи з кейсом профдіагностичного інструментарію; опрацювання психологічних вправ та інструментів; роботи над файлами профорієнтаційного портфолію; створення профорієнтаційного простору в ЗЗСО.

Процедура дослідження процесу професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання дозволила обґрунтувати добір шляхів активізації досліджуваного процесу в умовах навчання у старшій школі.

На законодавчому рівні існує низка документів, які регламентують профорієнтаційну діяльність практичного психолога у закладах загальної середньої освіти:

Закон України «Про освіту» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>, Закон України «Про повну загальну середню освіту»

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#n2>, Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/76886/, Концепція Нової української школи <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/konczepczyia.html>, Концепція профільного навчання у старшій школі https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/37784/, Концепція профорієнтації в НУШ <https://nus.org.ua/news/kontseptsiya-proforiyentatsiyi-v-nush-gromadske-obgovorennya-dokumenta/>.

Робота практичного психолога психологічної служби ЗЗСО організована у відповідності до листа ІМЗО від 27.07.2020 № 22.1/10-1495 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти на 2020/2021 н.р.», де зазначено, що фахівцям психологічної служби рекомендовано вести факультативні курси, впровадження яких, забезпечує підвищення психологічної культури усіх учасників освітнього процесу. Навчальна діяльність, як форма активного співробітництва між психологом та здобувачами освіти, спрямована на удосконалення, розвиток та формування підростаючої особистості, профорієнтаційна спрямованість факультативу буде сприяти професійному самовизначенню особистості, напрацюванню навиків вибору професії, критичному ставленню до профінформації.

Пошук та використання профінформаційного контенту: *Всеукраїнський проект з профорієнтації та побудови кар'єри «Обери професію своєї мрії»* Учні старших класів з усіх регіонів України можуть безкоштовно: пройти профорієнтаційне тестування; отримати консультацію кар'єрного радника; ознайомитись із трендами ринку праці завдяки мультимедійним курсам у міжнародному форматі SCORM; відвідати онлайн-екскурсії на найкращі українські підприємства. <https://mon.gov.ua/ua/news/startuvav-vsekrayinskij-proyekt-oberi-profesiyu-svoyeyi-mriyi>

Безкоштовні кар'єрні консультації для молоді. Експертна платформа з кар'єрного консультування і працевлаштування CareerHub запрошує тебе на безкоштовну кар'єрну онлайн-консультацію <https://careerhub.in.ua/career-counselors-career-hub/>

EdEra – студія онлайн-освіти. Онлайн курси «3 місця в кар'єру. Курс на кар'єрні зміни», «Зучнями про освіту та кар'єру», «Окей, гугл, як стати підприємцем?» <https://www.ed-era.com/>

Керуючись сучасними вимогами до здійснення профорієнтаційної роботи на сучасному рівні, ми створили комплексну навчально-розвивальну програму, яка включає у себе два компоненти, це професійне самовизначення та особистісне зростання особистості. Ми відстежили взаємозв'язок між процесом професійного самовизначення та особистісним зростанням, помітили таку тенденцію, що старшокласники, які цілеспрямовано прагнуть вирішити питання професійного майбутнього у процесі роботи набувають рис особистісно зрілої людини. Вони аналізують причинно-наслідкові зв'язки, беруть відповідальність за свій вибір, розуміють наслідки своєї діяльності, готові до саморозвитку, проявляють активну життєву позицію, звертають увагу на потенційні можливості тощо.

Пасивно-ситуативне професійне самовизначення відбувається без зацікавлення, відсторонено, не сприймається серйозно, його результати не задовольняють старшокласників. Пасивне професійне самовизначення, це хаотичний безсистемний процес, який відбувається епізодично, він не спирається на психолого-діагностичні результати, здобувач освіти переважно керується емоціями байдужості, нетерпіння, роздратованості. Пасивне професійне самовизначення трактується старшокласниками як даремно проведений час, зайва робота, нікому не потрібна справа, навантаження, яке викликає лише роздратування тощо.

Формальне професійне самовизначення відбувається без зацікавленості та стовідсоткового включення старшокласників у вирішення власного

професійного майбутнього. Формальне професійне самовизначення не несе прогностичного змісту, інформація, яку отримує здобувач освіти про себе з часом забувається, старшокласник не використовує отримані знання у практиці майбутнього вибору професії. Вибір подальшого навчального закладу відбувається без прив'язки до індивідуально-типологічних особливостей, інтересів, здібностей.

Свідомо-цілеспрямоване професійне самовизначення сприяє використанню всіх ресурсів особистості, це усвідомлений підхід до вибору професійного майбутнього, відповідальне ставлення до власної ролі у цьому процесі, активна позиція здобувача освіти щодо професійного самовизначення, цілепокладальний підхід у виборі, що створює передумови для отримання бажаного результату. Представимо показники свідомо-цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників:

1. Учні пройшли курс психодіагностичного дослідження.
2. Учні вміють використовувати експрес-діагностики методики професійного самовизначення.
3. Учні вміють самостійно шукати інформацію професійно-орієнтованого спрямування.
4. Учні знають основні вимоги професії до особистості, що її обирає.
5. Учні знають свої психологічні особливості.
6. Учні знають про свої потенційні можливості і готові працювати над їх розкриттям та вдосконаленням.
7. Учні мають інформацію щодо подальшого навчання за обраною професією.
8. Учні мають орієнтир щодо рівня попиту на обрану ними професію.
9. Учні знають на яких підприємствах чи у яких організаціях вони зможуть працевлаштуватися після професійного навчання.

10. Учні мали можливість професійних проб у обраному професійному напрямку.

11. Учні обізнані про рамки оплати у вибраній професії.

12. Учні мають чітке уявлення про місце роботи та про власну відповідність щодо обраної професії.

13. Учень знайомий зі складностями, що виникають під час роботи на певному місці.

14. Учень знає про перспективи подальшого професійного зростання.

15. Учень володіє алгоритмом професійної кар'єри.

Виокремлено проблеми професійного самовизначення, а саме: імпульсивний вибір професії; вибір за бажанням батьків; орієнтація на престижність професії без узгодження з індивідуальними особливостями власної особистості; вибір професії, що перестала бути актуальною на ринку праці тощо.

З метою профілактики головних помилок професійного самовизначення було розроблено комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників. Комплексна навчально-розвивальна програма містить теоретичний, практичний, прогностичний блоки, а також завдання діагностичного, розвивального та формувального характеру. У процесі опрацювання занять програми старшокласникам доцільно оформлювати файли профорієнтаційного портфоліо.

Переваги роботи підлітків із портфоліо: у роботі з портфоліо увага учнів акцентується на *позитивних* результатах власної діяльності; портфоліо дозволяє учням проявити свою *індивідуальність*, фантазію, творчість; створення файлів портфоліо – є самостійною роботою, що сприяє *самоусвідомленню* результатів власної діяльності; робота з портфоліо захоплює, підсилює інтерес до *самопізнання*, започатковує навички самоаналізу.

Психологічні умови роботи з портфоліо, що має забезпечити вчитель у створенні файлів портфоліо: наявність позитивної Я-концепції (доброзичливе ставлення психолога, вчителя до себе та до учнів); емоційна врівноваженість та стабільність (наявність теплої, доброзичливої атмосфери в роботі); емпатійне сприйняття учнів, розуміння їх переживань, потреб, настроїв, станів тощо; творчий підхід до роботи (можливість саморозкриття, самовираження власної індивідуальності).

Отже, основною метою створення профорієнтаційного портфоліо є можливість спроектувати своє майбутнє та сформулювати необхідні професійно-ціннісні орієнтації для подальшого свідомого професійного вибору. Для успішного вибору професії учнями пропонується декілька кроків які допоможуть у виборі власного професійного майбутнього.

Крок 1. Дізнатися якомога більше інформації про те, що є важливим і потрібним для тієї професії, яку Ви обрали для себе.

Крок 2. Дізнатися про свої особистісні особливості. Тому Ваше завдання – прислухатися до себе і знайти справу свого життя.

Крок 3. Професія повинна Вам подобатися. Те, що Ви будете робити повинно приносити Вам задоволення, інакше робота стане смутним тягарем на все життя. Але це не означає, що досягти успіху у вибраній області, стати хорошим фахівцем або просто працювати в цій професії буде легко. Шукайте саме те, що Вам подобається робити. Досягти висот найпростіше саме в улюбленій справі.

Крок 4. Ніколи не пізно зацікавитися іще чимось. Час на Вашій стороні. Ніякі знання в житті не бувають зайвими.

Крок 5. Поспілкуйся з батьками та їх друзями, фахівцями тих професій, що Вас приваблюють. Так Ви зможете дізнатися про всі сторони професії – про приховані складності і малопомітні радощі кожної професії. Можливо, побачене виявиться для Вас тим самим вирішальним враженням, яке

допоможе у прийнятті важливого рішення щодо Вашого професійного майбутнього.

Крок 6. Але скільки б фахівців не прийшло Вам на допомогу, все залежить тільки від Вас, не перекладайте свою відповідальність за власне майбутнє на інших.

Робота практичного психолога, соціального педагога передбачає обов'язкове проведення низки заходів профорієнтаційного спрямування, це профінформація, профдіагностика та профконсультація. Пропонуємо профорієнтаційне портфоліо як одну із форм роботи зі старшокласниками.

Працюючи з портфоліо варто дотримуватися наступних правил взаємодії між практичним психологом та здобувачами освіти: 1) робота з портфоліо добровільна та заснована на самовираженні старшокласників та прояві їх творчого потенціалу; 2) робота з файлами портфоліо передбачає суб'єкт-суб'єктну взаємодію між практичним психологом та учнями класу; 3) робота з портфоліо буде ефективною лише за наявності вмотивованого, свідомого та відповідального ставлення учня, у протилежному випадку, це буде безрезультатне марнування часу та сил; 4) між здобувачами освіти та практичним психологом мають бути довірливі та відкриті стосунки, що сприяють максимальному розкриттю; 5) портфоліо, це індивідуальна робота кожного учня, лише за бажанням він може озвучити ту чи іншу інформацію на загал.

Нижче надаємо детальний опис кожного розділу портфоліо. Робота з портфоліо розпочинається із створення першого файлу, він має назву «Візитівка». У першому файлі старшокласникам пропонується розмістити свою фотографію, чи намалювати себе, це може бути як портрет, так і малюнок у повний зріст. Важливим моментом є підпис фотографії, (малюнка), варто звернути увагу учнів на те, щоб ім'я було прописано повністю, а не лише ініціали.

Другий розділ портфоліо призначений для більш детального опису

підлітка, а саме його індивідуально-особистісні якості та цінності.

Існує декілька варіантів представлення цієї інформації: наприклад, учень може охарактеризувати себе з кожною літерою власного імені. Наприклад, Оксана: охайна, кмітлива, стримана, автономна, надійна, адекватна; Богдан: бережливий, обережний, гідний, добрий, альтернативний, надійний. Із прикладів ми бачимо, що учні зазначили риси, які відповідають їх уявленням про себе, таким чином надавши стислі характеристики. Виконуючи цю вправу, старшокласники стикаються із деякими труднощами, не всім легко вдається віднайти потрібні риси, довго міркують, що саме зазначити у своєму описі. Ця вправа вчить оцінювати власну особистість, виявляти характерологічні ознаки. Задоволення виникає від того, коли хтось інший підтвердить, що опис упізнаваний та повний. До самоопису учня додаються дані, отримані шляхом проведення психодіагностики темпераменту та характеру підлітка. Яким чином такий опис впливатиме на формування професійно-ціннісних орієнтацій? У процесі спільного обговорення з психологом, учень аналізує: чи містить його самоопис ділові якості? (відповідальний, детальний, творчий, розумний, працьовитий тощо); чи є у самоописі інформація про інтереси та здібності? (надаю перевагу спорту, конструюванню, люблю спілкуватися, допомагати іншим тощо). Психолог звертає увагу учнів на слова, які переважають у описі характеристики, на що спрямований їх зміст: на навчання та роботу; на розваги та відпочинок. Разом з психологом формулюється відповідний висновок, психолог уточнює правильність інтерпретації та бажання учнів внести корективи до самоопису. Також порівнюється опис старшокласників з результатами діагностичних методик. Якщо учнів все влаштовує, то переходимо до наступного файлу портфоліо.

Третій розділ «Дані професійної діагностики». Цей файл вміщує в себе інформацію про результати профдіагностичного обстеження старокласників, це діагностика інтересів, здібностей, схильностей до певної професійної

сфери. Аналізуючи разом з учнями результати діагностичних методик, психолог намагається з'ясувати їх загальне ставлення до праці, виявити напрям професійної діяльності, який їх цікавить, змоделювати професійний план. Працюючи над створенням файлів профорієнтаційного портфоліо, відбувається процес формування у старшокласників професійно-ціннісних орієнтацій до трудової діяльності.

Четвертий розділ профорієнтаційного портфоліо «Професії родини» можна представити як детальний аналіз професій, якими володіли члени родини, а також проекція майбутньої професійної сфери учня, що базується на досвіді близького оточення та власних інтересах підлітка. Цінність зазначеного розділу полягає у напрацюванні умінь аналізувати можливості, що оточують підлітка, формувати професійно-ціннісні орієнтації відштовхуючись від цінностей, що були (є) актуальними в родині, проводити трансформацію ціннісного ряду у відповідності до сучасних вимог ринку професій, звертаючи увагу на потреби майбутнього.

П'ятий розділ – це «Дані про успішність, участь у конкурсах та олімпіадах». У цьому розділі учень зазначає реальне положення справ, а саме успішність за дисциплінами, що може бути додатковим джерелом інформації щодо вибору професії, хоча його достовірність не може бути стовідсотковою через роль авторитета вчителя, спосіб подачі матеріалу, використання новітніх технологій у побудові уроку тощо. Це стосується і участі в конкурсах, олімпіадах та інших заходах. Добре, якщо інтереси учнів співпадають з предметом, який вони відстоюють на конкурсах, але бувають випадки, коли предмет дається легко, а присвячувати його вивченню все життя нема бажання. Важливо, коли покликання людини дійсно співпадає з її інтересами та здібностями.

Шостий розділ «Додаткові навички» присвячено збору інформації про наявність соціальних навиків, лідерських якостей, Soft-Skills (креативність, вміння переконувати, вміння працювати в команді, адаптивність, тайм-

менеджмент тощо). З огляду на те, що формуванню соціальних навиків надається все більше значення, детальне опрацювання підлітками зазначеного розділу набуває особливо цінного значення для формування професійно-ціннісних орієнтацій до трудової діяльності.

Сьомий розділ профорієнтаційного портфоліо має назву «Подальший розвиток» і складається з двох файлів. Цей розділ є дуже важливим та обов'язковим у плані проєкції успішного майбутнього. Він вміщує аналіз всіх попередніх розділів для оформлення висновку у вигляді написання есе та самопрезентації здобутків учнів. Вище описані розділи представлено у додатках у вигляді алгоритму створення профорієнтаційного портфоліо старшокласників, де кожен розділ розбито додатково на окремі файли для зручності роботи з портфоліо.

Отже, робота над створенням файлів портфоліо гарантує отримання оптимального результату за термінам роботи, витратами часу, сил та засобів на його досягнення.

Представимо теоретичну модель створення профорієнтаційного простору у закладі загальної середньої освіти.

До створення профорієнтаційного простору в школі варто залучити інформаційно-довідкову, діагностично-консультативну та розвивально-моделюючу складові профорієнтаційної роботи. *Інформаційно-довідкова* складова вміщує в себе інформацію про зміст професій, типи професій, вимоги професії до людини, рейтинг професій, що користуються попитом на ринку праці, нові професії, професії, що будуть актуальними через 5-10 років. На практиці у закладі загальної середньої освіти реалізувати якісну профінформацію можна за допомогою створення профінформаційного коридору, де розміщено актуальну інформацію про професії на ринку праці та їх рейтинги; схеми та малюнки на яких представлено формули вибору професії, етапи вибору професії, найбільш поширені помилки при виборі професії, рекомендації щодо кроків професійного самовизначення. У

профорієнтаційному коридорі доцільно розмістити інформаційні буклети та плакати, що розповсюджуються Центром зайнятості.

Значним наповненням інформаційно-довідкової складової буде інформація про профорієнтаційні платформи, що широко представлені у мережі Інтернет. Надаючи старшокласникам посилання на ту чи іншу платформу, практичний психолог спочатку сам повинен здійснити моніторинг її контенту, з метою попередження потрапляння учнів на ресурси сумнівної якості. Вище було представлено декілька профорієнтаційних ресурсів для старшокласників.

Також варто зупинитися на профінформаційних зустрічах з представниками навчальних закладів. У зв'язку з пандемією профінформаційні зустрічі перемістилися у формат онлайн, але у такому разі є можливість ширше представити значимі сторони навчального закладу. Наприклад, показати аудиторії навчального закладу, майстерні, бібліотеку та інші майданчики для навчання, спілкування та обміну досвідом. Результат таких профінформаційних зустрічах багато у чому залежить від майстерності представника готувати та проводити віртуальні екскурсії.

Діагностично-консультативна складова наповнена методами, технологіями, професіограмами, класифікаторами професій, комплектами діагностичних матеріалів, включаючи і експрес-діагностику та проєктивні методики, анкетами, тестовими методиками. Детально зупинемося на елементах діагностично-консультативної складової організації профорієнтаційного простору. Перший елемент – діагностичний, передбачає проведення профдіагностичного обстеження старшокласників. Варто зазначити, що діагностика може бути індивідуальною, або груповою. Індивідуальна діагностика дозволяє у повній мірі використати індивідуально-особистісний підхід у роботі. Це підвищує якість проведеного профдіагностичного обстеження та включеність старшокласника у процес самодіагностики. Інша сторона такої роботи – це великий обсяг часу, що

витрачається на кожного учня. Натомість, групова профдіагностика дозволяє одразу зробити діагностичний зріз майже всіх учнів класу. Зворотнім боком групової роботи виступає різний рівень вмотивованості учнів щодо проведення самодіагностики, і, відповідно, якість і достовірність отриманих результатів. Беззаперечно, що значним допоміжним фактором групової профдіагностики є використання гул-анкет та онлайн-діагностики. Сучасні засоби збору, обрахування результатів та інтерпретації даних значно пришвидшують профдіагностичну роботу. Але, мусимо зазначити, що при опитуванні в гул, втрачається безпосередній контакт практичного психолога з старшокласниками. Варто зазначити, що проведення профдіагностичної роботи педагогічними працівниками можна виконувати за допомогою профдіагностичних анкет та експрес опитувальників. Такий профдіагностичний інструментарій доступний у обрахуваннях та інтерпретації результатів.

Другим елементом діагностично-консультативної складової організації профорієнтаційного простору в ЗЗСО виступає профконсультація. Звичайно, що цей вид роботи має проводити практичний психолог чи соціальний педагог у відповідності до своїх посадових обов'язків та функціоналу. Профконсультації також поділяються на індивідуальні та групові. Звичайно, що індивідуальна профконсультація буде більш результативною на відміну від групової. Запропоновані нами файли профорієнтаційного портфоліо сприяють підвищенню якості профконсультаційної бесіди зі старшокласниками.

Розвивально-моделююча складова пропонує тренінгові ситуації, комплекс інтерактивних вправ, моделі написання резюме, створення портфоліо, проектування професійного «Я». Дуже важливою складовою організації профорієнтаційного простору в ЗЗСО є розвивально-моделююча. Саме з метою підтримки цієї складової у комплексній навчально-розвивальній програмі передбачено прогностичний розділ. Ми не лише

допомагаємо учням вибрати певний професійний напрям, ми намагаємося навчити старшокласників планувати та проектувати своє майбутнє. Навики проектування входять до топ-навиків майбутнього, зосереджуючи фору уваги на розвитку ключових навиків майбутнього, ми сприяємо конкурентоздатності наших випускників у подальшому навчально-професійному житті.

Варто зупинитися на використанні інтерактивних вправ, тренінгових ситуацій, психологічних інструментів тощо. Зазначимо, що лише теоретичне ознайомлення з переахованим практичним інструментарієм не забезпечить його успішного використання. Педагогічним працівникам, практичному психологу та соціальному педагогу варто спочатку на собі випробувати ефективність кожного з інструментів, і лише після того пропонувати його учням. Більш того, одноразове застосування психологічних інструментів і вправ, як правило, не дає очікуваного ефекту, потрібно систематично використовувати зазначені практичні засоби, напрацьовуючи новий стиль сприйняття, реагування, поведінки. Цей феномен потрібно донести до учнів, щоб унеможливити хибні очікування «швидкої таблетки».

Особливої уваги заслуговують вправи прогностичного блоку комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, а саме: візуалізація, написання есе, створення колажу майбутніх досягнень. Досить важко побороти супротив стереотипного мислення, що як написано на долі, так і буде; заглядати наперед – насмішити Бога; вд нас мало, що залежить, все вже передбачено зверху тощо. Дійсно, є речі, які змінити важко, але покладатися лише на долю, означає – прожити життя не докладуючи зусиль та уникнення раціонального ризику. Людина, яка не боїться мріяти і діяти – отримує бажаний результат за умови систематичної дії, проб і помилок, виходу із зони комфорту, проектування та моделювання свого майбутнього.

Щоб підготувати учнівську молодь до професійного самовизначення необхідно: а) сформувати установку на власну активність та самопізнання, як основу професійного самовизначення; б) ознайомити зі світом професій, вимогами ринку праці, правилами щодо вибору професій; в) забезпечити самопізнання та формування образу «Я» як суб'єкта професійної діяльності; г) сформувати вміння аналізу власних можливостей та дій.

Ось деякі вимоги щодо вдалого процесу професійного самовизначення та особистісного зростання: 1) проходження учнями психодіагностичного дослідження; 2) вміння використовувати експрес-діагностичні методики; 3) вміння самостійно шукати інформацію професійного спрямування; 4) знання основних вимог професії щодо особистості; 5) знання власних психологічних особливостей; 6) знання своїх потенційних можливостей та готовність працювати над їх розкриттям та вдосконаленням; 7) наявність інформації щодо подальшого навчання за обраною професією; 8) знання про попит на певну професію на ринку праці; 9) володіння переліком підприємств та організацій на яких можна працевлаштуватися за обраною спеціальністю; 10) можливість професійних проб в обраній професії; 11) знання про розміри оплати за певною спеціальністю; 12) наявність уявлення про майбутнє місце роботи; 13) достовірна інформація про складності, що виникають у певній галузі; 14) знання про перспективи професійного розвитку та кар'єрного зростання. Це далеко не весь перелік навичок, які допоможуть учнівській молоді у процесі професійного самовизначення, подальшого професійного розвитку та кар'єрного зростання.

Отже, процес цілеспрямованого професійного самовизначення стимулює старшокласників до прийняття самостійних рішень, які впливатимуть на їх подальше життя, усвідомлення власної відповідальності за свій вибір, до реалістичного погляду на себе та оточуючих без фантазій та хибних очікувань. Цілеспрямоване професійне самовизначення

старшокласників, що відбувається у профорієнтаційному просторі навчального закладу виступає чинником особистісного зростання.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3

Модель розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників містить мету, завдання, умови проведення формувального етапу, комплексну навчально-розвивальну програму цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників.

Розроблена та апробована комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що реалізована у форматі профорієнтаційних занять, вміщує 10 модулів по два заняття в кожному. Кожен модуль має три блоки: теоретичний, практичний та прогностичний. Теоретичний блок (30% годин) спрямований на подання матеріалу у компактній формі, тоді як практичний блок (70% годин) поділяється на діагностичну частину та частину з тренінговими вправами, психологічними інструментами. Прогностичний блок програми складається із завдань, опрацювання яких сприяє розвитку компетентностей планування та моделювання професійного майбутнього. Особливої уваги заслуговують сучасні психологічні інструменти самоаналізу та саморозвитку особистості, які використовуються у процесі роботи з модулями програми, зокрема, визначення цілей у відповідності до SMART-стандартів; використання коучингових запитань для активізації внутрішніх ресурсів особистості; SWOT-аналіз власної діяльності тощо. У процесі роботи з модулями комплексної навчально-розвивальної програми старшокласники напрацьовують файли до власного профорієнтаційного портфоліо.

Порівняльний аналіз показників розвитку компонентів професійного самовизначення та компонентів особистісного зростання до і після формувального експерименту свідчить про позитивну динаміку розвитку

складових компонентів професійного самовизначення та показників розвитку складових компонентів особистісного зростання старшокласників в експериментальній групі.

Натомість у контрольній групі статистично значущих змін не відбулося.

Відтак, в результаті впровадження доведено ефективність комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання, про що свідчить статистично значуща позитивна динаміка рівнів сформованості всіх компонентів професійного самовизначення та особистісного зростання у старшокласників експериментальної групи на відміну від контрольної групи.

У методичних рекомендаціях подано зміст профорієнтаційного простору сприяння цілеспрямованому професійному самовизначенню старшокласників, до його структури віднесено наступні складові: інформаційно-довідкову, діагностично-консультативну та розвивально-моделюючу. Методичні рекомендації для практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників містять посилання на законодавчі документи щодо проведення профорієнтаційної роботи в школі; інформацію щодо пошуку та використання профінформаційного контенту; правил роботи з кейсом профдіагностичного інструментарію; опрацювання психологічних вправ та інструментів; роботи над файлами профорієнтаційного портфолію; створення профорієнтаційного простору в ЗЗСО.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дисертаційного дослідження дозволило сформулювати наступні висновки:

1. Теоретичний аналіз дослідження науково-психологічних джерел показав, що професійне самовизначення – це довготривалий динамічний процес прийняття особистістю рішення щодо вибору майбутньої професійної діяльності, виходячи з її індивідуально-психологічних можливостей та потреб ринку праці. Професійне самовизначення старшокласників має три рівні сформованості (пасивно-ситуативне, формальне, свідомо-цілеспрямоване).

За результатами теоретичного аналізу було встановлено психологічні умови розвитку здатності до професійного самовизначення старшокласників: створення профорієнтаційного простору, психолого-педагогічний супровід старшокласників, суб'єкт-суб'єктні стосунки, активна самопізнавальна діяльність.

Особистісне зростання – це активний процес становлення, у якому особистість бере на себе відповідальність за свій майбутній життєвий шлях. Цілеспрямоване професійне самовизначення старшокласників у зовнішньому плані відбувається як низка заходів щодо оптимізації процесу вибору професії, у внутрішньому плані – це вибір через усвідомлення власних індивідуально-типологічних особливостей, здатність спиратися на власні психологічні ресурси, врахування актуальних та потенційних можливостей, чітких уявлень про інтереси, здібності та уподобання. Як наслідок, погляди на вибір професії стають реалістичними, підвищується відповідальність за результат професійного самовизначення, поглиблюється самоприйняття себе як суб'єкта майбутньої діяльності. Отже, процес професійного самовизначення, набуваючи цілеспрямованого характеру, виступає чинником особистісного зростання.

2. Розроблена та науково обґрунтована модель цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників має такі компоненти: когнітивно-рефлексивний, ціннісно-смысловий, поведінково-моделюючий. Психологічними детермінантами розвитку цілеспрямованого професійного самовизначення, що впливають на особистісне зростання старшокласників, виступають процеси самопізнання, формування професійно-ціннісних орієнтацій та створення образу професійного «Я». Частина моделі, що представляє особистісне зростання старшокласників складається з наступних компонентів: інтелектуально-креативного, (критерій – прийняття себе; показники: саморозуміння, самоцінність, аутосимпатія); мотиваційно-активізуючого компоненту (критерій – прийняття цінностей зростання; показники: мотивація до змін, самовдосконалення, вихід із зони комфорту); регуляційно-вольового компоненту (критерій – свідомо регуляція поведінки; показники: свобода вибору, прийняття рішення, цілісність поведінки).

3. Переважна кількість учнів (77,32%) знаходиться на формальному рівні професійного самовизначення та пасивно-ситуативному (17,53%). Ці учні потребують психолого-педагогічного супроводу щодо вибору майбутньої професії. Найбільшої уваги потребує розвиток когнітивно-рефлексивного компоненту професійного самовизначення через активізацію самопізнання старшокласників (високий показник мають лише 3,09% учнів).

Встановлено психологічні закономірності впливу професійного самовизначення старшокласників на їх особистісне зростання, а саме: 1. Чим вищий рівень здатності старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим вищий рівень їх особистісного зростання. Чим менше виражена здатність старшокласників до цілеспрямованого професійного самовизначення, тим повільніше відбувається їх особистісне зростання. 2. Не існує статистично достовірного зв'язку між професійним спрямуванням старшокласників і їх особистісним зростанням. 3. За результатами дослідження з'ясовано, що у сучасних старшокласників у процесі

особистісного зростання привалює регулятивно-вольовий компонент. Проте, якість самостійних виборів та рішень старшокласників не підкріплюється достатньою усвідомленістю та ціннісним ставленням до них.

4. Комплексна навчально-розвивальна програма сприяє розкриттю актуальних та розвитку потенційних можливостей старшокласників, шляхом самопізнання активізує саморозуміння та прийняття себе, забезпечує формування реалістичних поглядів на вибір професії, сприяє підвищенню рівня відповідальності за результати професійного самовизначення та здатність робити свідомий вибір, проектування образу професійного «Я» створює умови для навичок планування, проектування та моделювання професійних планів та перспектив. Апробація програми засвідчила її ефективність і доцільність щодо професійного самовизначення старшокласників як чинника особистісного зростання.

Отримані дані не вичерпують усіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективу подальшого дослідження ми вбачаємо у впровадженні комплексної навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного самовизначення та психолого-педагогічного супроводу цього процесу, що буде активізувати особистісне зацікавлення старшокласників у цілеспрямованому професійному самовизначенні. Проведення занять комплексної навчально-розвивальної програми, робота старшокласників над файлами профорієнтаційного портфоліо, створення профорієнтаційного простору підтримують ідею Нової української школи у наскрізній профорієнтації в закладах загальної середньої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Жизненные перспективы личности // Психология личности и образ жизни. – М.: Наука, 1987. – С. 137-144.
2. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. Пер. с англ. А. Боковинова, 2011. – 240 с.
4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания: 3-е. изд. / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
5. Анциферова Л. И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – С 3-19.
6. Ассаджоли Р. Психосинтез: Теория и практика. – М.: REFL – book, 1994. – 314 с.
7. Балл Г. О. Аналіз сутності особистісної свободи у контексті гуманізації освіти і виховання // Діалог культур: Україна у світовому контексті. Філософія освіти: Зб. наук. праць / Ред. кол.: Зязюн І. А. та ін. – Львів: Світ, 1999. – Вип. 4. – С. 33-42.
8. Балл Г. О. Внутрішня свобода особи і особистісна надійність у контексті гуманізації освіти // Практична психологія і соціальна робота. – 2003. – № 9 (56). – С. 1-6.
9. Балл Г. О. Психолого-педагогічні засади професійної орієнтації школярів // Професійна діагностика / Упорядник Т. Гончаренко. – К.: Ред. загальнопед. газ., 2004. – С 4-20.
10. Балл Г. О., Перепелиця П. С. Формування готовності до професійної праці у контексті гуманізації освіти // Психологічні аспекти гуманізації освіти: Книга для вчителя. – Київ – Рівне, 1996. – С78-90.

11. Батышев С. Я. Трудовая подготовка школьников: Вопросы теории и методики. – М.: Педагогика, 1981. – 192 с.
12. Бех І. Д. Виховання особистості: Сходження до духовності: Наук. видання. – К.: Либідь, 2006. – 272 с.
13. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: Наук. видання. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.
14. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку: навч. посіб. / І. Д. Бех. – К.: Академвидав, 2012. – 256 с.
15. Бех І. Д. Особистість у контексті орієнтирів розвивального виховання / І. Д. Бех // Інноватика у вихованні. 2015. – Вип. 1. – С. 7-13.
16. Бех І. Д. Ціннісна сфера сучасної людини в контексті пріоритетів виховного процесу / І. Д. Бех // Шлях освіти. – 2010. – № 4. – С. 8-9.
17. Бельська Н. А. Типологія та методи виявлення інтелектуально обдарованих старшокласників, схильних до дослідницької діяльності http://biblos.iod.gov.ua/docview.php?doc_id=2669
18. Бендюков Н. А., Соломин І. Л. Ступени кар'єри: азбука профориєнтації. – СПб: Речь, 2006. – 240 с.
19. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
20. Божович Л. И. К развитию аффективно-потребностной сферы человека // Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. – М., 1978.
21. Болтівець С. І. Теоретико-методологічні засади професійного самовизначення особистості в умовах європейської інтеграції // Психологія праці та управління: Збірник наукових праць VI Міжнародної науково-практичної конференції. – Част. 1. / Відп. ред. О. В. Киричук / Упорядники: Киричук О. В., Колеснікова В. Ф., Шелест І. І., Матвієнко Л. І.,

Смирнова О. П., Зелінська Я. Ц. – К.: ІПК ДСЗУ, 2009. – С. 64-72.
Особистісне зростання

22. Бондарчук О. І. Математичні методи в психології / О. І. Бондарчук. – К.: УМО, 2013. – 16 с.

23. Бондарчук О. І. Психологічний супровід гармонійного розвитку обдарованих підлітків у навчально-виховному процесі / О. І. Бондарчук // Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. пр. – Т. 3, № 3 (35) / Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. – Северодонецьк, 2014. – С. 27-37.

24. Бондарчук Е. И., Бондарчук Л. И. Основы психологии и педагогики. Курс лекций. – К.: МАУП, 2001. – 168 с.

25. Братченко С. Л. Верим ли мы в ребенка? Личностный рост с позиций гуманистической психологии. // Журнал практического психолога. 1998. – № 1. – С. 19-30.

26. Братченко С. Л. Экзистенциально-гуманистический подход Джеймса Бюджентала: человек в поисках самого себя. // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб., 1998. – Вып. 2. С. 56-66.

27. Братченко С. Л., Миронова М. Р. Личностный рост и его критерии. // Психологические проблемы самореализации личности – СПб., 1997. – С.38-46.

28. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. / І.С. Булах: монографія. – Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. – 340 с.

29. Булах І. С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків: автореферат дис. ... докт. психол. наук : 19.00.07 / І. С. Булах ; наук. кер. І. Д. Бех ; Нац пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2004. – 42 с.

30. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психологической диагностике. – К.: Наукова думка, 1989. – 198 с.

31. Вікова і педагогічна психологія з основами психодіагностики: навчальний посібник / М. М. Марусинець, О. О. Мішкулинець. – Київ: ОЛДІ-ПЛЮС, 2018. – 439 с.
32. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 2-ге вид. – К.: Каравела, 2007. – 344 с. – С. 173-211.
33. Вітковська О. І. Професійне самовизначення особистості і практичні аспекти професійної консультації. – К.: Наук. світ, 2001. – С. 64-74.
34. Вітковська О. І. Профконсультаційна бесіда як форма здійснення психологічної допомоги особистості у виборі професії // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2001. – № 3. – С. 109-120.
35. Вітковська О. І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації дисертація К, 2002. 221 с.
36. Выготский Л. С. Избранные психологические исследования / Лев Семенович Выготский. – Москва: Педагогика, 1956. – С. 438-452.
37. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6-ти томах. Т. 3. Проблемы развития психики / Под. ред. А. М. Матюшкина / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
38. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика Пресс, 1999. – 536 с.
39. Волошина В. В., Долинська Л. В., Ставицька С. О., Темрук О. В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. – К.: Каравела, 2007. – 280 с.
40. Ворожейкіна О. М. 100 цікавих ідей для проведення уроку. – Х.: Вид. група «Основа», 2011. – 287 с.
41. Герасіна С. В. Діловитість як передумова успішної самореалізації у системі конкурентоздатності сучасного фахівця / С. В. Герасіна // Проблеми сучасної психології. – 2015. – Вип. 28. – С. 82-94.

42. Герцов А. Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2006. – 224 с.
43. Гильбух Ю. З., Верещак Е. П. Психология трудового воспитания школьников. – К.: Рад. шк., 1987. – 255 с.
44. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. – К.: Наукова думка, 1988. – 144 с.
45. Головаха Е. И. Формирование и развитие жизненной перспективы личности в юности и зрелом возрасте // Жизненный путь личности. – К.: Наукова думка, 1987. – С. 225-235.
46. Голомшток А. Е. Выбор профессии и воспитание личности школьника. – М.: Педагогика, 1979. – 160 с.
47. Гончарова Н. О. Основи вибору професії: консультативний тренінг / За ред. В. Ф. Моргуна. – Полтава: АСМІ, 2007. – 48 с.
48. Гончарова Н. О. Основи професійної орієнтації / За ред. В. Ф. Моргуна. Навчальний посібник. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2010. – 168 с.
49. Громадсько-активні школи: управління та механізми розвитку: практич. посіб. / [О. М. Онаць та ін.]; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т педагогіки. – Київ: КОНВІ ПРИНТ, 2019. – 94 с.
50. Гуцало Е.У. Вікова психологія: курс лекцій / Гуцало Е.У. // Навч.-метод. посібник. – Кіровоград: РВВ КДПУ, 2004.– 188 с.
51. Гуцан Л. А. Ефективна профорієнтаційна робота – крок до вибору майбутньої професії // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання: Збірник наукових праць III Всеукраїнської науково-практичної конференції / Упорядники: Міропольська М. А., Капченко Л. М., Алексєєва А. В., Савченко Н. В. – К.: ІПК ДСЗУ, 2008. – С. 77-85.
52. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/76886/

53. Джеймс У. Психология / Под ред. Л. А. Петровской. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
54. Добренко І. А. Працевлаштування: психолого-діагностичний практикум. – К.: Наук. світ, 2004. – 46 с.
55. Долинская Л. В. Профессиональное самоопределение учащихся // Психологические аспекты профессиональной ориентации учащихся. Сб. науч. трудов. – К.: КГПИ, 1998. – С. 35-38.
56. Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А. Психологический словарь-справочник. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2001. – 576 с.
57. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія: навч. посіб. / Т. В. Дуткевич. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 424 с.
58. Єгорова Є. В. Методика виявлення та оцінки засобів втілення старшокласниками професійних планів у реальність: Методичні рекомендації. – К.: Науковий світ, 2001. – 44с.
59. Єгорова Є. В. Теорія та практика психологічного супроводу учнів закладів професійної освіти: Науково-методичний посібник. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2009. – 80 с.
60. Єгорова Є. В. Як досягти успіху у працевлаштуванні: на допомогу учням, випускникам ПТНЗ та коледжів. – К.: Наук. світ, 2008. – 21 с.
61. Єрмаков І. Г., Пузіков Д. О. Життєвий проект особистості: від теорії до практики: Практико зорієнтований посібник – К.: «Освіта України», 2007. – 212 с.
62. Заброцький М. М. Вікова психологія: навч. посібник / Заброцький М. М. – МАУП, 2002. – 104 с.
63. Загальна психологія: Практикум: Навч. посіб. / В. В. Волошина, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька, О. В. Темрук. – К.: Каравела, 2007. – 280 с.
64. Засць І. В. Діагностичне забезпечення психологічного супроводу професійного самовизначення старшокласників // Профорієнтація: стан і

перспективи розвитку: Збірник матеріалів VIII Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина. – Київ: ДКС «Центр», 2018. – С. 31-35.

65. Заєць І. В. Професійна орієнтація: актуальність в наш час та перспективи майбутнього // Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: Збірник матеріалів X ювілейних Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина. – Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, 2020. – С 45-50.

66. Заєць І. В. Професійна орієнтація дітей покоління Z // вебінар 12.06.2020. Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України <http://ipood.com.ua/novini/vebinar-profesiyna-orientaciya-ditey-pokolinnya-z/>

67. Заєць І. В., Шевенко А. М. Профдіагностика як мистецтво сучасного психолога // вебінар 19.06.2020. Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України <http://ipood.com.ua/novini/vebinar-profdiagnostika-yak-mistectvo-suchasnogo-psihologa-941/>

68. Закатнов Д. О., Жемера Н. В., Тименко М. П. Твоя майбутня професія: Посіб. із профорієнтації. – К.: Українська книга, 1999. – 312 с.

69. Закатнов Д. О. Структура і показники готовності учнів ПТНЗ до побудови професійної кар'єри / Д. О. Закатнов // Професійне навчання на виробництві: зб. наук. праць. – Вип. III. – К. : Наук. світ, 2009. – С. 53-61.

70. Закон України «Про освіту» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

71. Закон України «Про повну загальну середню освіту» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#n2>

72. Захаров Н. Н. Профессиональная ориентация школьников. – М.: Просвещение, 1988. – 272 с.

73. Зеер Э. Ф. Психология профессиональных деструкции: [учебное пособие для вузов] / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. – 240 с.
74. Зеер Э. Ф. Психология профессий / Э. Ф. Зеер. – М.: Академический Проект; Екатеринбург, 2003. – 244 с. – С. 118.
75. Зязюн І. А. Екзистенціальні особливості педагогічної дії // Вісн. Черкаського ун-ту. Серія: Пед. науки / Черкаський нац. ун-т імені Богдана Хмельницького. – Черкаси, 2012. – Вип. 1. – С. 3-7.
76. Зязюн І. А. Професія вчителя у вимірі педагогічної майстерності // Педагогічна і психологічна науки в Україні: зб. наук. пр.: в 5 т. / НАПН України. – Київ: Пед. думка, 2012. – Т. 4: професійна освіта і освіта дорослих. – С. 229-245. – (До 20-річчя НАПН України).
77. Зязюн І. А. Психологічна педагогіка в царині педагогічної дії // Інноватика в сучасній освіті : п'ята виставка-презентація, 22-24 жовт. 2013 р.: офіц. каталог виставки. – Київ : МОН України, НАПН України, 2013. – С. 20-21.
78. Зязюн І. А. Синергетичні параметри педагогіки як детермінанти креативного навчання // Креативна педагогіка. – 2012. – № 5. – С. 7-13.
79. Зязюн І. А. Учитель ХХІ століття: чарівник, добротворець, любомудр, працелюб // Сучасні навчальні заклади – 2011: офіц. каталог виставки / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, НАПН України, Компанія «Виставковий світ». – Київ, 2011. – С. 18-19.
80. Зязюн І. А. Цілісний методологічний підхід у педагогічному науковому дослідженні // Професійне становлення особистості: проблеми і перспективи : матеріали VI міжнар. наук.-практ. конф., 24– 26 жовт. 2011 року, м. Хмельницький / НАПН України, Хмельницький нац. ун-т, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих. – Хмельницький, 2011. – С. 7-13.
81. Зязюн І. А. «Я – концепція» у вимірі психологічної педагогіки // Управлінські компетенції викладача вищої школи : матеріали Міжнар. наук.-

практ. конф., 28 лют. 2014 р., м. Київ / Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. – Київ: Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова, 2014. – С. 23-29.

82. Іванова О. В. Психолого-педагогічні умови розвитку смисложиттєвих орієнтацій особистості в юнацькому віці // Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність: тези Всеукр. наук.-практ. конф. (25 вересня 2015р.). – Київ: Логос, 2015. – С. 48-51.

83. Іванова О. В. Розвиток смисложиттєвих орієнтацій юнаків і дівчат: методичні рекомендації. – Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. – 36 с.

84. Ігнатович О. М. Інноваційні засоби профорієнтації інтелектуально обдарованих старшокласників / О. М. Ігнатович // Професійне самовизначення як детермінанта особистісного розвитку інтелектуально обдарованих старшокласників: матеріали круглого столу, 21 березня 2013 року, м.Київ. – К.: Інститут обдарованої дитини, 2013. – С. 44-51.

85. Ігнатович О. М. Психолого-педагогічні технології відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю / О. М. Ігнатович // Наукове забезпечення розвитку освіти в Україні: актуальні проблеми теорії і практики (до 25 річчя НАПН України). Зб. наук. праць. – К. Видавничий дім «Сам», 2017. – С. 306-313.

86. Ігротека: Практика організації допрофесійного освітнього простору: збірник рольових ігор / [редкол.: Ю. І. Соловйов, О. І. Чернишов та ін.]. – Донецьк: Витоки, 2010. – 226 с.

87. Кабінет професійної орієнтації в школі: метод. реком. / В. В. Синявський. – Чернігів.: Державна служба зайнятості, РВК «Деснянська правда», 2004 – 32 с.

88. Кар'єрне консультування: практичний посібник / Заєць І.В., Ігнатович О.М., Татаурова-Осика Г.П., Шевенко А.М; [за ред. О. М. Ігнатович]. – Київ. – 2019. – 292с. <http://ipood.com.ua/e->

[library/psihologichniy-suprovid-navchannya-riznih-kategoriy-doroslogo-naselennya/karerne-konsultuvannya/](#)

89. Карпіловська С. Я., Мітельман Р. Й., Синявський В. В., Ткаченко О. М., Федоришин Б. О., Яцишин О. О. Основи професіографії: Навчальний посібник. – К.: МАУП, 1997. – 148 с.

90. Киричук В.О. Проектне управління особистісним розвитком учнів в освітньому середовищі об'єднаних територіальних громад. Журнал «Освіта і розвиток обдарованості» Інститут обдарованої дитини НАПН України. Серія: «Педагогіка» та «Психологія» Вип.1 – 2018 – С. 5-10.

91. Климов Е.А. Как выбирать профессию. – М.: Просвещение, 1990. – 159 с.

92. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 512 с.

93. Ключові новації в освіті: Новий Закон України «Про освіту» / Міністерство освіти і науки України / Нова українська школа. – 22 с.

94. Кобченко В. В. Дослідження психічних станів учнівської молоді в процесі профорієнтаційної роботи // Профорієнтаційна робота в школі: проблеми і перспективи їх вирішення: Матеріали науково-практичної конференції. – Луцьк, 2007. – С. 84-86.

95. Кобченко В. В. Профорієнтаційні технології розвитку професійно важливих якостей учителів // Педагогічна майстерність як система професійно-мистецьких компетентностей: Матеріали звітної наукової конференції Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України за 2009 рік. – Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. – С. 162-164.

96. Кобченко В. В. Психологічні особливості взаємодії вчителя з учнями у процесі профорієнтаційної роботи / В. В. Кобченко // Психологічні і педагогічні проблеми педагогічної дії : зб. наук. пр. : у 2 ч. / Ін-т пед. освіти і освіти дорослих НАПН України, НТУ «ХПІ». – Х., 2012. – Ч. I / за наук. ред. В. В. Рибалки, Е. О. Помиткіна. – С. 153-160.

97. Кобченко В. В. Психотехнологія профконсультаційної бесіди // Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко. – К.: Шк. світ, 2007. – С. 67-92.
98. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: Изд. полит. лит-ры, 1984. – 335 с.
99. Кон И. С. Открытие «Я». – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
100. Кон И. С. Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
101. Кон И. С. Психология старшеклассника. – М.: Просвещение, 1982. – 207 с.
102. Кон И. С. Психология юношеского возраста. – М.: Просвещение, 1979. – 175 с.
103. Консультативна психологія: підручник / І. С. Булах, І. М. Бушай, В. У. Кузьменко, Е. О. Помиткін, Ю. А. Алексєєва; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, Ін-т соціології, психології та соц. комунікацій. – Вінниця: Нілан, 2014. – 484 с.
104. Концепція Нової української школи. Проект нового базового закону «Про освіту» (№ 3491-д від 04.04.2016). – 40 с.
105. Концепція профорієнтації в НУШ <https://nus.org.ua/news/kontsepsiya-proforiyentatsiyi-v-nush-gromadske-obgovorenniya-dokumenta/>
106. Концепція профільного навчання у старшій школі https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/37784/
107. Костюк Г. С. Роль професійного самовизначення в формуванні особистості / Г. С. Костюк // Професійна орієнтація учнів. – К.: Радянська школа, 1971. – С. 17-25.
108. Кремень В. Г. Філософія людиноцентризму в освітньому просторі / В. Г. Кремень. – К.: Т-во «Знання» України, 2011. – 520 с.

109. Кудрявцев Т. В., Сухарев А. В. Влияние характерологических особенностей на динамику профессионального самоопределения // Вопросы психологии. – 1985. – № 1. – С. 86-93.

110. Кулик Н. І. Психологічний супровід профільного навчання // Інноваційні технології у профільному навчанні: Методичний посібник за матеріалами наукової сесії педагогічного колективу гімназії «Діалог» м. Києва. – К.: «Фенікс», 2007. – С. 37-43.

111. Кухарчук А. М., Широкова А. Б., Лях В. В. Человек и его профессия: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – Минск: Современное Слово, 2006. – 544 с.

112. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Изд-во политической литературы, 1977. – 302 с.

113. Леонтьев Д. А. Личностная зрелость как опосредование личностного роста / http://liber.rsu.ru/Conf/Psyh_razvitie/leontieu_2.htm

114. Литвинова Н. І. Алгоритм визначення професійної спрямованості // Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко. – Шк. світ, 2007. – С. 30-54.

115. Литвинова Н. І. Експериментальне дослідження підготовки учнівської молоді до вибору професій педагогічного профілю // Педагогічна майстерність як система професійно-мистецьких компетентностей: Матеріали звітної наукової конференції Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України за 2009 рік. – Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. – С. 170-172.

116. Литвинова Н. І. Підготовка учнівської молоді до вибору професії в умовах ринку праці // Психологія праці та управління: Збірник наукових праць VI Міжнародної науково-практичної конференції. – Част. 2. / Відп. ред. О. В. Киричук / Упорядники: Киричук О. В., Колеснікова В. Ф., Шелест І. І., Матвієнко Л. І., Смирнова О. П., Зелінська Я. Ц. – К.: ПІК ДСЗУ, 2009. – С. 148-158.

117. Литвинова. Н. І. Профорієнтаційний супровід професійного самовизначення учнів / Н. І. Литвинова // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – К., 2010. – Вип.8. – С. 621-630.

118. Литвинова Н. І., Шевенко А. М. Профорієнтаційна робота як інструмент соціалізації учнівської молоді // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого населення в умовах фінансово-економічної кризи: зб. наук. праць за матеріалами IV Всеукр. наук.-практ. конф., 30 жовт. 2009 р. / уклад. Л. М. Капченко, С. О. Тарасюк, А. В. Алексєєва, М. І. Десненко, Н. В. Коляденко, В. П. Логвиненко, Н. В. Ортікова, Н. В. Савченко. – К.: ІПК ДСЗУ, 2009. – С. 184-191. – 445 с.

119. Литвинова Н. І., Шевенко А. М. Технологія профінформаційної роботи з учнівською молоддю // Профорієнтаційна робота в школі: проблеми і перспективи їх вирішення: Матеріали науково-практичної конференції. – Луцьк, 2007. – С. 86-95.

120. Лук'янова Л. Б. Методологічні аспекти розроблення стандартів, заснованих на компетенціях / Лариса Лук'янова // Проф.-техн. освіта. – 2010. – № 1. – С. 18-21.

121. Лук'янова Л. Б. Освіта впродовж життя – невід'ємна складова сучасних євроінтеграційних процесів // Якість неперервної освіти в умовах євроінтеграційних процесів: тенденції, проблеми, прогнози : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., 2-4 листоп. 2015 р. / Чернівець. нац. ун-т імені Юрія Федьковича, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих НАПН України. – Київ ; Чернівці, 2015. – С. 35–39.

122. Лукіянчук А. М Ціннісна основа мотивації професійної діяльності педагогічних працівників ЗП(ПТ)О. Психолого-педагогічні аспекти навчання дорослих в системі неперервної освіти: матеріали IV Міжнародної науково-

практичної інтернет-конференції (29 листопада 2018 р.). Біла Церква: БІНПО, 2018. С 173-175 с.

123. Лукіянчук А. М. Ціннісний підхід в удосконаленні професійної підготовки фахівців у сучасному вимірі. Удосконалення професійної підготовки фахівців шляхом впровадження інноваційних технологій: матеріали Регіонального науково-практичного семінару (12.04.2017). Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДВНЗ «Університет менеджменту освіти». Біла Церква: БІНПО, 2017. С 92-96 с.

124. Лукіянчук А. М. Профорієнтаційна робота закладу вищої освіти в умовах децентралізації / Лукіянчук Алла Миколаївна // Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: збірник матеріалів Х ювілейних Всеукраїнських психолого-педагогічних читань, присвячених пам'яті доктора педагогічних наук, професора Федоришина Бориса Олексійовича / за ред. О. В. Радзімовської / Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. – 2021. – С. 59-63.

125. Ляска О. П. Професійне самовизначення як ціннісно-сміслова детермінація в юнацькому віці // Матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Професійне самовизначення в системі «людина-техніка»: еколого-аграрний напрям» / за ред. М. І. Бахмата. – Кам'янець-Подільський: ФОП Сисин О. В., 2008. – С. 38-43.

126. Максименко С. Д. Психологічний супровід особистісного розвитку школяра // Проблеми сучасної психології: Збірник наук. Праць Кам'янець-Подільського національного ун-ту. імені Івана Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип 2. – Кам'янець-Подільський: Аксіома. – 2008. – С. 3-11.

127. Маноха І. П. Професійний потенціал особистості: досвід онтологічного дослідження. Автореф. дис. к. психол. наук: 19.00.07 / КДУ ім. Т. Г. Шевченка. – К., 1993. – 22с.

128. Марусинець М. М. Особливості критичного мислення особистості при прийнятті рішень в екстремальних ситуаціях / Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи». – К.: КНУ імені Тараса Шевченка. – 2018. – С. 98-100.

129. Марусинець М. М. Педагогіка партнерства в координатах творчості Василя Сухомлинського / Нова українська школа – діалог з В. О. Сухомлинським: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (25 квітня 2018 р., м. Херсон): в 2 ч. / за заг. ред. А. М. Зубка, В. В. Кузьменка, Н. В. Слюсаренко. – Херсон: КВНЗ «Херсонська академія неперервної освіти», 2018. – Ч. II. – С. 136-139.

130. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / Под. ред. Г. А. Балла, А. Н. Леонтьева и др. – М.: Смысл, 1999. – С. 27. – 425 с.

131. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты. – М.: МГУ, 1982. – С. 108-115.

132. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование. – Киев – Донецк, 1994. – 50с.

133. Мельник О.В. Профорієнтаційна робота зі школярами в умовах профільного навчання: наук.- метод. посіб. для вчителів / Мельник О.В., Уличний І. Л.; АПН України, Ін-т проблем виховання АПН України. – К.: Мегапринт, 2008. – 118 с.

134. Мерзлякова О. Л. Методики професійного визначення / Олена Мерзлякова, Галина Євдокимова; [ред. рада: Т. Шаповал та ін.]. – К.: Шк. світ, 2011. – 120 с.

135. Мерзлякова О. Л. Практико-орієнтований підхід у підготовці майбутніх психологів до профорієнтаційної роботи / Олена Мерзлякова // Соціальна психологія: український науковий журнал. – 2011. – спеціальний випуск – С. 132-139.

136. Мерзлякова О. Л. Практично орієнтований досвід підготовки майбутніх психологів до профорієнтаційної роботи // Педагогічна майстерність як система професійно-мистецьких компетентностей: Матеріали звітної наукової конференції Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України за 2009 рік. – Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. – С. 173-175.

137. Мерзлякова О. Л. Проблеми психодіагностичного супроводу вчителем професійного самовизначення старшокласників / Мерзлякова О. Л. // Вісник Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського [серія «Педагогічні науки»] – 2015. – № 1 (2).

138. Мерзлякова О. Л. Професійне самовизначення старшокласників як впливовий чинник їх саморозвитку // Матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Професійне самовизначення в системі «людина-техніка»: еколого-аграрний напрям» / за ред. М. І. Бахмата. – Кам'янець-Подільський: ФОП Сисин О. В., 2008. – С. 54-62.

139. Мерзлякова О. Л. Профорієнтація: шпаргалка для вчителя / Олена Мерзлякова; [ред. рада: М. Мосієнко [та ін.]. – К. : Шк. світ, 2016. – 158 с.

140. Мерзлякова О. Л. Сприяння саморозвитку старшокласників методами профорієнтації // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання: Збірник наукових праць III Всеукраїнської науково-практичної конференції / Упорядники: Міропольська М. А., Капченко Л. М., Алексєєва А. В., Савченко Н. В. – К.: ІПК ДСЗУ, 2008. – С. 174-183.

141. Методи психодіагностики в системі професійного відбору. Методичний посібник / Автор-укладач В. В. Синявський; укладачі: В. Є. Скульська, М. А. Міропольська, Н. В. Ортікова / Під загальною редакцією В. В. Синявського. – К.: ДЦЗ, 2006. – 241 с.

142. Мей Ролло Открытие бытия. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2004.

143. Морін О. Л. Аспекти проблеми формування професійно-ціннісних орієнтацій учнів до трудової діяльності / Інноваційна педагогіка, 28, 2020. – С. 259-263.
144. Морін О. Л. Професійне самовизначення учнівської молоді / Профтехосвіта, 3-4 (148), 2021. – С. 8-16.
145. Мураховская М. Волшебный дневник успеха. Лучшие техники личностного роста. – Одесса: ТЭС, 2006. – 80 с.
146. Немов Р. С. Психология. В 3-х кн. Кн. 3.: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики: учеб. для студ. Высш. пед. учеб. заведений. / Р. С.Немов. – 4-е изд. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 631 с.
147. Ничкало Н. Г. Професійна педагогіка і педагогіка праці: проблеми взаємозв'язку в умовах ринкової економіки // Безперервна професійна освіта в контексті європейської інтеграції: теорія, досвід, прогноз : [зб. наук. ст. методологічного семінару, 17 березня 2010 р. : у 2 ч. / за ред. В.І. Лугового, Н.Г. Ничкало]. – К.: Пед. думка, 2010. – Ч. 1. – С. 96-106.
148. Ничкало Н. Г. Професійна педагогіка у контексті розвитку людського капіталу // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: зб. наук. пр. / [редкол.: І. А.Зязюн (голова), Р. С.Гуревич, Н. Г.Ничкало та ін.]; Ін-т пед. освіти і освіти дорослих НАПН України; Вінницький держ. пед. ун-т імені Михайла Коцюбинського. – К.; Вінниця, 2010. – Вип. 23. – С. 27-33.
149. Ничкало Н. Г. Психологія для всіх і кожного / Нелля Ничкало, Тамара Говорун // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – № 7. – С. 78-80.
150. Ничкало, Н. Г. Людська праця – категорія вічна (передмова) / Нелля Ничкало // Тадеуш В. Новацький. Людська праця : аналіз поняття / пер. з пол. Юлії Родик ; [наук. ред. Неллі Ничкало]. – Львів, 2010. – С. 9-16.

151. Оллпорт Г. В. Личность в психологии. – М.: «КСП+»; СПб.: «Ювента», 1998. – 345 с.
152. Оллпорт Г. В. Становление личности. Ибранные труды. – М: Смысл, 2002. – 462 с.
153. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління: Посібник. – К.: Академвидав, 2003. – 568 с.
154. Осипова А. А. Общая психокоррекция. – М.: Сфера, 2000. – С356. – 512 с.
155. Особистісна готовність учнівської молоді до вибору професій з ринковою економікою: Навч. посіб. з профорієнтації / Авт.: Н. А. Побірченко, О. П. Сергеєнкова, І. В. Топчій. – Черкаси: Вид. Чабаненко Ю. А., 2009. – 160 с.
156. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, та ін.: Підручник. К.: Либідь, 1999. – 536 с.
157. Охріменко З. В. Мобільність старшокласника – як умова його майбутньої конкурентоспроможності на ринку праці / З. В. Охріменко // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. праць. – Вип. 13., кн. 2. – Кам'янець-Подільський: Видавець Зволейко Д. Г., 2009. – С. 308-316.
158. Охріменко З. В. Інноваційні стратегії у професійному самовизначенні учнів підліткового і старшого шкільного віку / Вісник психології і педагогіки (26), 2020. – С. 95-105.
159. Охріменко З. В. Методичне забезпечення вивчення стану сформованості професійно-ціннісних орієнтацій учнів до трудової діяльності / Педагогічні науки, (90), 2020. – С. 53-58.
160. Охріменко З. В. Особливості професійного консультування старшокласників / Профтехосвіта, 5-6 (150), 2021. – С. 56-117.
161. Павлик Н. В. Вплив професійно-освітніх чинників на гармонізацію характеру сучасних юнаків і дівчат / Н. В. Павлик / Наукове

забезпечення розвитку освіти в Україні: актуальні проблеми теорії і практики (до 25-річчя НАПН України) // Зб. наук. пр. – К.: Видавничий дім «Сам», 2017. – С. 297-305.

162. Павлик Н. В. Гармонізація характеру сучасної учнівської молоді як передумова духовно-морального розвитку особистості / Наталія Павлик // Наука і суспільство. – № 7/8, 2016. – К. – С. 11-17.

163. Павлик Н. В. Психодіагностичні методики дослідження особистісної спрямованості та ступеню гармонізації характеру в юнацькому віці / Павлик Н. В. // Практична психологія та соціальна робота: наук. практ. та освітньо-метод. журн. / Гол. ред. О. В. Губенко. – № 11 (188), 2014. – С. 43-52.

164. Павлык Н. В. Психологический тренинг гармонизации интеллектуально-креативного компонента характера в юношеском возрасте / Павлык Н. В. // Вестник. Серия гуманитарных наук. – Астана: Издательство Евразийского национального университета им. Л. Н. Гумилева, 2014. – № 5 (102). – С. 173-179.

165. Панок В. Г. Загальні тенденції розвитку психологічної служби системи освіти України / В. Г. Панок // Захист прав дитини в діяльності соціального педагога навчального закладу: метод. рек. [Електронні дані] / Авт. кол. за ред.: Ю. А. Луценка, В. Г. Панка. – К.: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2016. – С. 3-9.

166. Панок В. Г. Механізм саморозвитку особистості з точки зору прикладної психології / В. Г. Панок // Педагогіка і психологія: Вісник НАПН України. – 2016. – № 3 (92). – С. 16-25.

167. Панок В. Г. Прикладна психологія і проблеми застосування виховних технологій / В. Г. Панок // Нові технології навчання: Наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН України. – К., 2016. – Вип. 88, Ч. 1. – С.24-29.

168. Пантилеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-ценностная система. – М.: МГУ, 1991. – 100 с.
169. Піантковський-Вихватень Б. О. Історичний аналіз психолого-педагогічного супроводу обдарованих дітей в загальноосвітніх навчальних закладах України ХХ ст. / Б. О. Піантковський-Вихватень // Молодий вчений. – 2018. – № 3 (2). – С. 586-589.
170. Пиаже Ж. Психология интеллекта. Пер.: А. М. Пятигорской. – СПб., 2003.
171. Підготовка до професійного навчання і праці (психолого-педагогічні основи): Навч. метод. посіб. / за ред. Г. О. Балла, П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки. – К.: Наукова думка, 2000. – 188 с.
172. Піддячний М. І. Організаційно-педагогічні умови підготовки старшокласників до професійного самовизначення у міжшкільних навчально-виробничих комбінатах / АПН України Інститут проблем виховання: Дис. ... канд. пед. наук. – К., 2002. – 181 с.
173. Педагогічне управління професійним самовизначенням учнівської молоді: Методичний посібник / За ред. М. П. Тименка. – К.: Інститут проблем виховання АПН України, 2001. – 153 с.
174. Пенкрат Л. В. Мотивы выбора профессии. – Минск: Нар. асвета, 1986. – 53 с.
175. Перепелиця П. С. Питання гуманізму в підготовці учнів до вибору професії // Гуманізація та гуманітаризація професійної освіти: Наук.-метод. зб. – Київ, 1996. – С. 101-103.
176. Платонов К. К. Структура и развитие личности. – М.: Наука, 1986. – 255 с.
177. Побірченко Н. А. Концептуальні засади проекту // Презентаційні матеріали науково психолого-педагогічного проекту «Вибір успішної професії». – К, 2010. – 13 с.

178. Побірченко Н. А. Людина і праця: Навч. посіб. для 10-го кл. / Н. А. Побірченко, О. П. Сергеєнкова, І. В. Підтілок. – К.: Наш час, 2006. – 180 с.
179. Побірченко Н. А. Людина і світ професій: посібник / Н. А. Побірченко, С. В. Філанчук. – К.: Наук. світ, 2009. – 146 с.
180. Побірченко Н. А. Професійне самовизначення і проблема зайнятості населення // Матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Професійне самовизначення в системі «людина-техніка»: еколого-аграрний напрям» / за ред. М. І. Бахмата. – Кам'янець-Подільський: ФОП Сисин О. В., 2008. – С. 83-91.
181. Побірченко Н. А. Профорієнтація учнівської молоді: посібник / Н. А. Побірченко, А. Л. Шайкова. – К.: Наук. світ, 2009. – С. 13-14. – 226 с.
182. Побірченко Н. А. Психолого-педагогічні основи профорієнтації в неперервній освіті // Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко. – Шк. світ, 2007. – С. 5-29.
183. Побірченко Н. А. Учнівська молодь і професії ринкової економіки. Методичний посібник для директорів, вчителів, практичних психологів загальноосвітніх шкіл. – К.: Видавництво «Преса України», 1998. – 206 с.
184. Побірченко Н. А., Шевенко А. М. Програма організації професійної адаптації учнів ПТНЗ до умов навчання та майбутньої професійної діяльності // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання: Збірник наукових праць III Всеукраїнської науково-практичної конференції / Упорядники: Міропольська М. А., Капченко Л. М., Алексєєва А. В., Савченко Н. В. – К.: ІПК ДСЗУ, 2008. – С. 240-247.
185. Побудова кар'єри: посібник / [Побірченко Н. А., Носова Т. М., Гончар А. М., Горбачик Н. Ф.]. – К.: Наук. світ, 2009. – 145 с.
186. Поліщук С. П. Психологічні умови розвитку соціальної зрілості учнів вищого професійного училища: автореф. дис...канд. психол. наук:

10.00.07 / Поліщук Світлана Петрівна; Ін-т пед. освіти і освіти дорослих АПН України. – К., 2007. – 22 с.

187. Помиткін Е. О. Духовний потенціал особистості: психологічна діагностика, актуалізація та розвиток: посібник / Е. О. Помиткін. – Київ: «Внутрішній світ», 2015. – 144 с.

188. Помиткін Е. О. Розвиток свідомості особистості як стратегічна мета сучасної освіти. Вісник Національної академії педагогічних наук, 2019.

189. Помиткін Е. О. Уроки мають стати не менш емоційно насиченими, ніж літній відпочинок. Інтерв'ю. // Директор школи, № 17-18 (761-762), вересень 2015. – Київ, ТОВ «Шкільний світ». – С. 16-17.

190. Помиткіна Л. В. Психологія прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень: монографія / Любов Віталіївна Помиткіна. – К.: Кафедра, 2013. – 381 с.

191. Постанова Кабінету Міністрів України від 17 вересня 2008 р. №842 «Про затвердження Концепції державної системи професійної орієнтації населення» <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/842-2008-%D0%BF#Text>

192. Профільна школа. Профорієнтація. Програми. – К.: Наук. світ, 2009. – 121 с.

193. Професійна діагностика / Упорядник Т. Гончаренко. – К.: Ред. загальнопед. газ., 2004. – 120 с.

194. Професійна орієнтація: підручник [для студентів] / Єгорова Є. В., Ігнатович О. М., Кобченко В. В., Литвинова Н. І., Марченко І. Б., Мерзлякова О. Л., Синявський В. В., Татаурова-Осика Г. П., Шевенко А. М.; [за ред. О. М. Ігнатович]. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. – 240 с.

195. Професійне самовизначення старшокласників: Методичний посібник //Закатнов Д. О., Мельник О. В., Осипов О. В., Морін О. Л., Гуцан Л. А., Скалько О. В. /За ред. Закатнова Д. О. – К.: Вид. дім «Шкільний світ», Вид. Л.Галіцина, 2006. – 128 с.

196. Профессиональная ориентация как детерминанта карьеры личности: Учебно-методическое пособие / Носков В. И., Кальянов А. В., Ефросинина О. В., Данилин Р. В., Ложкин Г. В., Носкова О. В., Михальчук Н. А., Салюк С. В., Сухова Е. С. / Под общ. ред. проф. В. И. Носкова. – Донецк: ДИУ, Норд-Пресс, 2006. – 172 с.

197. Профорієнтаційна робота в школі: метод. реком. / Авт. уклад. В. В. Синявський. – Чернігів.: Державна служба зайнятості, РВК «Деснянська правда», 2005 – 27 с.

198. Профорієнтаційна робота класного керівника: метод. реком. / Авт. уклад. В. В. Синявський. – Чернігів.: Державна служба зайнятості, РВК «Деснянська правда», 2005 – 23 с.

199. Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко – К.: Шк. Світ, 2007. – 128 с.

200. Пряжников М. С. Методи орієнтування в психологічних «просторах» самовизначення. // Національний психологічний журнал. - 2017. - № 3 (27). - С.144-150

201. Пряжников М. С. Особиста професійна перспектива // Професійна діагностика / Упорядник Т. Гончаренко. – К.: Ред. загальнопед. газ., 2004. – С 20-25.

202. Пряжников Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», 1996. – 256 с.

203. Пряжников Н. С., Пряжникова Е. Ю. Психология труда и человеческого достоинства. – М.: Академия, 2001. – 328 с.

204. Психодіагностика в службі зайнятості: Методичний посібник / Т. Л. Жигайло, Н. О. Кондратова, С. М. Оганесян, В. В. Синявський, Б. О. Федоришин, О. О. Яцишин; за ред. В. В. Синявського, О. О. Яцишина. – К.: КМЦЗ, 1998. – 130 с.

205. Психодіагностичне забезпечення профорієнтації в системі педагогічної освіти: [посібник] / Є. В. Єгорова, О. М. Ігнатович, В. В. Кобченко, Н. І. Литвинова, І. Б. Марченко, О. Л. Мерзлякова, В. В. Синявський, Г. П. Татаурова-Осика, А. М. Шевенко; за ред. О. М. Ігнатович. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. – 228 с.

206. Психологічна служба: Підруч. / [В. Г. Панок (наук. ред.), А. Г. Обуховська, В. Д. Острова та ін.]. – Київ: Ніка-Центр, 2016. – 362 с.

207. Психологічний словник / Авт.-уклад.: В. В. Синявський, О. П. Сергеєнкова; За ред. Н. А. Побірченко. – К.: Наук. світ, 2007. – 274 с.

208. Психологічні технології освітнього тренінгу: методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи / уклад. Л. В. Помиткіна, Е. О. Помиткін. – К.: НАУ, 2015. – 44 с.

209. Психологія особистісно орієнтованої професійної підготовки учнівської молоді: Науково-метод. посіб. / За ред. В. В. Рибалки; автори: Г. О. Балл, М. В. Бастун, А. В. Вихрущ, В. І. Гордієнко, Д. Ф. Крюкова, Л. В. Никоненко, В. І. Панченко, П. С. Перепелиця, Н. А. Побірченко, Е. О. Помиткін, В. В. Рибалка – Київ, Тернопіль: Підручники і посібники, 2002. – 388 с.

210. Психологія особистості: Словник-довідник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2011. – 320 с.

211. Психологія профорієнтації у системі педагогічної освіти: [кол. мон.] / Єгорова Є.В., Ігнатович О.М., Кобченко В.В., Литвинова Н.І, Марченко І.Б., Мерзлякова О.Л., Синявський В.В., Татаурова-Осика Г.П., Шевенко А.М.; за ред. О. М. Ігнатович. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. – 248 с.

212. Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспективи дослідження. // За ред. С. Д. Максименка, М. Й. Боришевського. – К., – 1999.

213. Психологічний супровід навчання різних категорій дорослого населення : монографія / [Помиткін Е.О., Рибалка В.В., Ігнатович О.М.,

Павлик Н.В., Становських З.Л., Радзімовська О.В., Татаурова-Осика Г.П., Бастун М.В., Іванова О.В., Шевенко А.М. Заєць І.В. Жмурко М.Д.] ; за ред. Н.В. Павлик. – Київ, 2019. – 476 с. <http://ipood.com.ua/e-library/psihologichniy-suprovid-navchannya-riznih-kategoriy-doroslogo-naselennya/psihologichniy-suprovid-navchannya-riznih-kategoriy-doroslogo-naselennya/>

214. Психолого-педагогічні технології відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю: монографія / [Єгорова Є.В, Заєць І.В., Ігнатович О.М., Кобченко В.І., Литвинова Н.І., Марченко І.Б., Мерзлякова О.Л., Синявський В.В., Шевенко А.М., Татаурова-Осика Г.П., за ред. О.М. Ігнатович] – К.: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України, 2016. – 487 с. <http://ipood.com.ua/e-library/psihologo-pedagogichni-tehnologi-vidboru-uchnivsko-molodi-do-vnz-pedagogichnogo-profilyu/psihologo-pedagogichni-tehnologi-vidboru-uchnivsko-molodi-do-vischih-navchalnih-zakladiv-pedagogichnogo-profilyu/>

215. Радзімовська О. В. Бар'єр психологічний, особистісно-професійний план, сенситивний період. Освіта дорослих: енциклопедичний словник / за ред. В. Г. Кременя, Ю. В. Ковбасюка; [упоряд: Н. Г. Протасова, Ю. О. Молчанова, Т. В. Куренна; ред. рада: В. Г. Кремень, Ю. В. Ковбасюк, Н. Г. Протасова та ін.]; Нац. акад. пед. наук України, Нац. акад. держ. упр. при Президентові України [та ін.]. – Київ: Основа, 2014. – 496 с.

216. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Из-дво «Питер», 2012. – 816 с.

217. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. / Пер. с нем. – М.: Мир, 1994. – 320 с.

218. Рибалка В. В. Особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників: Монографія / За ред. Г. О. Балла. – К.: ІПППО АПН України, 1998. – 160 с.

219. Рибалка В. В. Психологічна структура особистості як основа систематизації професійно важливих якостей фахівця / Неперервна

професійна освіта: проблеми, пошуки, перспективи / За ред. І. А. Зязюна. – К.: «Віпол», 2000. – С. 432-451.

220. Рибалка В. В. Психологія професійного самовизначення для здорових старшокласників: Методичні рекомендації. – К.: ІПППО АПН України, 2004. – 24 с.

221. Рибалка В. В. Самоактуалізація особистості обдарованих старшокласників в умовах профільної підготовки (на матеріалі психол. супроводу науково-дослідної роботи школярів у Малій академії наук) : метод. посіб. / В. В. Рибалка, В. В. Русова. – К. : Інфосистем, 2011. – 156 с.

222. Рибалка В. В. Теорії особистості у вітчизняній психології: навчальний посібник. – К.: ІППО АРН України, – 2006. – 530 с.

223. Резапкіна Г. В. Профорієнтація: новые горизонты // Служба кадров. – № 1., 2013. – С. 66-70.

224. Резапкіна Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки: Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2005. – 208 с.

225. Роджерс К. Взгляд на психотерапію: Становление человека / Общ. ред. Е. И. Исениной. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с. – С. 74-79.

226. Розвиток професійної орієнтації в Україні: наук.-допом. бібліогр. покажч. / АПН України, ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського [та ін.]; [упоряд.: Пономаренко Л. О., Стельмах Н. А., Ніколюк Л. І.; наук. ред.: Рогова П. І., Чепурна Н. М.; наук. консультант: Мельник О. В.; бібліогр. ред. Пономаренко Л. О.]. – К.; Черкаси: [б. в.], 2009. – 196 с.

227. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологи. – СПб.: Питер, 1999. – 641. – 720 с.

228. Савчин М. В. Вікова психологія: Навчальний посібник / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – К.: Академвидав, 2005. – 360 с.

229. Садова М. А. Суб'єктно-контекстна концепція професійної відповідальності особистості. *Science and Education a New Dimension: Pedagogy and Psychology*. Budapest, 2015. III (19). Issue: (38). С. 106-109.
230. Садова М. А. Експериментальні результати дослідження формування професійної відповідальності студентів ВНЗ. *Проблеми сучасної психології*. Запоріжжя, 2018. №1 (14). С. 120-130.
231. Садова М. А. Професійна відповідальність фахівця як складова діяльності особистості. *Збірник наукових праць за матеріалами Міжвузівської наук.-практ. конф. (12 квітня, 2018.)*. Одеса. 2018. С. 81-85.
232. Самодіагностика профілю майбутньої професії. *Робочий зошит / Уклад. Н. А. Побірченко, О. П. Сергеєнкова*. – К.: Наук. світ, 2007. – 50 с.
233. Самоорганізація навчання і дозвілля. *Пізнаю себе – пізнаю друга: poradnik для підлітків / О. П. Сергеєнкова, А. П. Малішевська / за заг. ред. С. П. зубік*. – К.: Четверта хвиля, 2010. – 104 с.
234. Самоукина Н. В. Активизация школьников в профессиональном самоопределении // *Вопросы психологии*. – 1990. – № 1. – С. 69-76.
235. Сафин В. Ф. Психология самоопределения личности. – Свердловск: Изд-во Свердловского пед. ин-та, 1986. – 142 с.
236. Свіденська Г. М. Програма тренінгу з активної соціально-психологічної корекції розвитку самосвідомості. – Слов'янськ: СДПУ, 2006. – 62 с.
237. Синявський В. В. Кабінет професійної орієнтації в школі. *Метод. реком.* – Київ, 2004. – 32 с.
238. Синявський В. В. Професійна орієнтація у реформуванні загальноосвітньої та професійної школи // *Педагогіка і психологія професійної освіти*. – 2000. – № 2. – С. 142-150.
239. Синявський В. В. Професіограми і психограм професій педагогічного спрямування: метод. посібник / В. В. Синявський. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. – 84 с.

240. Синявський В. В. Профорієнтаційна робота класного керівника. Метод. реком. / Авт. уклад. В. В. Синявський. – Чернігів, 2005. – 23 с.
241. Синявський В. В., Гоменюк Д. В. Профорієнтаційна робота професійно-технічних навчальних закладів з орієнтації молоді на робітничі професії: Методичні рекомендації. – К.: Київська Русь, 2006. – 61 с.
242. Синявський В. В., Кобченко В. В. Психотехнологія профконсультаційної бесіди // Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко. – Шк. світ, 2007. – С. 67-87.
243. Система профориентационной работы со старшеклассниками / Под ред. Федоришина Б. А. – К. : Рад. школа, 1988. – 180 с.
244. Сергеєнкова О. П. Вибір стратегії розвитку професійної індивідуальності: психодіагностика у професії. – К.: Наук. світ, 2004. – 86 с.
245. Сергеєнкова О. П. Самопізнання. Навчально-методичний посібник. – Черкаси: Видавець Чабаненко Ю. А., 2011. – 334 с.
246. Сергеєнкова О. П. Соціально-психологічні аспекти інноваціювання професійної орієнтації молоді // Педагогіка і психологія професійної освіти / Науково-методичний журнал. – 2007. – № 5. – С. 125-133.
247. Скрипченко О. В., Лисянська Т. М., Скрипченко Л. О. Довідник з педагогіки і психології. – К.: Видавництво Національного університету ім. М. П. Драгоманова, 2000. – 216 с.
248. Словник-довідник з професійної орієнтації учнів / Укладачі: В. В. Синявський, О. В. Мельник. – К.: Мегапринт, 2007. – 118 с.
249. Соболев П. П. Жизнетворчество как способ самореализации личности // Жизнь как творчество. – К.: Наукова думка, 1985. – С. 71-90.
250. Столин В. В. Самосознание личности. – М.: МГУ, 1983. – 286 с.
251. Сургунд Н. А. Особистісний вибір у контексті подолання криз професійного розвитку на основі професійної мобільності: синергетичний

аспект / Н. Сургунд // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2016. – № 4. – С. 109-119.

252. Сургунд Н. А. Питання особистісного вибору в профорієнтаційному процесі в контексті проблеми професійної мобільності / Наталія Сургунд // Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: зб. матеріалів VIII Всеукр. психол.-пед. читань, присвяч. пам'яті Б. О. Федоришина, м. Київ, 17 трав. 2018 р. / [за ред. О. М. Ігнатович ; упоряд. Г. П. Татаурова-Осика, І. В. Заєць, А. М. Шевенко]. – Київ: ДКС «Центр», 2018. – С. 8-17.

253. Сургунд Н.А. Сучасний погляд на проблему професійної мобільності / Н.А. Сургунд // Вісник Національного університету оборони України. – 2015. № 2(45). – С. 262-267.

254. Тадеуш В. Новацький. Людська праця. Аналіз поняття. / Переклад з польської Юлії Родик. – Львів: Літопис, 2010. – 182 с.

255. Татаурова Г. П. Відповідальне ставлення учнівської молоді до професійного самовизначення // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання: Збірник наукових праць III Всеукраїнської науково-практичної конференції / Упорядники: Міропольська М. А., Капченко Л. М., Алексеєва А. В., Савченко Н. В. – К.: ІПК ДСЗУ, 2008. – С. 291-299.

256. Татаурова Г. П. Роль профорієнтації у розвитку відповідальності як провідної якості особистості майбутнього фахівця / Г. П. Татаурова // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський, 2008. – Вип. 1. – С. 291-301.

257. Татаурова Г. П. Профорієнтаційні виміри відповідального ставлення учнівської молоді до вибору професії // Профорієнтаційна робота в

школі: проблеми і перспективи їх вирішення: Матеріали науково-практичної конференції. – Луцьк, 2007. – С. 99-103.

258. Татаурова-Осика Г. П. Технологія визначення професійної придатності та професійно важливих якостей особистості // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 6., Ч. 2. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. – С. 274-283.

259. Технології професійної орієнтації населення в умовах ринку праці: [кол. мон.] / Н.А. Побірченко, Н.І. Литвинова, В.В. Синявський, О.Л. Мерзлякова, Г.П. Татаурова, Є.В. Єгорова, І.Б. Марченко, А.М. Шевенко, В.В. Кобченко. – К.: Педагогічна думка, 2011. – 256 с.

260. Тименко М. П., Іллюк М. І. Основи вибору професії. Методичні розробки. Ч. 1. – К.: Альфа, 1992. – 98 с.

261. Тименко М. П., Мельник О. В. Формування готовності старшокласників до професійного самовизначення в умовах ринку праці. // Педагогіка і психологія. – № 3. – 1995. – С. 109-116.

262. Толочек В. А. Современная психология труда: Учебное пособие. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

263. Туріщева Л. В. Психологічне супроводження профільного навчання. – Х.: Вид. група «Основа», 2007. – 144с. – (Серія «Профільне навчання»).

264. Усольцева И. В., Московцев Н. А. Пособие по выбору профессии (Как понять себя и не ошибиться в выборе профессии). – М.: Изд-во СГУ, 2008. – 144 с.

265. Федоришин Б. О. Методика виявлення й оцінки загальних інтересів особистості учнів (ОДАНІ – 2): Метод. рекомендації. – К.: Центр міжнародної освіти, 1998. – 24 с.

266. Федоришин Б. О. Питання методології професійної орієнтації / Б. О. Федоришин // Наук.-метод. забезпечення діяльності сучасної професійної школи: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., (11-14 трав., 1994 р.): [у 2-х ч.] / Ін-т систем дослідж. освіти України, Ін-т педагогіки і психології проф. освіти АПН України. – К., 1994. – Ч. 1. – С. 94-96.

267. Федоришин Б. О. Психологические и методические основы профориентационной работы с учащимися: Метод. разраб. для классных руководителей. – К., 1979. – 24 с.

268. Федоришин Б. О. Психолого-педагогічні основи професійної орієнтації: Дис...д-ра.пед.наук.: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. – Київ, 1996. – 383 с.

269. Федоришин Б. О. Психологічні аспекти профорієнтації учнів. – К.: Знання, 1976. – 46 с.

270. Федоришин Б. О. Психологічні проблеми професійної консультації // Психологічні проблеми виховання, навчання, активності та розвитку особистості. – К., 1995. – С. 225-228.

271. Федоришин Б. А., Винокур А. Ю. Индивидуальная профконсультация как межличностное взаимоотношение // Вопросы психологии. – 1985. – № 6. – С. 76-78.

272. Фельдштейн Д. И. Человек в современном мире: тенденции и потенциальные возможности развития. – М.; Воронеж: Изд-во Московского психолого-социального ин-та: НПО «Модек», 2008. – 15 с.

273. Формирование личности старшеклассника / Под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Педагогика, 1989. – 168 с.

274. Франкл В. Человек в поисках смысла / Франкл В; [пер. с нем.]. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

275. Фромм Э. Бегство от свободы: Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1989. – 272 с.

276. Фромм Э. Человек для себя. – Минск: Коллегиум, 1992. – 253 с.

277. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. – М.: Прогресс, Универс, 1993. – 466 с.
278. Чамата П. Р. К вопросу о генезисе самосознания личности // Проблемы сознания: Материалы симпозиума. – М.: Ин-т Философии АН СССР, 1966. – С. 228-237.
279. Чеснокова И. И. Самосознание, самореализация и самодетерминация личности. – М.: Наука, 1982. – С. 140-147.
280. Чистякова С. Н. Основы профессиональной ориентации школьников. – М.: Просвещение, 1983. – 112 с.
281. Шавир П. А. Профессиональная ориентация школьников. – М.: Просвещение, 1988. – 269 с.
282. Шавир П. А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. – М.: Педагогика, 1981. – 96 с.
283. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. – Х.: Прапор, 2005. – 640 с. – С. 376.
284. Шевенко А. М. Використання психодіагностичного інструментарію у профорієнтаційній роботі зі старшокласниками / А. М. Шевенко // Професійна орієнтація: теорія і практика: науково-методичний посібник [Для пед. працівників] | /За ред. О. В. Мельника. – Івано-Франківськ: НАІП. 2015. – С. 91-99.
285. Шевенко А. М. Вплив педагогічної дії вчитель-учень на професійне самовизначення старшокласників // Психологічні та педагогічні проблеми педагогічної дії: зб. наук. праць: у 2-х ч. – Ч. 1. / за наук. ред. В. В. Рибалки, Е. О. Помиткіна. – Харків: НТУ «ХПІ», 2012. – С. 416-423.
286. Шевенко А. М. [Вплив професійного самовизначення на особистісне зростання старшокласників.](#) Мультидисциплінарний міжнародний журнал Věda a perspektivy, série Psychologie , 2021, №2 (2), С. 182-192. Praha, České republika: Mezinárodní Ekonomický Institut, Praha. SSN

2695-1592 (Online) (Індексується у Index Copernicus)
[https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2\(2\)](https://doi.org/10.52058/2695-1584-2021-2(2))

287. Шевенко А. М. Життєва позиція як потенціал особистісного зростання старшокласників // Аксіологічна концептосфера педагогічної освіти. Тези доповідей філософсько-методологічного семінару (м. Київ, 17 травня 2010р.) – К.: LAT & K, 2010. – 80 с. – С. 70-72.

288. Шевенко А. М. Ідеї Василя Сухомлинського у формуванні професійно-ціннісних орієнтацій до трудової діяльності підлітків // Василь Сухомлинський у діалозі із сучасністю. Розмірковуємо про художньо-емоційний світ дитинства. Тези XI Міжнародних і XXVIII Всеукраїнських педагогічних читань. – Ужгород: РІК-У, ЗІППО, 2021. – С. 205-207.

289. Шевенко А. М. Кар'єрний радник в закладах загальної середньої освіти // вебінар 05.06.2020. Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України <http://ipood.com.ua/novini/vebinar-karerniy-radnik-v-zakladah-zagalno-seredno-osviti/>

290. Шевенко А. М. Кар'єрний радник в школі: реалії та перспективи. Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: Збірник матеріалів Х ювілейних Всеукраїнські психолого-педагогічні читання, присвячені пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, м. Київ, Україна, 2020. С. 127-130. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-zbirnik-materialiv-2020/>

291. Шевенко А. М. Комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників. Перспективи та інновації науки 2021. Випуск 3 (3). С. 340-355. ISSN 2786-4952 Online (Індексується у Index Copernicus) [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3\(3\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3(3))

292. Шевенко А. М. Комплексна програма створення профорієнтаційного простору професійного самовизначення

старшокласників як чинника особистісного зростання / А. М. Шевенко // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – № 3. – 2021. – С. 52-60.

293. Шевенко А. М. Методичне забезпечення відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю / Метод. реком. – К., 2016. – 157 с. <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/705891>

294. Шевенко, А. М. Особистісне зростання: критерії сформованості у старшокласників. Наукові перспективи. 2021Випуск 10 (16). с. 438-446. ISSN (print) 2708-7530 (Індексується у Index Copernicus).

295. Шевенко А. М. Особистісне зростання старшокласників в процесі їх професійного самовизначення: теоретичні підходи // Теорія і практика професійної освіти, 2010. – С. 171-177.

296. Шевенко А. М. Особливості особистісного зростання учнівської молоді в умовах профорієнтаційної роботи // Актуальні проблеми профорієнтації і професійного навчання: Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції (24 листопада 2011 р.) у двох частинах. / укладачі Л. М. Капченко, С. О. Тарасюк, Л. Т. Авдєєв та ін. – К.: ІПК ДСЗУ, ч. 1, 2011. – С. 309-319.

297. Шевенко А. М. Професійне самовизначення старшокласників як цілеспрямований процес / А. М. Шевенко // Психологічний часопис / 2021. – С. 72-81. ISSN 2414-004X Online (Індексується у Index Copernicus) <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/current>

298. Шевенко А. М. Профорієнтаційний компонент у змісті сучасного підручника // Сучасні психологічні вимоги до підручника для Нової української школи: збірник матеріалів наукових доповідей круглого столу (м. Київ, 26 серпня 2021 року) / за ред. С. Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. – С. 130-133.

299. Шевенко А. М. Психологічні аспекти профорієнтаційної роботи з обдарованими старшокласниками / А. М. Шевенко // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – № 12. – 2013. – С. 19-22.

300. Шевенко А. М. Психологічні особливості профорієнтації старшокласників до вибору професії педагогічного профілю // Педагогічна майстерність як система професійно-мистецьких компетентностей: Матеріали звітної наукової конференції Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України за 2009 рік. – Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. – С. 186-188.

301. Шевенко А. М. Роль шкільної психолого-педагогічної служби у профорієнтаційній роботі з обдарованими дітьми / А.М. Шевенко // Формування компетентностей обдарованої особистості в системі освіти: матеріали науково-практичної конференції, 6-7 липня 2012 р., м. Севастополь: у 2 книгах. – Книга 1. – К.: Інститут обдарованої дитини, 2012. – С. 225-231.

302. Шевенко А. М. Силабус навчальної дисципліни «Портфоліо молодого вченого», 2016. – 11 с.
http://ipood.com.ua/data/Aspirantura/sylabusy_053/053_Portfolio_molodoho_vchenoho..pdf

303. Шевенко А. М. Соціально-психологічний супровід професійного самовизначення учнів / Практичний психолог: Школа. – К. – № 11. – 2013. – С. 30-37.

304. Шевенко А. М. У чому криється феномен обдарованої дитини / А.М. Шевенко // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – № 4. – 2014. – С. 92-95.

305. Шевенко А. М. Проектування професійного майбутнього: вебінар ІПООД імені Івана Зязюна НАПН України. 13.11.2020.
<http://ipood.com.ua/novini/modul-3-proektuvannya-profesiynogo-maybutnogo-1001/>

306. Шевенко А. М. Суперечності сучасної профорієнтації: чи потрібен кар'єрний радник ЗЗСО. Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: Збірник матеріалів XI Всеукраїнських психолого-педагогічних

читань, присвячених пам'яті Бориса Олексійовича Федоришина. – Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України., 2021. – С. 143-148. <http://ipood.com.ua/e-library/programi-i-zbirniki-materialiv/proforntacya-stan--perspektivi-rozvitku-2021-zbirnik-tez/>

307. Шевенко А. М., Білоус О. І. Виявлення та активізація особистісно-професійних ресурсів шляхом створення портфоліо педагогічного працівника. Тенденції розвитку освіти дорослих в Україні та зарубіжжі: матеріали тез доповідей Звітної конференції Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України за 2019 рік (25-26 березня 2020р.) / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. – Київ: «ДКС-ЦЕНТР», 2020. – С. 133-138.

308. Шевенко А. М., Четверікова Н. В. Шляхи ефективної взаємодії практичного психолога і соціального педагога // Практичний психолог: школа. – № 3. – 2014. – С. 13-16.

309. Шибутани Т. Социальная психология, 1969. – 535 с.

310. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. – Монографія. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. – 232 с.

311. Эриксон Э. Г. Идентичность: Юность и кризис: Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.

312. Юнг К. О становлении личности / К. Г. Юнг // Структура психики и процесс индивидуализации. – М.: Наука, 1996. – С. 207-219.

Партнерство та соціальні навички (soft skills)										
Тема 11. Вміння працювати в команді	2	0,25	0,25	0,25	1	0,25	-	-	-	-
Тема 12. Синергія партнерської взаємодії	2	0,25	0,25	0,25	1	0,25	-	-	-	-
Змістовий модуль 7. Акценти творчості у праці										
Тема 13. Творчий потенціал людини	2	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	-	0,25	0,25	0,25
Тема 14. Індивідуальність – бренд у майбутньому	2	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	-	0,25	0,25
Змістовий модуль 8. Досвід набувається в діяльності										
Тема 15. Цінність досвіду у практиці професійного самовизначення та особистісного зростання	2	0,25	0,25	0,25	-	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Тема 16. SWOT-аналіз як інструмент планування та аналізу власної діяльності	2	0,25	0,25	0,25	-	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Змістовий модуль 9. Вміння керувати собою										
Тема 17. Емоційний інтелект та його складові	2	0,25	0,25	0,25	0,5	0,25	0,25	0,25	-	-
Тема 18. Характеристика емоційно позитивної особистості	2	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	-	0,25	0,25
Змістовий модуль 10. Я – зріла особистість										
Тема 19. Характеристика зрілої особистості	2	0,25	0,25	0,25	0,5	0,5	-	0,25	-	-
Тема 20. Самопрезентація профорієнтаційного портфоліо	2	0,25	-	0,25	-	-	1,5	-	-	-
Разом	40	5	4,5	4,75	8,75	5,5	4	2,75	1,75	3
Разом за блоками		14,25			18,25			7,5		
Усього годин		40								

Мета програми полягає у створенні комплексного профорієнтаційного простору для цілеспрямованого самовизначення та особистісного зростання старшокласників.

Розроблена та апробована комплексна навчально-розвивальна програма цілеспрямованого професійного самовизначення старшокласників, що реалізована у форматі профорієнтаційних занять, вміщує 10 модулів по два заняття в кожному. Кожен модуль має три блоки: теоретичний, практичний та прогностичний. Теоретичний блок (30% годин) спрямований на подання матеріалу у компактній формі, тоді як практичний блок (70% годин) поділяється на діагностичну частину та частину з тренінговими вправами, психологічними інструментами. Прогностичний блок програми складається із завдань, опрацювання яких сприяє розвитку компетентностей планування та моделювання професійного майбутнього.

Додаток 2.А

**Кейс психодіагностичного інструментарію до комплексної
навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного
самовизначення старшокласників**

Діагностичні методики	
Змістовий модуль 1. Унікальність кожної особистості	
Тема 1. Людина – найвища цінність	1. Методика А. Белова «Формула темпераменту». Методика дозволяє з'ясувати відсотковий розподіл рис різних типів темпераменту та визначити домінуючий тип. 2. Особистісний опитувальник Ганса Айзенка (EPI). Опитувальник дозволяє визначити тип темпераменту з урахуванням інтроверсії, екстраверсії особистості та виявлення рівня нейротизму.
Тема 2. Зовнішність – візитівка людини	3. Характерологічний тест Г. Шмішека, К. Леонгарда. Тест-опитувальник спрямований на виявлення акцентуацій характеру підлітків. 4. Методика дослідження самооцінки особистості С. Будассі. Методика дозволяє проводити кількісне дослідження самооцінки та визначає «Я» реальне особистості.
Змістовий модуль 2. Шляхи ефективної діяльності	
Тема 3. Алгоритм професійного самовизначення	5. Методика І. Соломіна «Сфера професійних уподобань учнів». За допомогою методики визначаються схильності особистості до різних сфер професійної діяльності. 6. Тест професійної спрямованості особистості Дж. Голланда на визначення професійного типу особистості.
Тема 4. Професійно важливі якості та цінності особистості	7. Опитувальник «Карта інтересів», автор О. Ю. Голомшток, модифікація О. Г. Філімонової. / Орієнтаційно-діагностична анкета інтересів ОДАНИ-2 С. Я. Карпіловської, Б. О. Федоришина. Методика використовується для діагностики професійної спрямованості старшокласників. 8. Методика Мілтона Рокича «Ціннісні орієнтації». Методика дозволяє визначити спрямованість особистості та визначити її ставлення до оточуючого світу, до інших людей, до себе.
Змістовий модуль 3. Проектування професійного майбутнього	
Тема 5. Постановка SMART-цілей та планування діяльності	9. Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка. За допомогою тесту досліджується уявлення старшокласників про майбутнє життя за такими характеристиками, як наявність або відсутність цілей у майбутньому, осмисленість життєвої перспективи, інтерес до життя, задоволеність життям, уявлення про себе як про активну та сильну особистість, яка самостійно приймає рішення та контролює своє життя. 10. Тест-опитувальник особистісної зрілості Ю. З. Гільбуха. Тест виявляє п'ять аспектів, що складають особистісну зрілість: мотивація досягнень, ставлення до власного «Я», почуття обов'язку, життєва установка, здатність до психологічної близькості з іншою людиною.
Тема 6. Кар'єрна орієнтація (кар'єрний коучинг)	11. Методика «Якоря кар'єри» Е. Шейна. Методика діагностує ціннісні орієнтації в кар'єрі особистості. 12. Опитувальник А. А. Реана «Мотивація успіху та страх невдачі». Опитувальник виявляє провідну мотивацію особистості на досягнення, чи на уникнення невдачі.

Змістовий модуль 4. Саморозвиток молодшої людини	
Тема 7. Саморозвиток – інструмент самоактуалізації	13. Модифікований опитувальник діагностики самоактуалізації особистості САМОАЛ, автор Лазукін в адаптації Каліна.
Тема 8. Кроки до самоактуалізації. Портрет самоактуалізованої особистості	14. Тест «Готовність до саморозвитку», автор В. Павлов. Тест виявляє готовність знати себе та бажання самовдосконалюватися. 15. Діагностика готовності до саморозвитку, автор А. М. Прихожан. За допомогою методики можна продіагностувати у кількісних показниках готовність до саморозвитку та самовдосконалення за п'ятьма рівнями.
Змістовий модуль 5. Відповідальність та лідерство	
Тема 9. З чого починається відповідальність	16. Опитувальник професійної готовності (ОПГ) Л. Н. Кабардової. Опитувальник виявляє до якої сфери професійної діяльності схильна людина: робота з людьми, робота з технікою, робота з інформацією, робота з тваринним та рослинним світом, творча робота. Вибір робиться з урахуванням наявності умінь, емоційного ставлення до певної діяльності та оцінки власних побажань щодо виконання тієї чи іншої діяльності. 17. Методика Дж. Роттера «Рівень суб'єктивного контролю» РСК. Методика дозволяє старшокласникам з'ясувати реальний рівень власного контролю над ситуаціями, що виникають та порівняти його з уявним.
Тема 10. Лідерство в житті та роботі	Низка методик на виявлення лідерських задатків та якостей: 18. «Лідер чи підлеглий», 19. «Який Ви керівник», 20. «Визначення лідерського потенціалу», 21. тест «Лідер», 22. тест «Я – лідер».
Змістовий модуль 6. Партнерство та соціальні навички (soft skills)	
Тема 11. Вміння працювати в команді	23. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда. Методика передбачає діагностику особистості за факторами: адаптивність, дезадаптивність; прийняття себе, неприйняття себе; прийняття інших, неприйняття інших; емоційний комфорт, емоційний дискомфорт; внутрішній контроль, зовнішній контроль; домінування, підлеглисть; уникнення проблем. 24. Методика оцінки «Комунікативних та організаторських здібностей» (КОС-2) Синявський В. В., Федоришин Б. О. Методика спрямована на виявлення комунікативних та організаторських здібностей особистості.
Тема 12. Синергія партнерської взаємодії	25. Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей», автор В.В. Бойко. Методика виявляє рівень емпатії – здатність особистості співпереживати проблемам інших людей. 26. Багатофакторний опитувальник особистості Реймонда Кеттела універсальний, практичний, дає багатогранну інформацію про індивідуальність. Фактори, за якими досліджується особистість: замкнутість – товариськість; інтелект; підпорядкованість – домінантність; стриманість – експресивність; схильність почуттям – висока нормативність поведінки; нерішучість – сміливість; жорстокість – чутливість; практичність – розвинена уява; прямолінійність – дипломатичність; впевненість в собі – тривожність; конформізм – нонконформізм; низький самоконтроль – високий самоконтроль; розслабленість – напруженість.

Змістовий модуль 7. Акценти творчості у праці	
Тема 13. Творчий потенціал людини	27. Проективна методика «Психометричний тест» Сьюзен Деллінгер. Психометрія, це унікальна система аналізу особистості, що дозволяє миттєво визначити тип особистості, надати характеристику особистісних якостей та особливостей власної поведінки та сценарій поведінки інших людей в типових ситуаціях.
Тема 14. Індивідуальність – бренд у майбутньому	28. Діагностична експрес-методика «Художник чи мислитель». Діагностика лівопівкульного (логічного) або правопівкульного (художнього) типу особистості.
Змістовий модуль 8. Досвід набувається в діяльності	
Тема 15. Цінність досвіду у практиці професійного самовизначення та особистісного зростання	-
Тема 16. SWOT-аналіз як інструмент планування та аналізу власної діяльності	-
Змістовий модуль 9. Вміння керувати собою	
Тема 17. Емоційний інтелект та його складові	29. Тест «Самооцінка психічних станів» (СПС) Г. Айзенка. Тест дозволяє визначити неадаптивні властивості особистості: тривожність, фрустрованість, агресивність, ригідність. 30. Методика «Самооцінка стійкості до стресу». Методика виявляє рівень стресостійкості особистості.
Тема 18. Характеристика емоційно позитивної особистості	31. Тест на оптимізм/песимізм. Тест розроблено засновником позитивної психології Мартіном Селігманом. Оптимізм визначається як стиль мислення, коли людина невдачі розглядає як життєві випадковості, а гарні події життя – як природні закономірності.
Змістовий модуль 10. Я – зріла особистість	
Тема 19. Характеристика зрілої особистості	32. Опитувальник особистісної зрілості, автор Штепа Олена Станіславівна. Опитувальник використовується з метою визначення загального рівня та особливостей особистісної зрілості людини, а також надання рекомендацій щодо особистісного зростання та профвідбору.
Тема 20. Самопрезентація профорієнтаційного портфоліо	-

Додаток 2.Б

**Кейс психологічних вправ та інструментів до комплексної
навчально-розвивальної програми цілеспрямованого професійного
самовизначення старшокласників**

Тренінгові вправи та вправи прогностичного блоку	
Змістовий модуль 1. Унікальність кожної особистості	
Тема 1. Людина – найвища цінність	<p>Практичний блок: Психологічні вправи: «Часові кола», мета: побачити зв'язок минулого, теперішнього і майбутнього у життєдіяльності людини, проаналізувати вплив минулого на сьогодення та зрозуміти, що майбутнє починається сьогодні; «Мої переваги та сильні сторони/риси/якості», мета: виявити власні сильні сторони на які варто спиратися особистості; «Хваліть мене, хваліть», мета: навчитись правилам самопідтримки та самопідхвалювання. Пригадування ситуацій успіху їх аналіз. Міні презентація власних сильних сторін.</p> <p>Прогностичний блок: Написання есе «Я унікальна та неповторна особистість», мета: навчитися чітко представляти себе та свою унікальність у невеликому текстовому форматі та набути навичок самопрезентації.</p>
Тема 2. Зовнішність – візитівка людини	<p>Практичний блок: Проба: Заповнення анкет для співбесіди з роботодавцем. Мета: ознайомлення із загальними правилами заповнення резюме та SW. Перегляд відео-роликів «Зустріч з роботодавцем» та самостійне програвання подібних ситуацій. Мета: створення умов та атмосфери, подібних до реальної зустрічі з потенційним роботодавцем.</p> <p>Прогностичний блок: Моделювання ідеального образу «Я» та порівняння його з «Я» реальним.</p>
Змістовий модуль 2. Шляхи ефективної діяльності	
Тема 3. Алгоритм професійного самовизначення	<p>Практичний блок: Розробка покрокового алгоритму професійного самовизначення старшокласників. Мета: засвоєння та опрацювання загальних правил вибору професії. Робота з використанням формули вибору професії (хочу-можу-треба). Мета: ознайомлення з різними варіантами формули та вибір оптимального для себе.</p> <p>Прогностичний блок: Візуалізація покрокового алгоритму професійного самовизначення. Мета: фіксація навичок вибору професії.</p>
Тема 4. Професійно важливі якості та цінності особистості	<p>Практичний блок: Визначення професійно важливих цінностей особистості, що співвідносяться із цінностями особистісного росту. Мета: проаналізувати сучасні професійні цінності та порівняти їх з цінностями особистісного зростання. Психологічна вправа «Діяльність, яка мені подобається». Мета: пригадати діяльність, яка подобалася у ранньому віці, обговорити її привабливі сторони. Опрацювання мотиваційного інструменту «З'їсти слона частинами». Мета: формування навичок внутрішньої мотивації долати велику задачу, розділивши її на менші завдання.</p> <p>Прогностичний блок:</p>

	Створення плану самореалізації власних можливостей та візуалізації-колажу його досягнення. Мета: набуття навичок формування «Я» професійного.
Змістовий модуль 3. Проектування професійного майбутнього	
Тема 5. Постановка SMART-цілей та планування діяльності	Практичний блок: Психологічна вправа «П'ять правил успішної постановки цілей». Мета: навчити учнів правилам постановки цілей. Психологічна гра: Визначення близьких та далеких цілей. Мета: навчити учнів відрізняти близькі та далекі цілі, формулювати їх у SMART-форматі. Спроба побудови далекої та недалекої перспективи. Мета: набуття досвіду планувальної діяльності. Психологічна вправа «Біг на місці». Мета: зрозуміти, що для того, щоб відбувалися якісні та кількісні зміни потрібно не лише мріяти, але і діяти. Прогностичний блок: Прогностична вправа моделювання «Образ майбутнього». Мета: проектування образу майбутнього.
Тема 6. Кар'єрна орієнтація (кар'єрний коучинг)	Практичний блок: Аналіз ситуацій: «Занурення у себе: вичленити риси, що заважають досягти успіху (лінь, марнування часу, неохайність у виконанні справ, байдужість до праці тощо) та обговорити, яким чином вони впливають (стримують, перешкоджають, знесилюють тощо) розвиток особистості». Психологічна вправа «Біг на місці». Мета: зрозуміти, що для того, щоб відбувалися якісні та кількісні зміни потрібно не лише мріяти, але і діяти. Прогностичний блок: Візуалізація «Я у професійному плані через 5, 10 років». Мета: формування навичок планування майбутнього.
Змістовий модуль 4. Саморозвиток молодого людини	
Тема 7. Саморозвиток – інструмент самоактуалізації	Практичний блок: Вісім шляхів самоактуалізації за А. Маслоу. Мета: ознайомлення з кроками самоактуалізації. Психологічна вправа «Побудова власної піраміди потреб». Мета: дослідити актуальні потреби старшокласників та провести їх якісний аналіз. Прогностичний блок: Моделювання та візуалізація самоактуалізованої особистості. Мета: створення умов для розкриття потенційних можливостей особистості.
Тема 8. Кроки до самоактуалізації. Портрет самоактуалізованої особистості	Прогностичний блок: Побудова психологічного портрету самоактуалізованої особистості. Мета: створення зразка (моделі) для наслідування в плані самоактуалізації у професійному та особистісному плані.
Змістовий модуль 5. Відповідальність та лідерство	
Тема 9. З чого починається відповідальність	Практичний блок: Інтерактивна вправа: «Визначення зон власної відповідальності». Мета: спонукати старшокласників до визначення у процентному співвідношенні власної відповідальності за певні життєві позиції. Психологічна вправа «Пригадування у себе наявності ознаки лідерства у ранньому віці». Мета: дослідити, які лідерські якості спостерігались у Вас у ранньому віці. Прогностичний блок: Написання міні-твору (не більше десяти речень) про власні лідерські задатки. Самопрезентація есе.
Тема 10. Лідерство в житті та роботі	Практичний блок: Порівняльний аналіз переліку власних особистісних якостей з якостями лідера. Мета: допомогти учням з'ясувати, які лідерські якості в них

	<p>присутні.</p> <p>Психологічна вправа «Розширення стосунків». Мета: розширення можливостей психологічного прийняття різних людей та речей.</p> <p>Прогностичний блок:</p> <p>Побудова моделі лідера майбутнього за зразком «Leadership 2050». Мета: ознайомлення з якостями лідера майбутнього та розуміння того, як старшокласникам розвивати зазначені якості у сьогодні.</p>
Змістовий модуль 6. Партнерство та соціальні навички (soft skills)	
Тема 11. Вміння працювати в команді	<p>Практичний блок:</p> <p>Аналіз вирішення конкретних конфліктних ситуацій у відповідності до сітки К. У. Томаса-Р. Х. Кілмена. Мета: опрацювання різних варіантів вирішення конфліктної ситуації.</p> <p>Робота в малих групах. Порівняльний аналіз індивідуального стилю діяльності з колективним. Мета: виявлення переваг індивідуальної та колективної роботи.</p> <p>Опрацювання правил командної роботи. Мета: закріплення правил командної роботи.</p> <p>Гра-нарратив «Використання різних стилів спілкування» за класифікацією Курта Левіна. Мета: ознайомлення зі стилями спілкування: авторитарний, ліберальний, демократичний.</p>
Тема 12. Синергія партнерської взаємодії	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа «Маніпулятивні тактики та гра в одні ворота». Мета: профілактика маніпулятивних тактик взаємодії.</p> <p>Психологічна вправа «Правила побудови партнерських стосунків» (синергетичний підхід). Мета: ознайомлення з правилом синергії: один плюс один – дорівнює три.</p>
Змістовий модуль 7. Акценти творчості у праці	
Тема 13. Творчий потенціал людини	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа-опис «Я і моя творча діяльність». Мета: пригадати свої відчуття у період заняття творчістю (цікавість, піднесення, милування, розслаблення, напруження тощо).</p> <p>Психологічна вправа «У яких видах діяльності я проявляю творчість». Мета: виявити максимальну кількість видів діяльності, де учні проявляють власні творчі здібності.</p> <p>Прогностичний блок:</p> <p>Візуалізація «Відкриття творчого потенціалу». Мета: зняття психологічних бар'єрів щодо прояву творчих ідей.</p>
Тема 14. Індивідуальність – бренд у майбутньому	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа «Мій герб (бренд)». Мета: усвідомлення власної цінності.</p> <p>Прогностичний блок:</p> <p>Створення та презентація власного логотипу. Мета: підтримка унікальності особистості з використанням символів власного ім'я.</p>
Змістовий модуль 8. Досвід набувається в діяльності	
Тема 15. Цінність досвіду у практиці професійного самовизначення та особистісного зростання	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа «Можливість повторення ситуації». Мета: відтворення інших варіантів вирішення певної ситуації.</p> <p>Психологічна вправа «Друге життя». Мета: аналіз відповідності між реальним життям та тим, яке було озвучено як друге.</p> <p>Психологічна вправа (порівняння) «Як я бачу себе, як мене бачать інші». Мета: набуття рефлексивних та саморефлексивних компетенцій.</p>
Тема 16. SWOT-аналіз як інструмент планування та	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа (виявлення) «Причина та наслідок», «Плюси та мінуси поведінки» (аналіз). Мета: виявлення та аналіз причинно-наслідкових зв'язків.</p>

аналізу власної діяльності	<p>Психологічна вправа «Таблетка від ...». Мета: збагачення досвіду щодо виходу з різних ситуацій на прикладі інших учасників психологічної вправи.</p> <p>Психологічна вправа «У третій особі». Мета: проаналізувати, як легше говорити про себе: від Я-позиції, чи від третьої особи.</p> <p>Робота з психологічним інструментом: SWOT-аналіз вибору професії та майбутньої діяльності. Мета: опрацювання всіх можливостей та утруднень як внутрішніх, так і зовнішніх, за допомогою SWOT-аналізу.</p>
Змістовий модуль 9. Вміння керувати собою	
Тема 17. Емоційний інтелект та його складові	<p>Практичний блок:</p> <p>Психологічна вправа «Мій емоційний стан». Мета: визначення переважаючих емоційних станів у різних ситуаціях в школі, вдома, на секції.</p> <p>Практика постановки запитань, які потребують розгорнутих відповідей. Мета: набуття досвіду ведення конструктивного діалогу.</p>
Тема 18. Характеристика емоційно позитивної особистості	<p>Практичний блок:</p> <p>Опрацювання правил позитивного мислення. Мета: ознайомлення з правилами та використання їх у повсякденному житті і роботі.</p> <p>Використання афірмацій, приклади ефективних афірмацій. Мета: напрацювання звички самопідтримки та самомотивації.</p>
Змістовий модуль 10. Я – зріла особистість	
Тема 19. Характеристика зрілої особистості	<p>Практичний блок:</p> <p>Повторний порівняльний аналіз наявності рис Я-реальне, Я-ідеальне.</p> <p>Опрацювання інтраперсональних та інтерперсональних критеріїв особистісного зростання на прикладі порівняльної таблиці.</p>
Тема 20. Самопрезентація профорієнтаційного портфолію	<p>Практичний блок:</p> <p>Самопрезентація з використанням матеріалів власного профорієнтаційного портфолію.</p>

Додаток 3

ПРОФОРІЄНТАЦІЙНЕ ПОРТФОЛІО СТАРШОКЛАСНИКІВ

Алгоритм створення профорієнтаційного портфоліо старшокласників:

Розділ 1. Візитівка (файл 1)

- Фотографія
- Прізвище, ім'я, по батькові старшокласника
- Назва навчального закладу, клас

Розділ 2. Індивідуально-особистісні якості (файл 2-3)

- Особисті якості старшокласника
- Професійно важливі якості (ключові життєві компетенції)

Розділ 3. Дані профорієнтаційної діагностики (файл 4-5)

- Кількісні показники та якісна оцінка діагностичних методик

Розділ 4. Родинне дерево професій (файл 6-7)

- Професії родини
- Професійне кредо, професійне есе, коротка історія професії
- Думка батьків щодо продовження професії

Розділ 5. Дані про успішність (файл 8-9)

- Перелік оцінок, середній бал
- Успішність за предметами

Розділ 6. Участь в олімпіадах, конкурсах (файл 10-11)

- Назва, місце, час, результат

Розділ 7. Володіння додатковими навичками (файл 12-13)

- Знання іноземної мови
- Володіння інформаційними технологіями

Розділ 8. Соціальна, творча, спортивна активність (файл 14-15)

- Участь у соціальних проектах
- Творча діяльність
- Спортивні досягнення

Розділ 9. Подальший розвиток (файл 16-17)

- Рекомендації
- План подальшого професійного розвитку та особистісного зростання

Додаток 4

**Анкета виявлення рівнів сформованості професійного самовизначення
старшокласників**

№	Питання анкети	Експертна оцінка				
		Психо лог	Соціальн. педагог	Клас. Кер.	Сумар ний бал	Сумар ний бал за компонен тами
	<i>I блок питань</i>					
1.	<p><i>Вивчення індивідуально-типологічних особливостей (темперамент, характер)</i></p> <p>1б. – учень не вважає за потрібне дізнатися про особливості темпераменту, займає пасивну позицію на занятті.</p> <p>2б. – учень без зацікавлення приймає участь у роботі.</p> <p>3б. – учень активно включається у діагностичну роботу.</p>					Σ
2.	<p><i>Вивчення інтересів, здібностей, схильностей</i></p> <p>1б. – учень не вважає за потрібне дізнатися про власні здібності, його інтереси нестійкі.</p> <p>2б. – учень не пов'язує свої інтереси з майбутньою професією.</p> <p>3б. – учень демонструє власні здібності на уроках.</p>					
3.	<p><i>Знання основних правил вибору професії</i></p> <p>1б. – учень вважає, що основним правилом є вдалі знайомства.</p> <p>2б. – учень орієнтується у класичній формулі вибору професії (хочу-можу-треба).</p> <p>3б. – учень систематично цікавиться темою вибору професії.</p>					
4.	<p><i>Обізнаність у світі професій</i></p> <p>1б. – учень вважає, що рано думати про можливу професію, спочатку потрібно вступити до ВНЗ.</p> <p>2б. – учень орієнтується у професійних сферах лише близького оточення.</p>					

	3б. – учень самостійно шукає інформацію про актуальні та нові професії.					
	II блок питань					
5.	Оцінювання перспектив 1б. – учень не замислюється над майбутнім, вважає, що все якось владнається. 2б. – учню дещо важко планувати свою майбутню діяльність. 3б. – учень адекватно оцінює свої перспективи.					Σ
6.	Сформованість цінності праці 1б. – учень не вважає, що праця, це цінність. 2б. – учень вважає, що лише та праця цінна, за яку багато платять. 3б. – учень вважає, що кожна праця цінна.					
7.	Потреба в реалізації цінностей зростання 1б. – учень не вважає за потрібне виходити із зони комфорту. 2б. – учень час від часу намагається вийти із зони комфорту для досягнення певної мети. 3б. – учень приймає цінність росту.					
8.	Інтерес до самовдосконалення 1б. – учень не вважає за потрібне самовдосконалюватися. 2б. – учень нейтрально ставить до самовдосконалення. 3б. – учень цілеспрямовано вдосконалюється за кожної можливості.					
	III блок питань					
9.	Відповідальність за професійне самовизначення 1б. – учень вважає, що вибір професії залежить від батьків. 2б. – учень вважає, що вибір професії на 50% залежить від нього. 3б. – учень впевнений, що сам відповідальний за вибір професії.					Σ
10.	Знання своїх переваг 1б. – учень не вважає сильні сторони своєю унікальністю. 2б. – учень не пов'язує сильні сторони із професійним майбутнім. 3б. – учень вдало користується					

	своїми сильними сторонами та розуміє як їх вдало використовувати у майбутньому.					
11.	Прагнення кар'єри 1б. – учень не ставить собі амбітних цілей. 2б. – цілі учня короткострокові, вони не стосуються професійного майбутнього. 3б. – учень озвучує свої цілі, вони опосередковано стосуються професійного майбутнього.					
12.	Активність включення в профорієнтаційну роботу 1б. – робота йшла важко, безсистемно. 2б. – формальне включення в роботу без особистого зацікавлення. 3б. – учень намагався детальніше опрацювати кожне завдання.					

Метод експертної оцінки допомагає отримати дані щодо рівня сформованості компонентів професійного самовизначення старшокласників.

Рівні сформованості за сумарним балом:

- 0-3 низький рівень,
- 4-6 середній рівень,
- 7-9 високий рівень.

Рівні сформованості за сумарним балом за компонентами:

- 0-12 низький (пасивно-ситуативний),
- 13-24 середній рівень (формальний),
- 25-36 високий (усвідомлено-цілеспрямований).

Рівні сформованості поділяються на низький, це пасивно-ситуативне професійне самовизначення; середній, що відповідає формальному рівню сформованості; високий, представлено свідомо цілеспрямованим професійним самовизначенням.

Додаток 5

**Анкета виявлення рівнів сформованості особистісного зростання
старшокласників**

№	Питання анкети	Експертна оцінка				
		Психолог	Соц. пед.	Класн. кер.	Сумарний бал	Сумарний бал за компонентами
	<i>I блок питань</i>					
1.	<i>Віра в себе</i> 1б. – учень не вірить в себе. 2б. – учень частково вірить в себе. 3б. – учень переважно вірить в себе.					Σ
2.	<i>Розуміння себе</i> 1б. – учень не розуміє себе. 2б. – учень частково розуміє себе. 3б. – учень розуміє себе, «Я» реальне майже співпадає з «Я» ідеальним.					
3.	<i>Відкритість внутрішньому досвіду</i> 1б. – учень не пов'язує минуле, сьогодення та майбутнє. 2б. – учень частково вважає, що минуле впливає на майбутнє. 3б. – учень розуміє взаємозв'язок минулого, сьогодення та майбутнього.					
4.	<i>Цілісність</i> 1б. – учень переважно керується лише розумом, або лише почуттям. 2б. – учень керується розумом чи почуттям в залежності від ситуації. 3б. – учень намагається зважати (спиратися) і на розум і на почуття.					
	<i>II блок питань</i>					
5.	<i>Відповідальна воля</i> 1б. – учень не замислюється над причинно-наслідковими зв'язками. 2б. – учень частково замислюється над причинно-наслідковими зв'язками. 3б. – учень намагається відслідковувати причинно-наслідкові зв'язки своєї діяльності.					Σ
6.	<i>Відкритість до змін</i> 1б. – учень не готовий до змін.					

	2б. – учень частково готовий до змін. 3б. – учень готовий до змін.					
7.	Здатність приймати виважені рішення 1б. – учень розраховує на щасливий випадок. 2б. – учень розраховує на інших. 3б. – учень розраховує на себе.					
8.	Цінність інших 1б. – учень переважно категорично висловлюється про інших. 2б. – учень категоричний лише до деяких особистостей. 3б. – учень приймає цінність інших.					
	III блок питань					
9.	Творча адаптивність 1б. – учень завжди ігнорує проблеми. 2б. – учень частково справляється з проблемами. 3б. – учень підходить творчо до вирішення проблем.					Σ
10.	Соціалізованість 1б. – учень завжди уникає соціальних контактів. 2б. – помірно контактний. 3б. – учень відкритий до соціальних контактів.					
11.	Розуміння інших 1б. – учень розуміє лише себе. 2б. – учень час від часу ініціює конфлікти з іншими. 3б. – учень толерантно ставиться до інших.					
12.	Положення в групі однокласників 1б. – залежне від думки оточуючих. 2б. – частково залежне. 3б. – учень займає незалежну позицію.					

Рівні сформованості за сумарним балом:

- 0-3 низький рівень,
- 4-6 середній рівень,
- 7-9 високий рівень.

Рівні сформованості за сумарним балом за компонентами:

- 0-12 початковий,
- 13-24 середній рівень,
- 25-36 рівень з тенденцією до високого.

Додаток 6

**Анкета для старшокласників «Мої уподобання щодо діяльності»,
авт.Побірченко Н. А.**

1. Що Вам подобається робити, чим займатися?

2. Чи визначилися Ви з професією? «Так» «Ні»
3. Чи самостійно Ви обрали професію? «Так» «Ні»
4. Хто допоміг Вам обрати професію?

5. Чим подобається Вам обрана професія або діяльність? Що в ній цікавого?

6. Які нові риси Ви помітили у себе у порівнянні з минулим роком?

7. Які риси Ви б хотіли вдосконалити або розвинути у себе?

Диференційно-діагностичний опитувальник ДДО

Опитувальник дозволяє визначати професійну спрямованість особистості на основі аналізу переваг щодо різних видів діяльності.

Для оцінки професійної спрямованості на основі аналізу переваг щодо різних за характером видів діяльності використовується ДДО. В основу цієї методики покладено схему класифікації професій, у відповідності до якої всі професії поділяються на п'ять груп за предметом праці: «людина – природа», «людина – техніка», «людина – людина», «людина – знакова система», «людина – художній образ».

Інструкція

Припустимо, що після певного навчання Ви зможете виконувати будь-яку роботу. Але, якби Вам довелося вибирати лише з двох можливостей, щоб Ви обрали? Відповідь позначкою +, занесіть до бланку відповідей. Бажаємо успіхів.

Текст опитувальника

1а Доглядати за тваринами	чи	1б Обслуговувати машини, прилади
2а Допомогати хворим	чи	2б Складати таблиці, схеми для обчислювальних машин
3а Слідкувати за якістю книжкових ілюстрацій, плакатів, художніх листівок	чи	3б Слідкувати за станом, розвитком рослин

4а Обробляти матеріали (дерево, тканину, метал, пластмасу, тощо)	чи	4б Доводити товари до споживача, рекламувати, продавати.
5а Обговорювати науково – популярні книжки, статті.	чи	5б Обговорювати художні книжки (чи п'єси, концерти)
6а Вирощувати молодняк (тварин якої-небудь породи)	чи	6б Тренувати товаришів (чи молодших) у виконанні якихось дій (трудових, учбових, спортивних)
7а Копіювати малюнки ілюстрації (чи настроювати музичні інструменти)	чи	7б Керувати якимось вантажним транспортом чи підйомним краном, трактором, тепловозом.
8а Повідомляти, пояснювати людям потрібні їм відомості (у довідковому бюро, на екскурсії і т.п.)	чи	8б Оформлювати виставки, вітрини (чи брати участь у підготовці п'єс, концертів)
9а Ремонтувати речі, вироби (одяг, техніку), житло	чи	9б Шукати й виправляти помилки в текстах, таблицях малюнках.
10а Лікувати тварин	чи	10б Виконувати обчислення, розрахунки
11а Виводити нові сорти рослин	чи	11б Конструювати, проектувати нові види машин, одягу, будівель.
12а Розбирати сварки, суперечки між людьми, переконувати, роз'яснювати, карати, заохочувати.	чи	12б Розбиратися в схемах, кресленнях, таблицях (перевіряти, уточнювати, приводити до ладу).
13а Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності.	чи	13б Спостерігати, вивчати життя мікробів.
14а Обслуговувати, налагоджувати медичні прилади, апарати.	чи	14б Надавати людям медичну допомогу при пораненнях, ударах, опіках, тощо.
15а Складати точні описи – звіти про явища, події, які відбуваються, вимірювати об'єкти, тощо.	чи	15б Художньо описувати, відтворювати події (які спостерігаються і уявляються)
16а Робити лабораторні аналізи в лікарні	чи	16б Приймати, оглядати хворих, спілкуватися з ними, призначати лікування.
17а Фарбувати чи розписувати стіни приміщень, поверхні виробів.	чи	17б Здійснювати монтаж чи зборку машин, приладів.
18а Організувати культпоходи	чи	18б Грати на сцені, брати участь у

однолітків чи молодших в театри, музеї, екскурсії, туристичні походи й т.п.		концертах.
19а Виготовляти по кресленням деталі, вироби (машини, одяг), будувати будівлі	чи	19б Займатися кресленням копіювати схеми, карти.
20а Вести боротьбу з хворобами рослин, зі шкідниками лісу, саду.	чи	20б Працювати на клавiшних машинах (друкарській машинці, телетайпи, набірній машині)

Бланк відповідей до ДДО

1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	
Σ	Σ	Σ	Σ	Σ
Л – П	Л – Т	Л – Л	Л – З	Л – Х

Обробка результатів

У кожному з п'яти вертикальних стовпчиків необхідно підрахувати суму позитивних відповідей. Аналізуючи отримані дані, слід зазначити, що питання підібрані таким чином, що у першому стовпчику вони стосуються професій типу «людина – природа» (П), у другому – «людина – техніка» (Т), у третьому – «людина – людина» (Л), у четвертому – «людина – знакова система» (З), у п'ятому – «людина – художній образ».

Максимальні суми плюсів у тих чи інших стовпчиках вказують на спрямованість особистості до певної області професійної діяльності.

Додаток 7
Опитувальник «Якорі кар'єри» Е.Шейна

Інструкція: Опитувальник, який ви зараз будете заповнювати, виявляє ваші переваги у виборі професійного шляху та побудови кар'єри. Вам необхідно відповісти на 41 питання за 10-бальною шкалою (1 бал – «зовсім не погоджуюсь», 10 балів – «виключно важливо» або «повністю згоден»). Відповідь вносьте до бланку відповідей. Опитувальник заповнюється приблизно за 10 хвилин.

Питання опитувальника:

1. Бажання будувати кар'єру в рамках конкретної професійної сфери.
2. Бажання спостерігати, керувати і впливати на людей.
3. Мати можливість робити все по своєму і не обмежуватись правилами якоїсь організації.
4. Мати постійне місце роботи з гарантованим окладом та пакетом соціального захисту.
5. Застосовувати свої вміння спілкуватися на користь людям, допомагати іншим.
6. Працювати над проблемами, які здаються майже не вирішуваними.
7. Вести такий спосіб життя, в якому інтереси сім'ї та кар'єри рівнозначні.
8. Створювати та будувати дещо, що буде моєю власною ідеєю чи розробкою.
9. Вибір роботи за спеціальністю замість вищої посади, яка не пов'язана з моєю спеціальністю.
10. Бути першим керівником в організації.
11. Мати роботу яка не пов'язана з режимом чи іншими організаційними обмеженнями.
12. Працювати в організації, що забезпечить мені стабільність на довгий період часу.
13. Застосовувати свої вміння та здібності на те, щоб зробити світ кращим.
14. Змагатися з іншими та перемагати.
15. Будувати кар'єру, яка дозволить мені не змінювати мій спосіб життя.
16. Створити нове комерційне підприємство.
17. Присвятити своє життя обраній професії.
18. Зайняти високу керівну посаду.
19. Мати роботу, яка дає максимум свободи і автономії у виборі характеру занять, часу виконання, тощо.
20. Вибір місця проживання проти переїзду пов'язаного з підвищенням по службі.
21. Мати можливість використовувати свої вміння і талант для слугування високій меті.

22. Єдина дійсна ціль моєї кар'єри – знаходити і вирішувати складні питання незалежно від сфери їх виникнення.
23. Я завжди намагаюсь приділяти однакову увагу моїй сім'ї та кар'єрі.
24. Я завжди знаходжусь в пошуку ідей, які дозволять мені розпочати і побудувати власну справу.
25. Я погоджусь на керівну посаду тільки в тому випадку, якщо вона знаходиться в сфері моєї професійної компетенції.
26. Я хотів би досягти такого статусу в організації, який би дозволив мені мати можливість спостерігати за роботою інших та координувати їх діяльність.
27. В моїй професійній діяльності я віддаю перевагу своїй свободі та автономії.
28. Для мене важливіше залишитися проживати в нинішньому місці ніж отримати підвищення чи нову роботу в новій країні.
29. Я завжди шукав роботу, яка б могла приносити користь іншим.
30. Змагання та виграш – це найбільш важливі сторони моєї кар'єри.
31. Кар'єра має сенс тільки в тому випадку, якщо вона дозволяє жити, так як мені подобається.
32. Підприємницька діяльність складає центральну складову моєї кар'єри.
33. Я б скоріше залишив організацію, ніж став займатися роботою поза професійною сферою.
34. Я буду вважати, що досяг успіху у моїй кар'єрі тільки тоді, коли стану керівником вищого рівня у вагомій компанії.
35. Я не хочу, щоб мене обмежувала якась організація чи світ бізнесу.
36. Я віддам перевагу роботі в тій організації, яка забезпечить довгостроковий контракт.
37. Я хотів би присвятити свою кар'єру досягненню важливої та корисної мети.
38. Я вважатиму себе успішним тільки в умовах постійного вирішення складних завдань чи в ситуації змагання.
39. Вибрати та підтримувати певний спосіб життя важливіше ніж досягти успіху у кар'єрі.
40. Я завжди хотів започаткувати та побудувати власний бізнес.
41. Я віддаю перевагу роботі, яка не пов'язана з відрядженнями.

Бланк відповідей

<i>1 ст.</i>	<i>2 ст.</i>	<i>3 ст.</i>	<i>4 ст.</i>	<i>5 ст.</i>	<i>6 ст.</i>	<i>7 ст.</i>	<i>8 ст.</i>
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24

25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
			41				
1) ПК	2) М	3) А	4а) СМР	5) С	6) В	7) ІСЖ	8) П
			4б) СМП				

Обробка результатів:

Бланк відповідей служить ключем для обробки результатів:

- 1-й стовпчик – професійна компетентність;
- 2-й стовпчик – менеджмент;
- 3-й стовпчик – автономія (незалежність);
- 4-й стовпчик – а питання 4, 12, 36 – стабільність місця роботи,
– б питання 20, 28, 41 – стабільність місця проживання;
- 5-й стовпчик – служіння;
- 6-й стовпчик – виклик;
- 7-й стовпчик – інтеграція стилів життя;
- 8-й стовпчик – підприємливість.

По кожній кар'єрній орієнтації (по кожному стовпчику) підраховується кількість балів. Для цього бали складаються та діляться на кількість питань – 5 (для орієнтації «стабільність» – 3 і 3).

Найвищий показник – 10, найнижчий – 1. Отримане значення свідчить про рівень вираженості відповідної кар'єрної орієнтації.

Узагальнений результат – середнє значення суми балів, отриманих з усіх кар'єрних орієнтацій, може свідчити про вираженість фактора професійної мотивації, про «напруженість» спрямованості на діяльність. Слід звернути увагу також на «перекос» в бік якоїсь однієї орієнтації або баланс всіх видів кар'єрних орієнтацій.

Додаток 8
Анкета для старшокласників
«Мої міркування щодо професійного майбутнього»,
авт. Побірченко Н. А.

1. Чи варто в наш час чесно працювати? Чому?
2. Чи потрібно здобувати серйозну професійну освіту, чи можна й так добре прожити? Чому?
3. Які професії, на Вашу думку, сьогодні потрібні країні? Чому?
4. Які професії Ви б хотіли собі обрати? Чому?
5. Ким би Ви хотіли стати через 5, 10, 15 років? Чому?
6. Назвіть декілька етапів на шляху до своєї професійної мрії?
7. Чи знаєте Ви у якому навчальному закладі готують спеціалістів щодо обраних Вами професій? Перелічіть ці заклади.
8. Які зовнішні обставини можуть перешкоджати здійсненню вашого професійного вибору? Чому?
9. Як Ви збираєтесь протидіяти обставинам, що Вам заважатимуть?
10. Які Ваші особисті риси можуть заважати Вам у професії? Чому?
11. Як Ви збираєтесь переборювати свої недоліки і готуватися до професійного життя?
12. Які професії є для Вас резервними?
13. Що Ви робите для свого професійного майбутнього?
14. Чи вважаєте Ви свій вибір свідомим і обґрунтованим? Чому?
15. Хто несе відповідальність за Ваше професійне майбутнє?

Додаток 9

Тест «Готовність до саморозвитку»
(розробка В. В. Павлова)

Мета: визначити ступінь психологічного налаштування учня на розвиток власних здібностей та набуття нових знань.

Вік учнів: від 12 років.

Обладнання: роздруковані бланки тесту, олівці чи ручки.

Інструкція: Позначте знаком «+» або знаком «-» наявність чи відсутність у себе наведених нижче тверджень.

1. У мене часто з'являється бажання більше дізнатися про себе.
2. Я вважаю, що мені не потрібно в чомусь змінюватись.
3. Я впевнений у своїх силах.
4. Я вірю, що все задумане мною, здійсниться.
5. У мене немає бажання дізнатися про свої плюси та мінуси.
6. У моїх планах, я частіше сподіваюсь на успіх, ніж на себе.
7. Я хочу краще та ефективніше працювати.
8. Я вмію примусити себе, коли потрібно.
9. Мої невдачі багато в чому пов'язані з невмінням щось робити.
10. Я цікавлюсь думкою інших про мої якості та можливості.
11. Мені важко самотійно досягти задуманого і виховати себе.
12. У будь-якій справі я не боюся невдачі й помилок.
13. Мої якості та вміння повністю відповідають вимогам навчання.
14. Обставини сильніші за мене, навіть якщо я дуже хочу щось зробити.

Обробка отриманих результатів.

Результати тестування звірити з ключем та підрахувати кількість відповідей, що співпали із ним.

Ключ до тесту:

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
+	-	+	+	-	-	+	+	+	+	-	+	-	-

Високий рівень 10 – 14 відповідей співпадають з ключем: учень готовий до саморозвитку, йому притаманні урівноваженість, самотійність, упевненість.

Середній рівень 6 – 9 відповідей співпадають з ключем: учень прагне більше дізнатися про себе, випробувати свої можливості на практиці.

Низький рівень 1 – 5 відповідей співпадають з ключем: учню потрібна допомога і підтримка, він не готовий до саморозвитку.

Додаток 10

Тест-опитувальник «Визначення локалізації контролю»

Тест-опитувальник суб'єктивної локалізації контролю (СЛК) С. Р. Пантелєєва і В. В. Століна спрямований на вимір локусу контролю як узагальненої генералізованої перемінної.

Опитувальник містить 32 пункти (26 – працюючих пунктів та 6 – маскувальних), побудованих за принципом змушеного вибору одного з двох тверджень, він утворює одномірну шкалу, що дає узагальнений показник локусу контролю. Опитувальник СЛК призначений для виміру локусу контролю у старшокласників.

Інструкція: Виберіть з кожної пари лише одне твердження, з яким Ви більше згодні та відзначте відповідну йому букву у бланку відповідей». Бланк відповідей додається нижче.

Текст опитувальника:

1. а) недоліки у вихованні дітей часто пов'язані із зайвою суворістю батьків;
б) у наш час неблагополуччя дітей у значній мірі залежить від того, що батьки недостатньо суворі до них.
2. а) багато нещастя у житті людей пов'язуються з невдачею;
б) невдачі людей – результат їх власних помилок.
3. а) більшість недоліків у роботі сфери обслуговування пов'язано з тим, що ми погано з ними боремося;
б) найближчим часом поліпшити сферу обслуговування майже неможливо.
4. а) до людей ставляться так, як вони того заслуговують;
б) нажаль, достоїнства людини часто залишаються невизнаними, як би вона не намагалася їх відстояти.
5. а) спокійне життя учня в школі залежать від його відносин з класним керівником;
б) у сумлінного учня не буває конфліктів з вчителями.
6. а) скарги на те, що вчителі несправедливі до учнів, рідко бувають обґрунтованими;
б) більшість учнів не усвідомлюють, що їх оцінки в основному залежать від випадку.
7. а) без везіння ніхто не може бути успішним в житті;
б) якщо здатна людина мало чого домоглася, значить вона не використала своїх можливостей у повній мірі.
8. а) як би Ви не намагалися, деяким людям Ви все одно не сподобаєтеся;
б) люди, які не подобаються іншим, просто не вміють ладити з оточуючими.

9. а) спадковість відіграє головну роль у визначенні особистості;
б) людину визначає її життєвий досвід.
10. а) з мого досвіду я знаю, що якщо щось повинно відбутися, то це станеться;
б) я переконався, що прийняти рішення про виконання певних дій краще, ніж покластися на випадок.
11. а) у школяра, який завжди ретельно готується до уроків, рідко буває несправедлива оцінка;
б) систематичні заняття – зайва трата сил, бо іспит – це лотерея.
12. а) успіх приносить старанна робота, він мало залежить від везіння;
б) щоб добре влаштуватися, достатньо опинитися в потрібному місці.
13. а) думка учня буде врахована, якщо вона обґрунтована;
б) учні практично не впливають на рішення адміністрації школи.
14. а) що б я не планував, я впевнений, мені вдасться здійснити намічене;
б) планування майбутніх дій не завжди розумно, тому що багато чого залежить від випадку.
15. а) є певні люди, у яких нема нічого привабливого;
б) щось гарне є в кожній людині.
16. а) якщо прийнято вірне рішення, то досягнення того, що я хочу, мало залежить від обставин;
б) дуже часто ми можемо прийняти рішення, за допомогою монети (випадковості жеребу).
17. а) хто стане керівником – часто залежить від того, кому пощастить;
б) необхідно мати спеціальні здібності, щоб змусити людей виконувати те, що потрібно.
18. а) події у світі залежать від сил, якими ми не можемо керувати;
б) приймаючи активну участь у політичних та суспільних справах, люди можуть контролювати світові події.
19. а) якщо шкільне життя нецікаве, значить учнівське самоврядування не справляється зі своїми обов'язками;
б) зробити шкільне життя веселим і цікавим залежить від нас самих.
20. а) більшість людей не усвідомлять, наскільки їх життя визначається випадком;
б) не існує реально такої речі, як везіння.
21. а) людина іноді вправі припуститися помилки;
б) звичайно найкраще «приховати» свої помилки.
22. а) важко зрозуміти, чому ми подобаємося деяким людям;
б) як багато друзів ти маєш, залежить від того, яка ти особистість.
23. а) неприємності, що з нами трапляються, збалансовані удачами;
б) більшість нещасливих доль – результат відсутності здібностей, нещастя та ліні.
24. а) студент – це в минулому здатний, працьовитий учень;
б) щоб вступити до вузу, потрібні «зв'язки».

Додаток 11
Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО)

Тест сенсожиттєві орієнтації (методика СЖО) Д. О. Леонтєєва дозволяє оцінити уявлення старшокласників про майбутнє життя за такими характеристиками, як наявність або відсутність цілей у майбутньому, усвідомленості життєвої перспективи, інтерес до життя, задоволеність життям, уявлення про себе як про активну і сильну особистість, яка самостійно приймає рішення та контролює своє життя.

Діагностика усвідомленості життєвих цілей допомагає визначити джерело сенсу життя, який може бути знайдений або у майбутньому (мети), або у сьогодні (процес), або у минулому (результат), або у всіх трьох складових життя.

Бланк до тесту сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО)

1	Зазвичай я нудькую.	3210123	Зазвичай я сповнений енергії.
2	Життя здається мені завжди хвилюючим та захоплюючим.	3210123	Життя здається мені абсолютно спокійним та рутинним.
3	У житті я не маю певних цілей та намірів.	3210123	У житті я маю дуже чіткі цілі та наміри.
4	Моє життя здається мені вкрай безглуздим та безцільним.	3210123	Моє життя здається мені цілком осмисленим та цілеспрямованим.
5	Кожен день мені здається завжди новим та не схожим на інші.	3210123	Кожен день здається мені абсолютно схожим на всі інші.
6	Коли я вийду на пенсію, то займусь цікавими справами, якими завжди мріяв зайнятися.	3210123	Коли я вийду на пенсію, то намагатимусь не обтяжувати себе ніякими турботами.
7	Моє життя склалося саме так, як я мріяв.	3210123	Моє життя склалося зовсім не так, як я мріяв.
8	Я не досяг успіхів у здійсненні своїх життєвих планів.	3210123	Я здійснив багато чого з того, що було мною заплановано в житті.
9	Моє життя порожнє та нецікаве.	3210123	Моє життя наповнене цікавими справами.
10	Якби мені довелося підводити сьогодні підсумок свого життя, то я б сказав, що воно було цілком осмисленим.	3210123	Якби мені довелося сьогодні підводити підсумок свого життя, то я б сказав, що воно не мало сенсу.
11	Якби я міг вибирати, то побудував би своє життя	3210123	Якби я міг вибирати, то я прожив би життя ще раз так

	абсолютно інакше.		само, як живу зараз.
12	Оточуючий мене світ часто породжує в мені розгубленість та хвилювання.	3210123	Оточуючий мене світ, він зовсім не викликає у мене відчуття хвилювання, розгубленості.
13	Я людина дуже обов'язкова.	3210123	Я людина необов'язкова.
14	Я вважаю, що людина має можливість здійснити свій життєвий вибір за своїм бажанням.	3210123	Я вважаю, що людина позбавлена можливості вибирати через вплив зовнішніх обставин.
15	Я, безумовно, можу назвати себе цілеспрямованою людиною.	3210123	Я не можу назвати себе цілеспрямованою людиною.
16	В житті я ще не відчув свого покликання і не маю ясних намірів.	3210123	У житті я знайшов своє покликання та цілі.
17	Мої життєві погляди ще не визначилися.	3210123	Мої життєві погляди переважно визначилися.
18	Я вважаю, що мені вдалося знайти покликання та цікаві цілі в житті.	3210123	Я не впевнений в тому, що здатний знайти покликання та цікаву мету в житті.
19	Моє життя в моїх руках, і я сам ним керую.	3210123	Моє життя не підвладне мені, оскільки воно керується зовнішніми подіями.
20	Мої повсякденні справи приносять мені задоволення і приємність.	3210123	Мої повсякденні справи приносять мені суцільні неприємності і переживання.

Обробка результатів.

Для підрахунку балів слід перевести помічені обстежуваним позиції на симетричній шкалою (3 2 1 0 1 2 3) в оцінці по висхідній (1 2 3 4 5 6 7) або низхідній (7 6 5 4 3 2 1) за асиметричною шкалою.

Висхідну шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводять наступні пункти 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

Низхідну шкалу 7 6 5 4 3 2 1 – наступні пункти 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Ключ до тесту:

Субшкала 1 (цілі життя) – 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процес) – 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат) – 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контролю – «Я») – 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контролю-життя) – 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Загальний показник свідомості життя – сума по 20 пунктам.

Інтерпретація субшкал

1. Цілі в житті. Бали за цією шкалою характеризують наявність або відсутність в житті випробуваного цілей у майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість і часову перспективу. Низькі бали за цією шкалою навіть при загальному високому рівні ОЖ будуть властиві людині, яка живе сьогоднішнім або вчорашнім днем. Разом з тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не тільки цілеспрямованої людини, а й прожектери, плани якого не мають реальної опори в сьогоденні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, враховуючи показники по інших шкалах СЖО.

2. Процес життя або інтерес і емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник говорить про те, сприймає чи випробовуваний процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Високі бали за цією шкалою і низькі по іншим будуть характеризувати гедоніста, що живе сьогоднішнім днем. Низькі бали за цією шкалою – ознака незадоволеності своїм життям у сьогоденні; при цьому, однак, їй можуть надавати повноцінний сенс спогади про минуле або націленість в майбутнє.

3. Результативність життя, або задоволеність самореалізацією. Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивна і осмислена була прожита її частину. Високі бали за цією шкалою і низькі по іншим будуть характеризувати людину, яка доживає своє життя, у якого все в минулому, але минуле здатне надати сенс залишку життя. Низькі бали – незадоволеність прожитого частиною життя.

4. Локус контролю–«Я» («Я» – господар життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистості, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями і уявленнями про його сенс. Низькі бали - невіра в свої сили контролювати події власного життя.

5. Локус контролю-життя, або керованість життя. При високих балах – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тому, що життя людини непідвладна свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Додаток 12

**Модифікований опитувальник діагностики самоактуалізації
особистості (Методика САМОАЛ)
(А. В. Лазукин в адаптації Н. Ф. Калина)**

Методика містить 100 пар тверджень, з яких пропонується вибрати лише одне.

Методика дозволяє виявити загальний рівень самоактуалізації та окремі показники за 11 шкалами:

- | | |
|--|------------------------------|
| 1) орієнтація у часі; | б) автономність; |
| 2) цінності, | 7) спонтанність; |
| 3) погляд на природу
людини; | 8) саморозуміння; |
| 4) потреба в пізнанні; | 9) аутосимпатія; |
| 5) креативність (прагнення до
творчості); | 10) контактність; |
| | 11) гнучкість у спілкуванні. |

Інструкція. З двох варіантів тверджень виберіть той, який краще узгоджується з вашими уявленнями, точніше відображає ваші думки. Тут немає правильних чи неправильних відповідей, найкращою буде та відповідь, яка першою спаде на думку.

Опитувальник

1. а) Настане час, коли я заживу по-справжньому, не так, як зараз.
б) Я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. а) Я дуже захоплений власною професією.
б) Не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим я займаюсь.
3. а) Якщо незнайома людина зробить мені послугу, я почуваю себе зобов'язаним їй.
б) Приймаючи послугу незнайомої людини, я не почуваю себе зобов'язаним їй.
4. а) Мені буває важко зрозуміти свої почуття.
б) Я завжди можу зрозуміти свої почуття.
5. а) Я часто замислююсь над тим, чи правильно я поведив себе в тій або іншій ситуації.
б) Я рідко замислююсь над тим, наскільки правильна моя поведінка.
6. а) Я внутрішньо ніяковію, коли мені говорять компліменти.
б) Я рідко ніяковію, коли мені кажуть компліменти.
7. а) Здатність до творчості – природна властивість людини.
б) Далеко не всі люди наділені здатністю до творчості.
8. а) У мене не завжди вистачає часу на те, щоб стежити за новинками літератури і мистецтва.

- б) Я докладаю зусиль, намагаючись стежити за новинками літератури і мистецтва.
9. а) Я часто приймаю ризиковані рішення.
б) Мені важко приймати ризиковані рішення.
10. а) Інколи я можу дати співрозмовнику зрозуміти, що він мені здається дурним і нецікавим.
б) Я вважаю неприпустимим дати зрозуміти людині, що вона мені здається дурною і нецікавою.
11. а) Я люблю залишати приємне «на потім».
б) Я не залишаю приємне «на потім».
12. а) Я вважаю нечемним переривати розмову, якщо вона цікава тільки моєму співрозмовнику.
б) Я можу швидко і невимушено переривати розмову, яка цікава тільки одній стороні.
13. а) Я прагну до досягнення внутрішньої гармонії.
б) Стан внутрішньої гармонії майже недосяжний.
14. а) Не можу сказати, що я собі подобаюсь.
б) Я собі подобаюсь.
15. а) Я думаю, що більшості людей можна довіряти.
б) Думаю, що без крайньої необхідності людям довіряти не варто.
16. а) Погано оплачувана робота не може приносити задоволення.
б) Цікава, творча робота – сама по собі вже винагорода.
17. а) Досить часто мені нудно.
б) Мені ніколи не буває нудно.
18. а) Я не буду відступати від власних принципів навіть заради корисних справ, за які міг би розраховувати на людську вдячність.
б) Я б відступив від своїх принципів заради справ, за які люди були б мені вдячні.
19. а) Інколи мені важко бути щирим.
б) Мені завжди вдається бути щирим.
20. а) Коли я подобаюсь собі, мені здається, що я подобаюсь і оточуючим.
б) Навіть коли я собі подобаюсь, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
21. а) Я довіряю своїм зненацька виниклим бажанням.
б) Свої раптові бажання я завжди намагаюся осмислити.
22. а) Я повинен бути досконалим у всьому, що я роблю.
б) Я не занадто засмучуюсь, якщо мені не вдається бути досконалим.
23. а) Егоїзм – природна властивість будь-якої людини.
б) Більшості людей егоїзм не властивий.
24. а) Якщо я не відразу знаходжу відповідь на питання, то можу відкласти його на деякий час.
б) Я буду шукати відповідь на питання, що цікавить мене, незважаючи на витрати часу.

25. а) Я люблю перечитувати книги, які мені сподобались.
б) Краще прочитати нову книгу, ніж повертатися до прочитаної.
26. а) Я намагаюся поводитись так, як очікують оточуючі.
б) Я не схильний задумуватись над тим, чого чекають від мене оточуючі.
27. а) Минуле, нинішнє і майбутнє здаються мені єдиним цілим.
б) Думаю, моє нинішнє не дуже пов'язане з минулим або майбутнім.
28. а) Більша частина того, що я роблю, приносить мені задоволення.
б) Лише деякі з моїх занять по-справжньому мене тішать.
29. а) Прагнучи розібратись в характері і почуттях оточуючих, люди часто бувають нетактовні.
б) Прагнення розібратись в характері і почуттях оточуючих людей цілком природне і виправдовує деяку нетактовність.
30. а) Я добре знаю, які почуття я здатен відчувати, а які – ні.
б) Я ще не зрозумів до кінця, які почуття я здатен відчувати.
31. а) Я відчуваю докори сумління, якщо серджусь на тих, кого люблю.
б) Я не відчуваю докорів сумління, якщо серджусь на тих, кого люблю.
32. а) Людина повинна спокійно ставитись до того, що вона може почути про себе від інших.
б) Цілком природно образитись, почувши неприємну думку про себе.
33. а) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять користь.
б) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять задоволення.
34. а) В складних ситуаціях треба діяти випробованими засобами – це гарантує успіх.
б) В складних ситуаціях треба знаходити принципово нові рішення.
35. а) Люди рідко дратують мене.
б) Люди часто мене дратують.
36. а) Якщо б була можливість повернути минуле, я б там багато чого змінив.
б) Я задоволений своїм минулим і не хочу в ньому нічого змінювати.
37. а) Головне в житті – приносити користь і подбатись людям.
б) Головне в житті – робити добро і служити істині.
38. а) Інколи я боюся виглядати занадто ніжним.
б) Я ніколи не боюся проявляти свою ніжність.
39. а) Я вважаю, що висловити свої почуття важливо за будь-яких обставин.
б) Не варто необдуманно висловлювати свої почуття, не зваживши ситуацію.
40. а) Я вірю в себе лише тоді, коли відчуваю, що можу вирішити свої проблеми.
б) Я вірю в себе навіть тоді, коли не здатен вирішити свої проблеми.
41. а) Здійснюючи вчинки, люди керуються взаємними інтересами.
б) По своїй природі люди схильні піклуватись лише про власні інтереси.
42. а) Мене цікавлять всі нововведення в моїй професійній сфері.

- б) Я скептично ставлюсь до більшості нововведень в своїй професійній області.
43. а) Я думаю, що творчість повинна приносити користь людям.
б) Я вважаю, що творчість повинна приносити людям задоволення.
44. а) У мене завжди є своя власна точка зору з важливих питань.
б) Формуючи свою точку зору, я схильний прислуховуватися до думок поважних і авторитетних людей.
45. а) Секс без любові не є цінністю.
б) Навіть без любові секс – дуже значуща цінність.
46. а) Я почуваю себе відповідальним за настрої співрозмовника.
б) Я не почуваю себе відповідальним за це.
47. а) Я легко мирюся зі своїми слабкостями.
б) Змиритися зі своїми слабкостями мені нелегко.
48. а) Успіх в спілкуванні залежить від того, наскільки людина здатна розкрити себе іншому.
б) Успіх в спілкуванні залежить від уміння підкреслити свої переваги і приховати недоліки.
49. а) Моє почуття самоповаги залежить від того, чого я досягнув.
б) Моє почуття самоповаги не залежить від моїх досягнень.
50. а) Більшість людей призвичаїлися діяти «за лінією найменшого опору».
б) Думаю, що більшість людей до цього не схильні.
51. а) Вузька спеціалізація необхідна для вченого.
б) Заглиблення у вузьку спеціалізацію робить людину обмеженою.
52. а) Дуже важливо, чи є у людини в житті радощі пізнання і творчості.
б) В житті дуже важливо приносити користь людям.
53. а) Мені подобається брати участь в палких суперечках.
б) Я не люблю суперечок.
54. а) Я цікавлюся віщуваннями, гороскопами, астрологічними прогнозами.
б) Подібні речі мене не цікавлять.
55. а) Людина повинна працювати заради задоволення своїх потреб і блага своєї сім'ї.
б) Людина повинна працювати, щоб реалізувати свої здібності і бажання.
56. а) У вирішенні особистих проблем я керуюсь загальноновизнаними уявленнями.
б) Свої проблеми я вирішую так, як вважаю за потрібне.
57. а) Воля потрібна для того, щоб стримувати бажання і контролювати почуття.
б) Головне призначення волі – підштовхувати зусилля і збільшувати енергію людини.
58. а) Я не соромлюсь своїх слабкостей перед друзями.
б) Мені нелегко виявляти свої слабкості навіть перед друзями.
59. а) Людині властиве прагнення до нового.
б) Люди прагнуть до нового лише за необхідністю.

60. а) Я думаю, що вираз «вік живи – вік навчайся» є хибним.
б) Вираз «вік живи – вік навчайся» я вважаю істинним.
61. а) Я думаю, що сенс життя полягає в творчості.
б) Навряд чи в творчості можна знайти сенс життя.
62. а) Мені буває непросто познайомитися з людиною, яка мені симпатична.
б) Я не маю труднощів, знайомлячись з будь-ким.
63. а) Мене засмучує, що значна частина життя минає даремно.
б) Не можу сказати, що деяка частина мого життя минає даремно.
64. а) Для обдарованої людини є неприпустимим нехтування своїм обов'язком.
б) Талант і здібність важать більше, ніж обов'язок.
65. а) Мені добре вдається маніпулювати людьми.
б) Я вважаю, що маніпулювати людьми неетично.
66. а) Я намагаюся уникати засмучення.
б) Я роблю те, що вважаю за потрібне, незважаючи на можливі засмучення.
67. а) В більшості ситуацій я не можу дозволити собі блазнювати.
б) Є безліч ситуацій, в яких я можу дозволити собі блазнювати.
68. а) Критика на мою адресу знижує мою самооцінку.
б) Критика практично не впливає на мою самооцінку.
69. а) Заздрість властива тільки невдахам, які вважають, що їх обійшли.
б) Більшість людей заздрісні, хоча і намагаються це приховати.
70. а) Вибираючи для себе заняття, людина повинна враховувати його суспільну значимість.
б) Людина повинна займатися передусім тим, що їй цікаво.
71. а) Я думаю, що для творчості необхідні знання в обраній області.
б) Я думаю, що знання для цього зовсім не обов'язкові.
72. а) Я можу сказати, що живу з відчуттям щастя.
б) Я не можу сказати, що живу з відчуттям щастя.
73. а) Я думаю, що люди мають аналізувати себе і своє життя.
б) Я вважаю, що самоаналіз приносить більше шкоди, ніж користі.
74. а) Я намагаюся знайти пояснення навіть для тих своїх вчинків, котрі роблю просто тому, що мені це хочеться.
б) Я не шукаю пояснення для своїх дій і вчинків.
75. а) Я впевнений, що кожний може прожити своє життя так, як йому хочеться.
б) Я думаю, що у людини мало шансів прожити своє життя так, як хотілося б.
76. а) Про людину ніколи не можна сказати із впевненістю, добра вона чи зла.
б) Добра людина чи зла – це видно одразу.
77. а) Для творчості потрібно дуже багато вільного часу.
б) Мені здається, що в житті завжди можна знайти час для творчості.

78. а) Зазвичай я бажаю переконати співрозмовника, що я маю рацію.
б) В суперечці я намагаюся зрозуміти точку зору співрозмовника, а не переконати його.
79. а) Якщо я роблю щось винятково для себе, мені буває ніяково.
б) Я не відчуваю ніяковості в такій ситуації.
80. а) Я вважаю себе творцем свого майбутнього.
б) Навряд чи я сильно впливаю на власне майбутнє.
81. а) Вираз «добро має бути з кулаками» я вважаю правильним.
б) Навряд чи правильний вираз «добро має бути з кулаками».
82. а) Я думаю, недоліки людей значно помітніші, ніж їхні чесноти.
б) Чесноти людини побачити значно легше, ніж її недоліки.
83. а) Інколи я боюся бути самим собою.
б) Я ніколи не боюся бути самим собою.
84. а) Я намагаюся не згадувати про свої минулі неприємності.
б) Час від часу я схильний повертатися до спогадів про минулі невдачі.
85. а) Я вважаю, що метою життя повинно бути щось значне.
б) Я зовсім не вважаю, що метою життя неодмінно повинно бути щось значне.
86. а) Люди прагнуть того, щоб розуміти і довіряти одна одній.
б) Замикаючись в колі власних інтересів, люди не розуміють оточуючих.
87. а) Я намагаюся не бути «білою вороною».
б) Я дозволяю собі бути «білою вороною».
88. а) В довірливій бесіді люди, зазвичай, щирі.
б) Навіть в довірливій бесіді людині важко бути щирою.
89. а) Буває, що я соромлюсь виявляти свої почуття.
б) Я ніколи цього не соромлюсь.
90. а) Я можу робити щось для інших, не вимагаючи, щоб вони це оцінили.
б) Я маю право очікувати від людей, що вони оцінять те, що я для них роблю.
91. а) Я виявляю свою приязнь до людини незалежно від того, чи взаємна вона.
б) Я рідко виявляю свою приязнь до людини, не будучи впевненим, що вона взаємна.
92. а) Я думаю, що в спілкуванні потрібно відкрито виявляти своє невдоволення іншими.
б) Мені здається, що в спілкуванні люди повинні приховувати взаємне невдоволення.
93. а) Я приймаю наявність протиріч в самому собі.
б) Внутрішні протиріччя знижують мою самооцінку.
94. а) Я прагну відкрито висловлювати свої почуття.
б) Думаю, що у відкритому прояві почуттів завжди є елемент нестриманості.
95. а) Я впевнений в собі.

- б) Не можу сказати, що я впевнений в собі.
96. а) Досягнення щастя не може бути головною метою людських стосунків.
б) Досягнення щастя – головна мета людських стосунків.
97. а) Мене люблять, тому що я цього заслуговую.
б) Мене люблять, тому що я сам здатен любити.
98. а) Нерозділене кохання здатне зробити життя нестерпним.
б) Життя без кохання гірше, аніж нерозділене кохання в житті.
99. а) Якщо розмова не вдалася, я спробую побудувати її інакше.
б) Зазвичай розмова не складається через неухважність співрозмовника.
100. а) Я намагаюся справити на людей гарне враження.
б) Люди бачать мене таким, який я насправді.

Бланк відповідей:

1.	16.	31.	46.	61.	76.	91.
2.	17.	32.	47.	62.	77.	92.
3.	18.	33.	48.	63.	78.	93.
4.	19.	34.	49.	64.	79.	94.
5.	20.	35.	50.	65.	80.	95.
6.	21.	36.	51.	66.	81.	96.
7.	22.	37.	52.	67.	82.	97.
8.	23.	38.	53.	68.	83.	98.
9.	24.	39.	54.	69.	84.	99.
10.	25.	40.	55.	70.	85.	100.
11.	26.	41.	56.	71.	86.	
12.	27.	42.	57.	72.	87.	
13.	28.	43.	58.	73.	88.	
14.	29.	44.	59.	74.	89.	
15.	30.	45.	60.	75.	90.	

Обробка та інтерпретація результатів

Ключ № 1

Прагнення до самоактуалізації виявляється такими пунктами тесту:

1. б	16. б	31. б	46. б	61. а	76. а	91. а
2. а	17. б	32. а	47. а	62. б	77. б	92. а
3. б	18. а	33. б	48. а	63. б	78. б	93. а
4. б	19. б	34. б	49. б	64. б	79. б	94. а
5. б	20. б	35. а	50. б	65. б	80. а	95. а
6. б	21. а	36. б	51. б	66. б	81. б	96. б
7. а	22. б	37. б	52. а	67. б	82. б	97. б
8. б	23. б	38. б	53. а	68. б	83. б	98. б
9. а	24. б	39. а	54. б	69. а	84. а	99. а
10. а	25. а	40. б	55. б	70. б	85. а	100. б
11. а	26. б	41. а	56. б	71. б	86. а	
12. б	27. а	42. а	57. б	72. а	87. б	
13. а	28. а	43. б	58. а	73. а	88. а	
14. б	29. б	44. а	59. а	74. б	89. б	
15. а	30. а	45. а	60. б	75. а	90. а	

Оціночна шкала

Кількість збігів відповідей з ключем № 1 визначає загальний рівень самоактуалізації особи у відсотках.

Ключ № 2

Окремі шкали опитувача САМОАЛ подані в таких пунктах:

- Орієнтація в часі:* 1б, 11а, 17б, 24б, 27а, 36б, 54б, 63б, 73а, 80а.
- Цінності самоактуалізації:* 2а, 16б, 18а, 25а, 28а, 37б, 45а, 55б, 61а, 64б, 72а, 81б, 85а, 96б, 98б.
- Погляд на природу людини:* 7а, 15а, 23б, 41а, 50б, 59а, 69а, 76а, 82б, 86а.
- Потреба в пізнанні:* 8б, 24б, 29б, 33б, 42а, 51б, 53а, 54б, 60б, 70б.
- Креативність (прагнення до творчості):* 9а, 13а, 16б, 25а, 28а, 33б, 34б, 43б, 52а, 55б, 61а, 64б, 70б, 71б, 77б.
- Автономність:* 5б, 9а, 10а, 26б, 31б, 32а, 37б, 44а, 56б, 66б, 68б, 74б, 75а, 87б, 92а.
- Спонтанність:* 5б, 21а, 31б, 38б, 39а, 48а, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91а, 92а, 94а.
- Саморозуміння:* 4б, 13а, 20б, 30а, 31б, 38б, 47а, 66б, 79б, 93а.

9. *Аутосимпатія*: 6б, 14б, 21а, 22б, 32а, 40б, 49б, 58а, 67б, 68б, 79б, 84а, 89б, 95а, 97б.

10. *Контактність*: 10а, 29б, 35а, 46б, 48а, 53а, 62б, 78б, 90а, 92а.

11. *Гнучкість в спілкуванні*: 3б, 10а, 12б, 19б, 29б, 32а, 46б, 48а, 65б, 99а.

Оціночна шкала

Результат 0-5 балів свідчить про низький рівень досягнень за даною шкалою, показник 5-10 балів – середній рівень розвитку, 10-15 балів – високий рівень самоактуалізації.

Примітка. Шкали 1, 3, 4, 8, 10 і 11 мають по 10 пунктів, а інші – по 15. Для того, щоб можна було порівняти отримані результати, кількість балів за цими шкалами слід помножити на 1,5. Можна одержати результат у відсотках: 15 балів (максимум за кожною шкалою) – 100%, а число набраних балів – X%.

Опис шкал опитувальника САМОАЛ

1. *Шкала орієнтації* в часі показує, наскільки людина живе сьогоденням, не відкладаючи своє життя «на потім» і не намагаючись знайти порятунок у минулому. Високий результат характерний для осіб, що добре розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і зараз», здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими втіхами і не знецінюючи очікуванням майбутніх успіхів. Низький результат показують люди, невротично заглиблені в минулі переживання, з завищеним прагненням до досягнень, підозрілі і невпевнені у собі.

2. *Шкала цінностей*. Високий бал за цією шкалою свідчить, що людина поділяє цінності особи, яка самоактуалізується, до їх числа Абрахам Маслоу відносив такі, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєності, життєвість, унікальність, досконалість, досягнення, справедливість, порядок, простота, легкість без зусиль, гра, самодостатність. Перевага цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного буття і здорових стосунків з людьми, далеке від бажання маніпулювати ними в своїх інтересах.

3. *Погляд на природу людини* може бути позитивним (висока оцінка) або негативним (низька). Ця шкала описує віру в людей, в могутність людських можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стала основа для щирих гармонійних міжособистісних стосунків, природна симпатія, довіра до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість.

4. Висока *потреба у пізнанні* характерна для особи, що самоактуалізується, завжди відкритій новим враженням. Ця шкала описує спроможність до миттєвого пізнання – безкорисливе бажання нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаний прямо з задоволенням різних потреб. Таке пізнання, вважає Маслоу, точніше і ефективніше, оскільки його процес не деформується бажаннями і потягами, людина при цьому не схильна судити, оцінювати і порівнювати. Вона просто бачить те, що є, і цінує це.

5. Прагнення до творчості або *креативність* – неодмінний атрибут самоактуалізації, яку можна назвати творчим ставленням до життя.

6. *Автономність*, на думку більшості гуманістичних психологів, є головним критерієм психічного здоров'я особи, її цілісності і повноти. Це поняття тяжіє до таких рис, як життєвість (*aliveness*) і самопідтримка (*self – support*) у Ф. Перлза, спрямованість зсередини (*inner – directed*) у Д. Рисмена, зрілість (*ripeness*) у К. Роджерса. Особа, яка самоактуалізується автономна, незалежна і вільна, однак це не означає відчуження і самотності. В термінах Е. Фромма автономність – це позитивна «свобода для», що відрізняється від негативної «свободи від».

7. *Спонтанність* – це якість, що випливає з упевненості в собі і довіри до навколишнього світу, властивих для людей, які є самоактуалізованими. Високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя, а не є мрією чи прагненням. Здатність до спонтанної поведінки обмежується культурними нормами, в природному вигляді її можна спостерігати хіба що у маленьких дітей. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями, як свобода, природність, гра, легкість без зусилля.

8. *Саморозуміння*. Високий показник за цією шкалою свідчить про чутливість, сензитивність людини до своїх бажань і потреб. У таких людей не формуються психологічні захисти, що заважають людині адекватно сприймати і оцінювати себе, вони не схильні підмінити власні смаки і оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Показники за шкалою саморозуміння, спонтанності і аутосимпатії, як правило, пов'язані між собою. Низький бал за шкалою саморозуміння властивий людям невпевненим, які орієнтуються на думку оточуючих. Д. Рисмен називав таких «орієнтованими ззовні» на відміну від «орієнтованих зсередини».

9. *Аутосимпатія* – природна основа психічного здоров'я і цілісності особи. Низькі показники мають люди невротичні, тривожні, невпевнені в собі. Аутосимпатія зовсім не означає тупої самовтіхи або некритичного самосприйняття, це просто добре усвідомлена «Я-концепція», що служить джерелом сталої адекватної самооцінки.

10. Шкала *контактності* вимірює товарицькість особи, її спроможність до встановлення тривалих і доброзичливих стосунків з оточуючими. В опитувальнику САМОАЛ контактність розуміється як загальна схильність до взаємнокорисних і приємних контактів з іншими людьми.

11. Шкала *гнучкості* в спілкуванні співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, спроможністю до адекватного самовираження в спілкуванні. Високі показники свідчать про автентичну взаємодію з оточуючими, спроможність до саморозкриття. Люди з високою оцінкою за цією шкалою орієнтовані на особистісне спілкування, не схильні до фальшу або маніпуляцій, не змішують саморозкриття особи з самопредставленням – стратегією і тактикою управління створюваним враженням. Низькі показники характерні для людей ригідних, негнучких, не впевнених у власній привабливості.