m_educ_2025_163

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
Кафедра практичної психології

Роль особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників

Кваліфікаційна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:
студентка 2 курсу, 623 групи
Ковальська Альона Олександрівна
Керівник:
канд. психол. наук,
доц. **Канівець Т.М.**

До захисту допущено
на засіданні кафедри
протокол №__ від «__»_____2024 р.
Зав. кафедри_____ доц. Радчук В.М.

Чернівці – 2024

АНОТАЦІЯ

Ковальська А. О. **Роль особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників** – Кваліфікаційна робота

Сучасне суспільство швидко змінюється, а тому акцентувати варто на правильному професійному виборі, який характеризує важливий етап у житті старшокласників. У кваліфікаційній роботі проведено аналіз процесу професійного самовизначення, який передбачає створення балансу між особистісними схильностями та вимогами професії.

Дослідження зосереджено на визначенні різних підходів, які змінюються та набувають специфічної значущості на кожному етапі розвитку професійного самовизначення старшокласників.

У ході теоретичного аналізу було проведено аналіз теоретичних засад досліджуваної проблеми у зарубіжній та вітчизняній психології, а також визначено критерії професійного самовизначення. У роботі представлено результати аналізу особливостей та механізмів формування професійного самовизначення, а також визначено роль самооцінки у професійному становленні.

Проведене емпіричне дослідження у вигляді анкетувань показало, що старшокласники часто стикаються з недостатністю базових знань для прийняття обґрунтованих рішень щодо майбутньої професійної діяльності, а також із труднощами саморозуміння у процесі планування та вибору професії. Ґрунтуючись на результатах дослідження розроблено рекомендації, спрямовані на полегшення процесу професійного вибору для старшокласників.

Ключові слова: особистісні особливості, професійне самовизначення, старшокласники, вибір професії, самооцінка, формування особистості, ціннісні орієнтації.

ABSTRACT

Kovalska A. O. **The Role of Personality Traits in Career Self-Determination of High School Students** – Qualification Paper

Contemporary society is rapidly changing, it is crucial to focus on making the correct career choice, which marks a crucial stage in the lives of high school students. This qualification paper presents an analysis of the career self-determination process, which involves creating a balance between personal inclinations and the requirements of a profession.

The study focuses on identifying various approaches that evolve and acquire specific significance at each stage of career self-determination in high school students.

Through theoretical analysis, the study examines the theoretical foundations of the problem in both foreign and domestic psychology, as well as defining the criteria for career self-determination. The paper presents the results of the analysis of the features and mechanisms of career self-determination and identifies the role of self-esteem in professional development.

The empirical research, conducted through surveys, showed that high school students often face a lack of basic knowledge for making informed decisions about future professional activities, as well as difficulties in self-understanding during the process of planning and choosing a profession. Based on the research results, recommendations were developed to facilitate the career choice process for high school students.

Keywords: personality traits, career self-determination, high school students, career choice, self-esteem, personality development, value orientations.

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

_____ А. О. Ковальська
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП……5

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ……9

1.1. Характеристика ранньої юності та її значення у формуванні особистості……...9

1.2. Роль самооцінки у професійному становленні……14

1.3. Особливості ціннісних орієнтацій у формуванні професійного самовизначення старшокласників……19

1.4. Значення особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників……22

РОЗДІЛ ІІ. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ ТА ЇХ РОЛІ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ……30

2.1. Організація емпіричного дослідження……..…...30

2.2. Аналіз результатів дослідження особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників……...33

ВИСНОВКИ……..48

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……50

ДОДАТКИ……55

ВСТУП

Актуальність проблеми. Правильний вибір професії означає знаходження свого місця в житті, обрання справи, що приносить задоволення та користь людям і суспільству. Легковажне та поспішне ставлення є неприйнятним, адже вони можуть призвести до руйнування життєвих планів. Люди, які обирають професію без усвідомленого інтересу до майбутньої діяльності, часто змінюють напрямок та не завершують навчання в освітніх закладах. Вони можуть закінчити навчання, але не бажають працювати за цією професією.

Вибір професії часто здійснюється через прагнення копіювати інших, при цьому уявлення про обрану спеціальність є поверхневими і часто випадковими.

Формування та розвиток особистості учнів займають важливе місце в сучасній школі, і особливо це стосується старшокласників на етапі якого відбувається переосмислення важливості моральних цінностей, формуються певні соціальні установки, відбувається переосмислення ставлення до самого себе, до людства, до навколишніх, риси характеру мають свою значущість, а форми міжособистісного поведінки проявляються по-особливому, і виникає особистісне важливе новоутворення, яке вчені називають – «самовизначення».

Процес професійного самовизначення передбачає досягнення балансу між власними схильностями і вимогами професійного розподілу праці, що потребує специфічного підходу до самовизначення яке має велике значення для старшокласників та їхнього майбутнього.

Важливість розвитку процесу самовизначення на сучасному етапі здійснювали українські вчені: О.М. Алексюк, Г.О. Балл, М.Й. Боришевський, Н.О. Гончарова, І.А. Зязюн, В.В. Колінько, В.Г. Кремень, С.Д. Максименко, Р.В. Мотрук, Є.М. Павлютенков, В.А. Семиченко, В.В. Синявський, Т.М. Титаренко, Б.А. Федоришин, Н.В. Чепелєва, Т.С. Яценко та ін. [1, 2, 5, 9, 12, 16, 25, 32, 36, 40, 46, 50, 55].

Особливості професійної ідентичності та формування у старшокласників спрямованості на майбутній професійний успіх та професійне самовизначення досліджували: Л. Божович, Л. Терлецька [14, 45].

Процес професійного самовизначення особистості вивчали і вітчизняні науковців: А.В. Петровський, Є.О. Климов, Б.О. Федоришин, М.С. Пряжніков, І.С. Кон, В.Ф. Моргун, П.І. Шавір, В.В. Рибалко, М.Г. Ярошевський, Є.М. Павлютенков, та ін. [15, 29, 36, 37, 52]. Виховний потенціал старшокласників розглядали І.П. Бех, О.І. Вітковська, О.Ю. Голомшток, М.М. Захаров, Г.С. Костюк, В.Д. Симоненко, Б.О. Федоришин та ін. [4, 15, 29, 36, 37,49].

Праці Кучеренко Є.В., Штифурак, також важливі щодо професійного вибору майбутньої діяльності. Наукові роботи цих дослідників демонструють тісний зв'язок і взаємозалежність між факторами, які орієнтовані на визначення майбутньої професійної діяльності, ефективність навчання, а також формування пізнавальних потреб і зацікавленостей старшокласників [21, 55].

Важливою складовою у самовизначенні старшоклаників є професійна орієнтація. Для старшокласників вона є актуальною та необхідною. Для старшокласників важливо правильно зробити вибір і профорієнтаційна робота яка має системний характер і спрямовує його вибір у результаті якої старшокласник аналізує професійне самовизначення для себе та приймає рішення щодо вибору професії. Та є деякі протиріччя в тому, щоб, не помилитися та зробити правильний вибір [10].

Старший шкільний вік набирає своїх обертів і відбувається активне дорослішання організму. На різних сферах: пізнавальна, мотиваційна емоційна формується особистість старшокласника та відбувається ієрархія їх ціннісних орієнтацій. Для старшокласників основою стає професійна самореалізація, інтелектуальний розвиток і творчі можливості. У зазначений період старшокласник повинен здійснити відповідальний вибір у житті –

обрання майбутнього кар’єрного шляху, що є актуальними та необхідними для його майбутнього [3].

При виборі професійної діяльності для старшокласників важливість мають індивідуальні характеристики та схильності, що проявляються через здібності. Їх діяльність визначається через потреби які через інтереси мають свою значущість. Але ж часто особистість не може задовольнити все, що їй потрібно і вона змушена зробити такий вибір, щоб у подальшому він приносив задоволення від улюбленої справи.

Важливу роль на даному етапі розвитку відіграють цінностті, які регулюють людські прагнення та вчинки. Життєвий досвід, набутий особистістю в її індивідуальному розвитку, можна побачити крізь призму її цінностей. Професійна спрямованість, як різновид ціннісних орієнтацій, демонструє рівень зрілості особистості.

Чимало випускників стикаються з випадковістю у виборі професії, інші можуть бути дезорієнтовані в професійних цінностях і часто обирають професію, яка не відповідає інтересам суспільства або завищує їхні можливості. Якщо випускник внутрішньо, зорієнтований на цінності, то вибір який він зробить чи правильно обере для себе професію – стане для нього важливістю у майбутньому. Тому ми і обрали дану тему для дослідження.

Об’єкт дослідження: професійне самовизначення старшокласників.

Предмет дослідження: значення особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне виявлення ролі особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників.

Гіпотеза: особистісні особливості виступають ключовими детермінантами професійного самовизначення старшокласників.

Відповідно до мети дослідження визначено наступні **завдання:**

- провести аналіз теоретичних засад досліджуваної проблеми у зарубіжній та вітчизняній психології;
- визначати критерії професійного самовизначення, проаналізувати особливості та механізми його формування;
- емпірично дослідити особистісні особливості старшокласників та їх роль у професійній спрямованості;
- розробити рекомендації для сприяння учням у виборі майбутньої професії;
- узагальнити опрацьований матеріал, сформулювати висновки.

Для підтвердження висунутої гіпотези були використані такі **методи та методики психологічного дослідження:** аналіз та узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження, систематизація зібраного матеріалу, тестування. Для проведення емпіричного дослідження: підбір психодіагностичних методик.

Структура дипломної роботи: наукова робота складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ.

1.1. Характеристика ранньої юності та її значення у формуванні особистості

Професійна спрямованість особистості учня старших класів обумовлюється індивідуальними особливостями його типу особистості, типу міжособистісних відносин, темпераменту, положення особистості в групі [6].

Цей етап розвитку характеризується ідентифікацією особистості, становленням Я-концепції, прояв особистісних рис, відбувається професійне самовизначення. Від 14-15 років та до 18 років – це етап який для старшокласників є надзвичайно важливим [11].

Основною метою сучасної системи професійного самовизначення є створення умов, що дозволяють людині усвідомити сприйняття себе як суб'єкта професійної діяльності та поведінки, яке включає самостійний і поступовий пошук професій орієнтуючись передусім на власні інтереси та можливості, а лише потім – ситуації на ринку праці [18].

Процес підготовки людини до вибору професії є складним і потребує значного часу. Для ефективної підготовки до вибору професії необхідно залучити педагогів, батьків, навчальні заклади, соціальні служби, представників підприємств, науковців та інших фахівців, які опікуються проблемами молоді. Незалежно від того, хто бере участь у співпраці, основна відповідальність за організацію та реалізацію професійного самовизначення серед учнів відіграє школа. Школа підкреслює, що її завдання – підготувати учнів до самостійного життя, де важливу роль відіграє трудова діяльність. Отже, школа має не лише забезпечити старшокласників певними знаннями зі шкільних дисциплін, але й допомогти у сприянні, щоб кожен з старшокласників знайшов ту сферу трудової діяльності, де здобуті знання можна буде застосувати на практиці. Важливим аспектом на даному етапі вибору відіграє спілкування – провідна діяльність у старшокласників. Значна

потреба у спілкуванні з ровесниками стає помітною вже під час підліткового віку, а у старших класах потреба в комунікативній активності набуває більш гнучкої системи взаємодії. Науковцями було зазначено два основні підходи щодо вивчення психологічних особливостей старшокласників [22].

Різні теорії: біологічні, психологічні, психоаналітичні напрямків показують період старшокласників, виходячи із фізіологічних змін та внутрішніх факторів в якому розглядають протиставлення розвитку людини як особистості та індивіда. Вони характеризують психологічне спрямування яке опираються на те, що під час дорослішання у старшокласників у першу чергу розвивається самосвідомість, а також його внутрішній світ індивіда.

Не менш важливим для старшокласників є теорія психоаналітична, яка спрямована на те, що старшокласники стають дуже активними у психосексуальному аспекті [21].

Соціологічний підхід також у розвитку старшокласників має своє підгрунття та харакеризується як етап входження індивіда у суспільство та соціалізація його у дорослому житті, що дає йому опановувати нові соціальні ролі та адаптуватися до нових змін.

Соціалізація старшокласників відбувається по-різному. Вплив умов та перебігу особистісного і психічного розвитку призводить до виокремлення різних типів соціалізації:

- соціалізація, яка характеризується значними проблемами в поведінці, конфліктні ситуації, проблеми з освоєнням соціальних ролей тощо;
- поступова та рівномірна соціалізація, що супроводжується легким процес інтеграції молоді в доросле середовище;
- соціалізація, яка відзначається швидкими, різкими, стрибкоподібними змінами, але контрольованими.

«Процес соціалізації старшокласників тісно пов’язаний з соціальною ситуацією розвитку даного віку. Психологічною основою на даному етапі розвитку має вибір професії, через яку формується своєрідна внутрішня

позиція. Своєрідність її зумовлена зорієнтованістю у майбутнє», – зазначав О. Гуменюк [9, 142 с.].

Зміна характеру потреб є суттєвою особливістю внутрішньої особистісної позиції особи, які з усвідомленням поступово з безпосередніх перетворюються в опосередковані. На новому шляху дорослішання старшокласник вміє контролювати свої потреби і бажання, планувати власне майутнє, що свідчить про високий рівень розвитку в особистісному та соціальному зростанні.

Г.С. Костюк зазначає: «Важливим аспектом психологічного розвитку людини у ранньому юнацькому віці є інтенсивне інтелектуальне дозрівання, яке в свою чергу впливає на самовизначення у професійних планах, є передумовою збагачення індивідуального досвіду» [40].

У своїх працях Е. Еріксон пояснює зв'язок соціальних ролей та очікуваннями індивіда з біологічним дозріванням. Вчений трактує це так: «Психосоціальна ідентифікація відбувається тоді, коли молода людина об'єднає все, що вона знає про себе, в єдине ціле, осмислить, пов'яже ці знання з минулим та спроектує в майбутнє» На його ж думку, одним з головних завдань і проблем юності є формування ідентичності. На етапі юності виникає криза ідентичності, яка є етапом розвитку, коли одночасно посилюється вразливість і формується потенціал особистості, здатної самостійно приймати рішення і брати на себе відповідальність [8, 19 с.].

Вивчаючи та досліджуючи старшокласників науковцями з певних психологічних джерел було зазначено, що становлення ідентичності старшокласників відбувається з деякими проблемами, досягається після тривалого періоду вагань і пробних ціннісних виборів.

Старшокласники, як правило, прагнуть позбутися нагляду з боку дорослих, особливо батьків та вчителів, і не мають бажання підкорятися правилам і нормам, які встановлюються їхнім оточенням. У межах цього процесу зазвичай акцентується на бажанні незалежності в поведінці (потреба в автономії й праві приймати особисті рішення), нормативної автономії

(потреба й право встановлювати власні моральні орієнтири) та емоційної автономії (потреба й право дотримуватися особистих уподобань) [41].

Психічний розвиток старшокласників – це важлива складова, яка дозволяє їм обирати свій подальший життєвий шлях на основі усвідомлених і обґрунтованих рішень, орієнтуючись на свої можливості та індивідуальні особливості. Процес перевірки правильності життєвого вибору, а інколи і його корекція, може проходити по-різному, а інколи супроводжуватися труднощами [23].

Провідною діяльністю для старшокласників виступає навчально-професійна діяльність [55].

У своїй науковій роботі О.С. Давиденко цитує: «У осіб котрі знаходяться у періоді ранньої юності центральним новоутворенням особистості являється готовність старшокласника до життєвого самовизначення, осередком якого є професійний вибір» [11, с. 121].

Юнацький вік має зв’язок із професійним (ким бути?), екзистенційним (в чому сенс життя?) та морально-особистісним (яким бути?) виборами, які є пов’язані один з одним та відбуваються в один і той самий момент та досить швидко [54].

Самовизначення реалізується через зміст особистісного та формує у старшокласників загальне уявлення про сенс життя; мотивацію, спрямованості до різних видів діяльності, самореалізацію і самовираження свого власного Я, самоствердження власної позиції особистісного впливу у проблемах які виникають [29].

Головним аспектом для старшоклаників є самовизначення, усвідомлення себе як суб’єкт самопізнання, самозміни, самовдосконалення. На цьому етапі складно знайти спільну мову із батьками старшокласникам. Розірвати емоційну залежність із батьками є неприємливою, оскільки рідні досить болісно реагують на таке ставлення зі сторони дітей, і, часто називають їх – черствими і байдужими. Та є і хороший момент, як тільки

криза минає батьки відновлють свої стосунки з старшокласниками по-новому [42].

Отож, етап соціалізації для старшокласників – важливий, оскільки пов’язаний із психологічними характеристиками старшокласників. Процес вибору майбутньої визначає формування внутрішньої позиції старшокласників, формується професійна ідентичність, що визначає майбутні професійні плани, моральному, особистісному та екзистенційному рівні, що істотно впливає на самовизначення старшокласника, а особливо – відкриття внутрішнього Я, формування цілісної Я-концепції, та його світогляду.

1.2. Роль самооцінки у професійному становленні

Процес самовизначення невід'ємно пов'язаний із становленням особистісного світогляду, де пізнавальною передумовою є розвиток теоретичного мислення, засвоєння наукових знань і виконання діяльності високого когнітивного рівня [12].

Однак світогляд – це не лише набір знань, а й система переконань, ціннісних орієнтацій та принципів, які формують позицію особистості в процесі розв'язання ключових проблем.

Я-концепція є важливим компонентом для самовизначення особистості, яка формується як динамічна система уявлень про себе, а також охоплює розуміння власних інтелектуальних, фізичних та інших характеристик, самооцінки та суб'єктивного сприйняття зовнішніх чинників, які мають вплив на людину [11].

Самооцінка є важливим компонентом Я-концепції. Розвиток самосвідомості особистості базується на механізмі самооцінки, тісно пов'язане з такими поняттями, як гонитва, успіх і самооцінка. Внаслідок цього, адекватна позитивна Я-концепція сприяє психологічному комфорту, здоровій самооцінці, взаєморозумінню з іншими та, в результаті, приносить радість у житті, навіть у важкі часи. Важливим чинником для досягнення успіху в майбутньому, особистому житті та освіті є позитивна Я-концепція. Успіх у кожній сфері життя можливий лише для особистості, яка є внутрішньо послідовною та стабільною в поведінці і перебуває в процесі постійного розвитку [16].

Питання самооцінки є ключовим для розвитку психологічної науки. Розвиток професійної самооцінки впливає не тільки на формування психічної структури особистості, але й на ефективність її діяльності. Зазначимо, що самооцінка має суттєвий вплив на ефективність людської діяльності. Від того, як людина оцінює власні професійні здібності, професійно-особистісні якості та можливості визначається результативність як її індивідуальної, так і групової діяльності. За визначенням С.Д. Максименка: «Самооцінка –

цінність, значущість, якою індивід наділяє окремі сторони своєї особистості, діяльності, поведінки, а також себе в цілому» [25, с. 241].

У різних особистостей самооцінка відображає риси, а особливо, включаючи рівень інтелекту, здібності, як організаційні так і комунікативні, лідерські якості, прояв успішності та зовнішній вигляд.

Самооцінка – це динамічний процес. Упродовж людського життя вона може змінюватись під впливом різних обставин [30].

Самооцінка у професійному спрямуванні визначає реакцію людини на досягнення та невдачу, здатність до продуктивної взаємодії з оточенням, загальний життєвий успіх особистості [33].

Самооцінка, з одного боку, виступає ключовим елементом особистості, який впливає на регулювання її дій та поведінки. Вона є незалежною характеристикою, центральною складовою, що формується з активною участю людини й відображає своєрідність її внутрішнього світу. Основою самооцінки виступають цінності [38].

Можна самооцінку розглядати по-різному, наприклад, як ключовий елемент самосвідомості та індикатор ступеня її розвитку. У трьохкомпонентній схемі Я-концепції самооцінка здебільшого визначається через емоційно-ціннісне ставлення до себе, а образ Я чи концепція Я використовуються значно рідше. створює значні труднощі, а подекуди й зовсім не здійснюється [8].

У старшокласників спостерігається особливий розвиток моральних, розумових, соціальних і фізичних складових особистості. Проблема розвитку самосвідомості набуває особливої актуальності, оскільки старшокласник розмірковує над сенсом життя. Отже, повне і цілісне освоєння життєвого простору є важливою потребою старшокласника. Активний розвивиток продовжує його «Я-концепція», яка характеризується прагненням усвідомити власні можливості і себе, а також зрозуміти особливості інших людей.

Самооцінка старшокласникаа відіграє ключову роль у процесі професійного самовизначення, особливості якої мають вплив на всі сфери

життя старшокласника: емоційний стан, стосунки з оточенням, розвиток творчих здібностей і досягнення в навчанні тощо. Проте будь-яка самооцінка має нестійкий характер у період дорослішання. Основними потребами даного етапу є самоствердження, самопізнання та визначення свого місця в соціумі. На етапі дорослішання старшокласник уже має навички вольової саморегуляції, що проявляються у його здатності самостійно планувати свій час і приймати рішення, а також самостійно відстоювати власні погляди та переконання.

Самооцінка старшокласників значною мірою визначається оцінками їхніх референтних однолітків, однак хлопці більше орієнтуються на власну оцінку, а не на думку оточення. Самооцінка поступово стає головним регулятором поведінки, проте оцінки з боку оточення все ще залишаються важливими [33].

Формування самооцінки залежить від оцінки власних досягнень і порівняння реальних уявлень з власним ідеалізованим образом [31].

Існує безліч факторів, які можуть спричинити низьку самооцінку: вона може бути набута в дитинстві через невпевненість у батьків, які не вирішили власні проблеми; може сформуватися у дитини внаслідок низьких оцінок під час навчання у школі; внаслідок глузувань однолітків чи занадто суворої критики з боку дорослих; невміння правильно реагувати на різні ситуації та особисті труднощі можуть сприяти формуванню негативної оцінки до себе.

Самооцінка відіграє важливу роль, оскільки вона демонструє рівень впевненості людини як в її професійних і особистих силах, а також у самоповазі. Низька самооцінка може призвести до відчуття безпорадності, коли у людини заздалегідь опускаютьс руки перед труднощами та проблемами, оскільки вона вважає, що не здатна подолати перешкоди, які виникли на її шляху. Завищена самооцінка може супроводжуватись надмірними претензіями [37].

Самоконтроль може бути викривлений внаслідок занадто високої чи занадто низької самооцінка, які порушують і втручаються в процес

самоуправління. Найбільше це проявляється під час спілкування, у якому особи, які мають завищену і занижену самооцінку, можуть спричинити конфлікти. Завищена самооцінка може призводити до конфліктів через зневажливе ставлення та неповажне звертання до оточуючих, необґрунтовані, а іноді й агресивні висловлювання, нетерпимість до чужої думки та її неприйняття, а також прояви зарозумілості. Нестача критичного ставлення до себе заважає помічати той факт, що їхня зарозумілість і категоричність у судженнях можуть ображати інших [52].

У праці Л.Н. Корнєєвої можемо знайти таке твердження: «Що на професійну діяльність фахівця впливає рівень самооцінки. Рівень самооцінки впливає на рівень цілей і широту професійних нахилів суб'єкта. Адекватна самооцінка професіонала визначає ступінь розбіжності між рівнем його домагань і реальним рівнем здійснення діяльності, точність постановки цілей, адекватну емоційну реакцію на різний результат діяльності» [19, с. 54].

Завищена оцінка своїх здібностей часто спонукає професіонала до встановлення нереалістичних цілей: вона спрямована на успішний результат, ігнорує важливою інформацією, не докладає значних зусиль для досягнення поставлених цілей.

Занижена самооцінка спричиняє пасивність, страх перед відповідальністю, схиляючи професіонала обирати простіші цілі й завдання та очікувати невдачі.

Професіонал не може повністю реалізувати власні можливості у професійній діяльності, якщо має неадекватну та несправедливу самооцінку

Самооцінка формує внутрішню мотивацію і має глибокий зв'язок із пізнавальними процесами. Структура самооцінки містить такі два компоненти – когнітивнй (демонструє уявлення людини про саму себе) та емоційний (оцінка себе як ступінь задоволення собою). Під час самооцінювання всі компоненти нерозривно взаємодіють, і жоден з них не може бути відокремлений [15].

Коли суб’єкт набуває знання про себе в соціальному контексті, пізніше він супроводжується емоціями, інтенсивність і сила яких залежать від того, наскільки важливий оцінюваний зміст для особистості. Когнітивний компонент самооцінки ґрунтується на порівнянні власних якостей з іншими людьми і зіставлення їх з відповідно визначеними стандартами [31].

1.3. Особливості ціннісних орієнтацій у формуванні професійного самовизначення старшокласників

Ціннісна орієнтація – це компонент, за допомогою якого особистість класифікує об'єкти довкілля за їх значущістю, визначаючи стійке ставлення до оточуючого світу, що розвивається під час процесу свідомого вибору важливих для неї об'єктів. Формування ціннісних орієнтацій ґрунтується на життєвій активності особистості, яка визначає рівень її амбіцій та напрямок діяльності, спрямований на досягнення конкретних цілей. Для вираження наслідків індивідуального сприйняття системи цінностей особистістю, які сформувались серед сучасного суспільства, використовують поняття «система ціннісних орієнтацій». Ціннісні орієнтації характеризуються більшою гнучкістю та різноманітністю порівняно з системами цінностей [26].

Цінності трактуються як певна форма взаємовідносин суб'єкта та об'єкта в межах яких суб'єкт може свідомо відображати ціннісні характеристики об'єкта. При цьому важливо враховувати, набувають значущості в контексті суспільного життя та практики людини [34].

За результатами аналізу літератури, можна зазначити, що питання особистих смислів, які є механізмами усвідомленого професійного та особистісного самовизначення, у контексті підготовки старшокласників до вибору професії, є недостатньо вивченими. Тому для старшокласників є цінно перебуваючи на етапі професійного та особистісного самовизначення, формування професійних ціннісних орієнтацій через пошук особистих смислів. Процес їхнього професійного самовизначення може відбуватися стихійно, під дією зовнішніх факторів та умов, які не залежать від особистості. Це визначається, перш за все, відсутністю чіткого усвідомлення та розуміння старшокласниками індивідуальних цінностей і цілей, нездатністю зіставляти професійні вимоги з індивідуальними інтересами та здібностями, а також браком систематизованих і досить обширних знань про професії та їхні цінності. Таким чином, старшокласники, завершуючи навчання в школі, не володіють базовими знаннями для прийняття рішень,

які стосуватимуться вибору майбутньої професії і стикаються з труднощами в саморозумінні при плануванні кар'єри [35].

Процес підготовки до самостійного вибору професії є керованим і включає в себе формування всебічно розвинутої особистості. Основу цього процесу становлять професійні ціннісні орієнтації які, у свою чергу, формують ціннісне ставлення до вибору професії. Підготовка учнівської молоді до вибору професії за особистісно орієнтованим підходом полягає у визнанні особистості основного рушія процесу та її потреби в самореалізації свого професійного потенціалу. Основним чинником цього розвитку є взаємодія особистості з професійним середовищем та людьми, які займаються професійною діяльністю [53].

Як стверджує В. Ядов: «В основі ціннісних орієнтацій особистості є відповідна система цінностей, яка сформувалась в процесі знайомства людини з її оточенням. З точки зору виховання, це означає, що сутністю засвоєння необхідного соціального досвіду є усвідомлення і прийняття старшокласником системи існуючих у суспільстві цінностей» [44, с. 272].

Цінності слугують формою усвідомлення людиною об'єктів і явищ навколишнього світу, що відкриває їх потенціал для задоволення її потреб і інтересів, формуючи основи її активності та спрямованості. Цінності визначаються як предмети, якості, явища, значущість, корисність, і необхідність яких усвідомлює людина, виявляючи прихильність до них [26].

За цією концепцією, ставлення, яке формує оціночна діяльність, є ціннісним і сприяє усвідомленню індивідом значущості об'єктів або явищ, а ціннісні орієнтації – це невід'ємна частина особистісної структури, яка відображає її ставлення до різноманітних цінностей, а також сприяє формуванню мотивації та поведінки [19].

З переходом до нової освітньої парадигми, у якій особистість постає найвищою цінністю в навчально-виховному процесі, особистісно орієнтоване виховання інтегрує принципи гуманізації, природовідповідності та індивідуалізації розвитку. Впровадження цієї парадигми полягає в

застосуванні ціннісного підходу, що орієнтований на взаємність із старшокласниками як суб'єктом, який має потенціал самовдосконалення, саморозвитку, створення особистого життя. Тому, завдання дорослого допомогти старшокласнику знайти підхід, який зосереджений на саморозвитку та саморегуляції у контексті конкретної професійної діяльності у його майбутньому. Цей процес включає в себе професійні цінності, що визначають перспективи професійного зростання та усвідомлене сприйняття майбутнього, засноване на інтеріоризації високих духовних цінностей [4].

Навчально-виховний процес безпосередньо впливає на формування цінностей для старшокласників, ставши основним інструментом для їх пізнання та розвитку як у педагогічному так і у психологічному аспекті [12].

Отож, задоволення потреб для старшокласників у процесі самовизначення можливе лише за умови наявності конкретних об'єктів (цінностей). До їх переліку належать різні предмети навколишньої дійсності: від явищ природи та життя, до результатів людської діяльності, матеріальних і духовних цінностей, соціальних процесів, моральних принципів, ідей та ідеалів. Старшокласник здійснює критичний аналіз навколишнього середовища, сприймаючи його через призму власних потреб, оцінюючи явища як позитивні або негативні, корисні або шкідливі. Потреби, які можуть бути реалізовані, стають важливими для нього та мають велику цінність у його житті.

1.4. Значення особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників

Проблема професійного самовизначення пов'язана з розбіжністю між зовнішніми факторами, що впливають на діяльність шкіл, і мотивами, які справді впливають на вибір старшокласників.

Шлях до самовизначення людини здійснюється через усвідомлення своїх якостей і властивостей, унікальності, схожості та відмінності від інших, а також визначення свого місця в світі, ролі в суспільстві та життєвого напрямку [21].

Саморегуляція процесів і результатів здійснюється в житті людини та її діяльності, формуючи відповідне ставлення до навколишнього світу, інших людей і до себе. Це є одночасно процесом і результатом свідомого вибору особистістю певних відносин, способів дій, моделей поведінки, напрямів і шляхів розвитку.

Насамперед, варто підкреслити, що спроможність до самовизначення надає людині змогу краще адаптуватися до життєвих умов та навколишнього середовища, узгоджувати взаємозв'язки з природою, суспільством, людьми, які оточують та собою, свідомо здійснювати регулювання й контроль над владою та діяльністю, враховуючи загальні правила та характеристики [24].

У цьому випадку дії особистості виражають її послідовні потреби та інтереси, а тому мають чіткий і незмінний характер. Під час процесу професійного самовизначення, людина зіштовхується з дилемою, або вона керується власними ціннісними орієнтаціями життєдіяльності, або зважає на сукупність об'єктивних та суб'єктивних факторів, які забезпечують можливість вибору із переліку запропонованих варіантів [1, с. 249].

Різноманіття інтерпретацій феномену професійного самовизначення науковцями посприяло різнобою у підходах психологічної науки до структури професійного самовизначення серед старшокласників гімназій та ліцеїв. Важливою у зазначеному аспекті є змістовно-процесуальна модель професійного самовизначення, яку запропонував Н.С. Пряжніков, що

включає такі основні компоненти професійного самовизначення: морально-ціннісна, морально-вольова, емоційна, інформаційна, контрольно-коригувальна та планування [28].

На думку психолога В. Д. Шадрикова, нечітка мета є однією з найбільших помилок під час вибору професії, що призводить до коливань у мотивації визначення кар'єрного шляху [32].

Є. О. Климов [4] розглядає терміни ***«правильний вибір»*** та ***«свідомий вибір***» як рівнозначні, виокремлює три ознаки, які варто враховувати при виборі професії – це «здібний», «схильний», «потрібний» [48].

Важливим аспектом подолання зазначених протиріч є коректна профорієнтаційна робота та рання професійна діагностика, що враховує аналіз індивідуально-психологічних особливостей старшокласників.

Варто зазначити, що під час обрання професії, випускники позбавлені повного розуміння інформації про професію, в них існує брак досвіду професійної діяльності, а також відсутня можливість об'єктивного співвідношення між власними можливостями та вимогами професії [44].

Таким чином, важливим є пошук ефективних психолого-педагогічних програм, які забезпечать психологічну підтримку під час професійного самовизначення і сприятимуть правильному вибору професії та успіху в подальшій професійній діяльності.

Створення таких програм можливе лише за умови глибокого наукового аналізу як змісту внутрішніх мотивів вибору професії, так і психологічних бар'єрів, що викликають кризу мотиваційного вакууму, мотивацію уникнення та чи невротизацію [46].

У старшокласників професійне самовизначення набуває особливих змін. Адже саме на цьому етапі старшокласники стоять перед вибором майбутньої професії, роздумів про те, де краще їм навчатися.

Професійне самовизначення є не тільки вибором або можливих сценаріїв професійного життя, це також процес творчого розвитку особистості. Професійне самовизначення є процесом поетапного ухвалення

рішень, що дозволяє йому знаходити баланс між своїми перевагами і потребами трудової системи, а також процесом формування власного стилю життя, в основі якого лежить професійна діяльність. Професійне самовизначення полягає у формуванні власної позиції в умовах невизначеності [10; 12].

Для нашого дослідження важливо визначити різні підходи, які на кожному з етапів розвитку професійного самовизначення старшокласників змінюються та мають свою значущість. Перший етап професійного самовизначення ґрунтується на морально-ціннісній складовій, коли відбувається переосмислення старшокласником цінностей праці та необхідність до професійної підготовки.

Професійне самовизначення триває упродовж періоду професійної діяльності, оскільки особистість постійно аналізує свою діяльність та закріплює свою роль у професійній сфері [2].

Якщо розглядати рівні професійного самовизначення за Є.О. Климовим, то є 2 важливі аспекти:

А) гностичний полягає у перебудові свідомості та самосвідомості;

Б) практичний рівень має фактичні зміни в соціальному статусі людини [55].

У подальшому престижність обраного напряму діяльності прогнозується на основі усвідомлення людиною соціально-економічних умов. Далі відбувається пошук орієнтирів серед великої кількості різноманітних професій, а також та визначаються професійні цілі та мрії. Лише в такому разі особистість окреслює найближчі професійні завдання та шляхи досягнення більш віддаленої мети.

Наступний етап передбачає процес ознайомлення з професіями та спеціальностями, а також здійснюється розповсюдження інформації про релевантні освітні установи та робочі місця, зокрема відбувається формування уявлень щодо потенційних труднощів у процесі до реалізації завдань професійного розвитку та розуміння старшокласником власних

сильних сторін, які сприятимуть подоланню цих труднощів. Основне завдання наступного етапу полягає в осмисленні системи запасних варіантів визначення професійного шляху в разі невдачі. Завершальним етапом є початок реального втілення особистої професійної перспективи й регулярна адаптація планів з урахуванням зворотнього зв'язку [36].

Професійне самовизначення – це процес вибору напрямку і змісту особистісного розвитку, вибору сфери діяльності та способів реалізації своїх здібностей і якостей, а також визначення соціального середовища, яке дозволяє досягти життєвих цілей і реалізувати моральні переконання. Це інтегративний процес, який охоплює головні цінності людини та її соціальні і особистісні аспекти самовизначення [1, с. 16].

Процес професійного самовизначення особистості залежить від соціально-економічних умов, міжособистісних відносин, вікових особливостей і ситуативних чинників, але основним фактором є сама особистість, її ініціатива та відповідальність за своє становлення. Професійне самовизначення відіграє важливу роль у самореалізації особистості не лише в обраній професії, а й у культурному середовищі загалом. Постійний процес пошуку свого місця у професійному середовищі дає можливість особистості знайти ту сферу діяльності, де вона може здійснити свою повну самореалізацію [2, с. 120-121].

Суть професійного самовизначення – це здатність самостійно та усвідомлено знаходити значення своєї роботи та життєдіяльності в умовах конкретної культурно-історичної та соціально-економічної ситуації [21, с. 17].

Науковцем Ю. Єремкін виокремлює важливі складники старшокласників професійного самовизначення:

1) мотиваційно-ціннісний, що передбачає розуміння праці та розрахований на професію у майбутньому як одних з важливих складових життєвих цінностей, свідомий вибір професії, який здійснюється на основі чітких нахилів та інтенцій;

2) компонент ставлення – включає ставлення старшокласника до себе як до суб'єкта, що визначає свій професійний шлях;

3) регулятивно-діяльнісний складник виявляється завдяки достатньому рівеню інтелектуального розвитку, здатності створювати аргументовані особисті кар'єрні плани, які окреслюють резервні варіанти можливого професійного шляху, високий рівень інтернальності, саморефлексії, бажання реалізовувати експерименти у виборі професії [14].

М. С. Вечірко у власних наукових працях зазначав: «Що саме «Я-концепція» найбільшою мірою впливає на успішність професійного самовизначення старшокласника, сприяє досягненню внутрішньої узгодженості особистості, визначає інтерпретацію досвіду та діяльність мотиваційної сфери, є внутрішньою програмою самопрояву, яка формується упродовж всього життя людини й тісно пов'язана з її рефлексією» [7, 42 с.].

На думку А. В. Мудрика, професійне самовизначення старшокласника характеризується як: «Процес пізнання людиною самої себе, свого внутрішнього світу, аналіз власних думок і переживань; роздуми про самого себе, усвідомлення того, як сприймають і оцінюють тебе інші люди» [32, с. 26].

Зазначену думку поділяють такі дослідники як Л. М. Карнозова, Н.А. Цвєтков, А.К. Маркова. Вони довели, що рефлексивні механізми становлять основні компоненти професійного самовизначення особистості (такі як аналіз себе, власних здібностей, а також безпосередньо професійної ситуації, в якій перебуває людина); ухвалення рішень та чітких кроків, що орієнтовані на отриманя конкретної професії, місця роботи тощо [15, 26, 47].

Дослідниця З.Л. Становських продовжила дослідницьку діяльність у цій галузі. Вчена зазначала: «Що професійне самовизначення старшокласника, з одного боку, залежить від широти та якісних характеристик досвіду і ступеня його усвідомленості суб'єктом, що відображено в уявленнях про себе та світ професій, з другого – детермінується рефлексивними змістами, якими оперує старшокласник у

виборі професійної діяльності» [43, с. 35]. Як результат, науковиця відокремила в межах структури професійного самовизначення учнів старших класів наступні рефлексивні складники: 1) результативний; 2) цілеутворюючий; 3) операційний; 4) когнітивний; 5) мотиваційний [43].

У психологічній науці часто застосовується підхід до структури професійного самовизначення, що передбачає виокремлення таких складників: когнітивний, мотиваційний, практичний (І. М. Мачунська [27]) або ж емоційний, когнітивний, поведінковий або вольовий) (Н. С. Андреєва [2], О. В. Падалко [32] та ін.) .

На думку О. В. Падалка: «Когнітивний компонент – це оцінка здібностей і особистісних якостей людини, її життєві цілі, ціннісні орієнтації, професійна спрямованість, рівень професійних знань та професійна свідомість. Емоційний компонент включає в себе потреби індивіда, трудові мотиви, інтереси, ставлення до престижу професії і оцінка її привабливості, ставлення до праці, задоволеність конкретною роботою в професії.

Поведінковий (вольовий) компонент передбачає наявність професійних установок, диспозиції, прагнення до професійної мобільності і безпосередньо акти прийняття рішення про вибір професії, навчального закладу, місця работи» [32, 26-27 с.].

У більшості випадків, під час роботи, практичні психологи застосовують наступну структуру, яку запропонував С.Л. Рубінштейн [45] і розробив Є.О. Климов [16], що складається з трьох компонентів професійного самовизначення: «потрібно», «хочу», «можу». Вище окреслену концепцію професійного самовизначення та структурували І. В. Кузнєцова та Н. П. Ансімова. Науковиці підкреслювали, що перший складник цієї структури охоплює розуміння важливості суспільно-корисної праці, вміння надавати роботі особистісний зміст, яку виконує людина; вміння розбиратися в умовах ринку праці та професій; вміння оцінювати та здійснювати аналіз соціально-економічних параметрів професії, змісту й умов праці, розробка плану дій у часовій та просторовій перспективі. До другого компонента

входить охоплення потреб, нахилів, ідеалв, цілей, інтересів, цінностей. Третій компонент «можу» передбачає здібності, обдарованість, уміння, знання, навички, риси характеру, особливості темпераменту і поведінки [3, 16, 20, 39].

Н. Н. Захаров та С. Н. Чистякова самовизначення розглядають так: «Співставлення особистістю намічених цілей з своїми ідеалами, уявлень про цінності – зі своїми можливостями), виокремили професійну саморегуляцію та професійно важливі якості особистості, тобто такі, які впливають на ефективність діяльності й успішність її засвоєння. Професійно саморегулююча особистість – це суб'єкт, який усвідомлює, що він хоче (ціль, мотив), хто він є (оцінка своїх особистісних і психофізіологічних властивостей), що він може (можливості, нахили, здібності), що від нього очікує суспільство (його соціальнопрофесійний статус)» [14, 49].

Дослідниця О. Арцишевська говорить про професійне самовизначення так: «Можливість особистості проектувати свій подальший професійний розвиток на основі усвідомлення своїх інтересів і здібностей, мотивації вибору майбутньої професії, здатність нести відповідальність за результати самостійного вибору майбутньої професії, визначення, в зв'язку з цим, своїх освітніх цілей і задач» [1, с. 34]. Науковиця виділила компетенції старшокласника, які відбуваються завдяки його реальній готовності, професійному самовизначенню, а також формують основу компетентності професійного самовизначення, а саме:

- компетенція – ціннісно-смислова (вміння та прагнення старшокласника зрозуміти взаємозалежність між професійними та життєвими цінностями, що відображають загальнолюдські моральні принципи);
- компетенція – соціально-організаційна (постановка цілей, планування, структуризація та коригування власних дій);
- компетенція – предметна (володіння фундаментальними науковими знаннями та практичними вміннями, які пов'язані з майбутньою професійною діяльністю);

- компетенція – комунікативна (наявність комунікативних умінь, які базуються на знанні законів спілкування та міжособистісної взаємодії у професійній діяльності, а також досвіді співробітництва);
- компетенція – інформаційно-дослідницька (навички пошуку інформації, визначення цінності отриманих знань та їх використання для формування власної траєкторії професійного розвитку);
- компетенція – рефлексивна (здатність до самоаналізу, визначення цілей, планування, а також самовдосконалення та саморозвитку для розвитку якостей, що сприятимуть природній відповідності обраній професії);
- компетенція – валеологічна (обізнаність старшокласників про здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я як ключової цінності та важливого аспекту професійної діяльності, здатність координувати процес ухвалення рішення щодо професійного напрямку та формування освітнього маршруту згідно з принципами збереження здоров'я) [1].

РОЗДІЛ ІІ. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ ТА ЇХ РОЛІ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ

2.1. Організація емпіричного дослідження

Для проведення емпіричного дослідження вивчення особистісних факторів професійної спрямованості старшокласників нами було підібрано психодіагностичні методики, які ми проаналізували та відповідно до відсоткового значення представили у параграфі 2.2. даного розділу.

На базі Ставчанського ОЗЗСО Чернівецького району у жовтні 2024 року ми провели дослідження, сукупна чисельність досліджуваних склала 40, старшокласники 10-их класів, з яких 20 дівчат і 20 хлопців . Середній вік даної групи становить 16 років.

Перед початком дослідження нами було поставлено ряд завдань для його виконання:

- обрати психодіагностичні методики які допоможуть дослідити нами дану проблематику;
- зі старшокласниками провести емпіричне дослідження;
- описати та проаналізувати результати отриманих даних у відсотковому значенні;
- підсумувати та зробити висновки з даної теми.

Опис використаних методик

1. Тест-опитувальник для виявлення самоставлення особистості (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв).
2. Тест «Сенс-життєві орієнтації» (Д.О. Леонтьєв).
3. Тест Дж. Голланда для виявлення професійних типів особистості.
4. Методика «Вольова регуляція особистості» (Г.Ф. Михальченко, М.С. Гуткін).

Тест-опитувальник для виявлення самоставлення особистості (С.Р. Пантелєєв, В.В. Столін) (див. додаток А).

За допомогою цієї методики можемо визначити, як старшокласник емоційно й змістовно сприймає самого себе.

Вона містить у собі такий перелік шкал: самовпевненість, внутрішня конфліктність, самокерівництво, самоприв'язаність, самоприйняття, самоцінність, самозвинувачення, дзеркальне «Я», відкритість. Кожна шкала інтегрована у фактори, що є незалежними та мають чітку інтерпретацію: самоповага, аутосимпатія, самопринижения.

Учням старших класів слід уважно прочитати кожне твердження і, тоді використовуючи спеціальний бланк, вони обводять знак «+», у тому випадку, якщо вони погоджуються, або напвпаки знак «-», якщо ні.

Тест «Сенс-життєві орієнтації» (Д.О. Леонтьєв) (див. додаток Б).

Цей тест дає можливість проаналізувати уявлення старшокласників про майбутнє життя, включаючи такі характеристики, як наявність цілей, осмислення життєвих перспектив, інтерес до життя, задоволеність ним, образ себе як активної й сильної особистості, рівень самостійності у прийнятті рішень і здатність контролювати своє життя.

Старшокласникам запропоновані пари протилежних тверджень і вони повинні обрати одне із, котре відповідає дійсності.

Завдяки цьому тесту можна оцінити рівень розвитку уявлень старшокласників про своє майбутнє життя, що може бути високим, середнім або низьким.

Тест Дж. Голланда для виявлення професійних типів особистості (див. додаток В).

Призначення тесту полягає у визначенні професійного спрямування учнів старших класів.

Для учнів старших класів пропонуються дві професії, і вони повинні обрати одну, яка більше відповідає їхнім інтересам. Респондент може зробити вибір серед 42 пари професій.

Обробляючи відповіді, можна визначити шість різних типів особистостей: інтелектуальний, соціальний, артистичний реалістичний, конвенціальний та завзятливий.

Методика «Вольова регуляція особистості» (Г.Ф. Михальченко, М.С. Гуткін) (див. додаток Г).

Використовуючи цю методику, можна визначити показник, що характеризує рівень вольової організації та вольових якостей старшокласників: наполегливість, ціннісно-смислову організацію, самостійність, організацію діяльності, самовладання, рішучість.

Старшокласникі мають можливість дати відповіді на 56 тверджень, які дозволяють виявити специфічні риси їх особистості та характеру. Запропоновані варіанти для відповіді: «так»; «скоріше так, аніж ні»; «скоріше ні, ніж так»; «ні».

За результатами тестування буде отримано індивідуальні показники по кожному із аспектів та загальний результат, що відображає рівень вольової організації особистості.

2.2. Аналіз результатів дослідження особистісних особливостей для професійного самовизначення старшокласників

У рамках нашого дослідження, використовуючи тест-опитувальник для того, щоб визначити індивідуальну незалежність (С.Р. Пантелєєва, В.В. Століна) нам вдалось з'ясувати, що 27% старшокласниць та 17% учнів старшокласників виявляють їх рівень впевненості в собі є доволі низьким. На це вказує власна незадоволеність і своїми можливостями, а також їхня нездатність здобути повагу оточуючих. У 50% старшокласниць та 30% старшокласників виявлено високий рівень самовпевненості, який проявляється їх високою думкою про себе, самовпевненістю, відсутністю внутрішньої напруженості. У 45% старшокласниць та 55% старшокласників виявлено середній рівень самовпевненості (див. рис. 2.1.). В загальному показник «самовпевненості» – це уявлення старшокласника про себе як про самостійну, енергійну людину, яка має самоповагу.

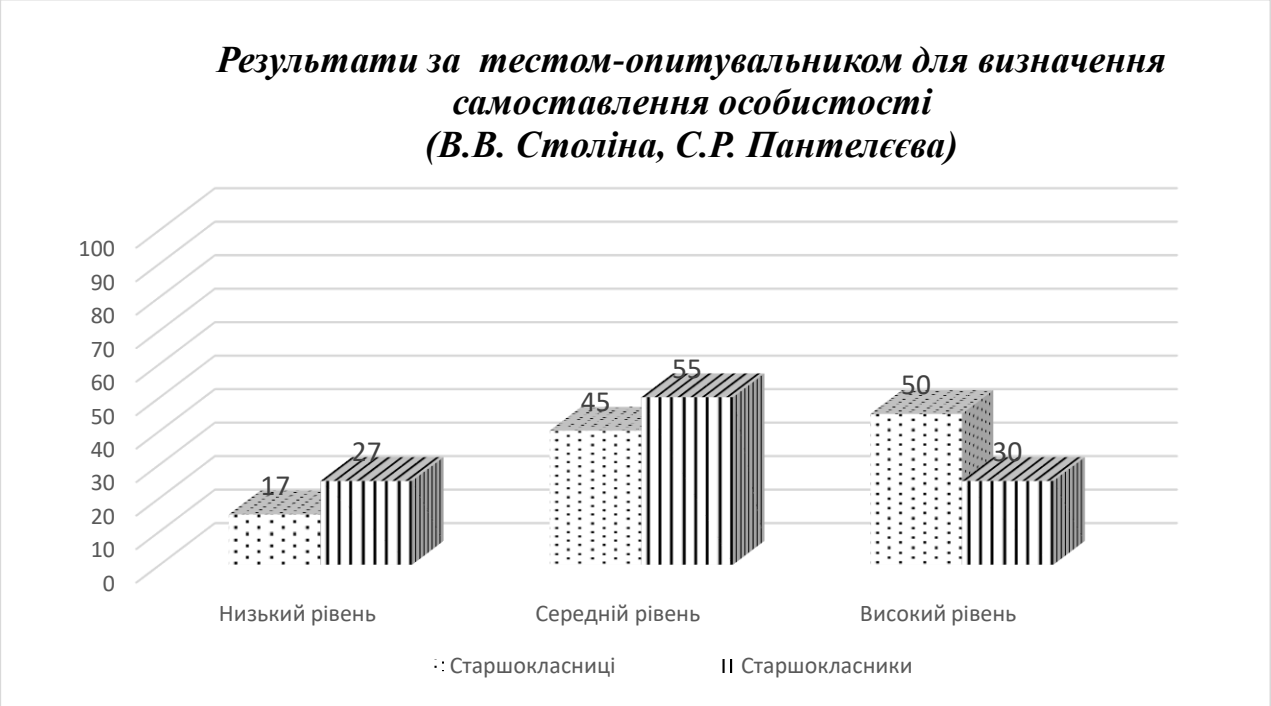


Рис. 2.1. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня самовпевненості у старшокласників

Покажчик «самоуправління» свідчить про те, що 12% старшокласниць і 36% старшокласників характеризуються низьким рівнем, який проявляється у відсутності здатності долати перешкоди, поганій

саморегуляції, стертому локусі «Я», відсутності схильності пошуку причини для вчинків та результатів у собі. Зокрема, позначку високого рівня можемо спостерігати у 40% старшокласниць та старшокласників і 20% старшокласників. Старшокласники, які мають високий рівень цього покажчика чітко усвідомлюють своє «Я» як внутрішній стрижень, що взаємодіє з їх життєдіяльністю. Вони відчувають впевненість у тому, що їх внутрішні мотиви і цілі логічно узгоджуються між собою (див. рис. 2.2.). За цим показником можна зробити висновок, що основним фактором активності та результатів є сама особистість старшокласника.

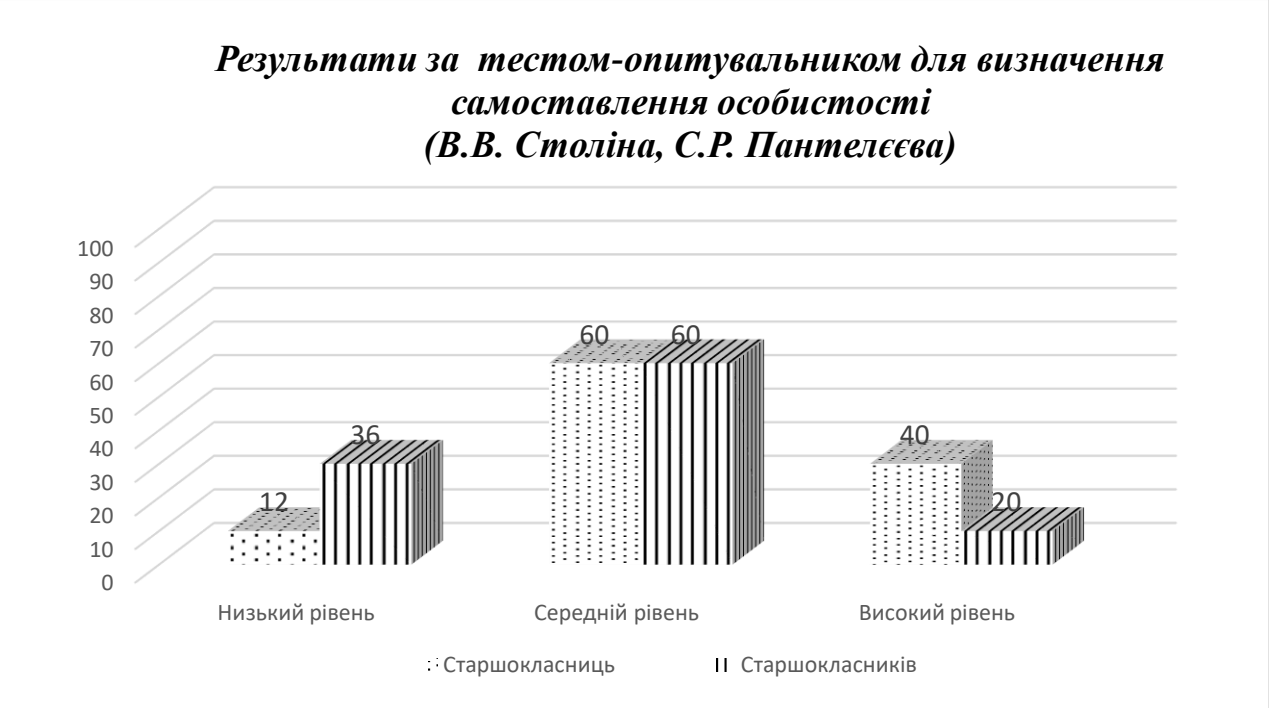


Рис. 2.2. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня самокерівництва старшокласників

Що стосується «самоцінності» (див. рис. 2.3.), яка оцінюється через самосприйняття, і як така, що зосереджена на внутрішніх, інтимних критеріях, таких як любов, духовність і багатство внутрішнього світу. В результаті нашого дослідження ми визначили, що 15% старшокласниць і 26% старшокласників виявляють низьку самооцінку, підвищена відчуженість від себе, що супроводжується байдужістим ставленням та відсутністю інтересу до власних переживань. Зазначимо, що 36% старшокласниць та 23% старшокласників спостерігається високий рівень. Він відображається у

зацікавленості у власному «Я», любові до себе, визначення значущості своєї особистості та того, яким чином інші сприймають власне «Я».

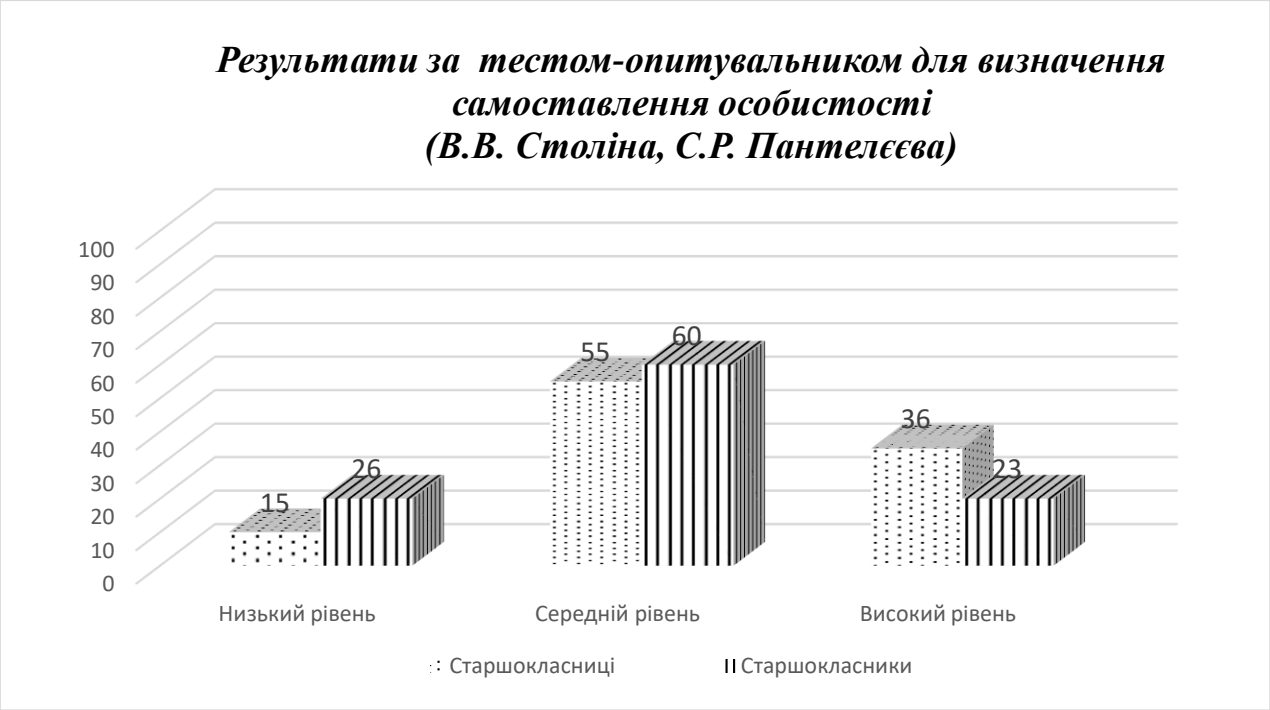


Рис. 2.3. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня самоцінності у старшокласників

Покажчик «самосприйняття» вказує на показник середнього рівня, який займає більшу частину вибірки (50% учениць старшиць та 55% старшкласників). Виявляємо показники низького рівня у 12% старшокласниць та 22% старшокласників. Старшокласники різних груп вікових демонструють обмежене самосприйняття, що є одним із ключових ознак дезадаптації. 36% старшокласниць та 18% старшокласників володіють високим рівнем, що проявляється в доброзичливому ставленні до себе, схваленні власних бажань і планів, а також у повному прийнятті себе, включаючи певні недоліки. (див. рис. 2.4.).

З огляду на показник «внутрішня конфліктність»: 23% учениць старших класів і 34% учнів старших класів 63% учениць старших класів і 43% учнів старших класів). У хлопців відзначається демонстрація низького рівня (проявляється у запереченні власних проблем, замкнутості та поверхневому самозадоволенні). У хлопців середній рівень, що вказує на

підвищену схильність до рефлексії, розуміння своїх труднощів, здатність «занурюватися» в себе, чітке уявлення про своє «Я» і відсутність витіснення. 17 учениць старших класів і 22% учнів старших класів мають високий рівень внутрішньої конфліктності. Тривожність і депресія, що часто супроводжують цих старшокласників, призводять до розвитку почуття провини (див. рис. 2.5).

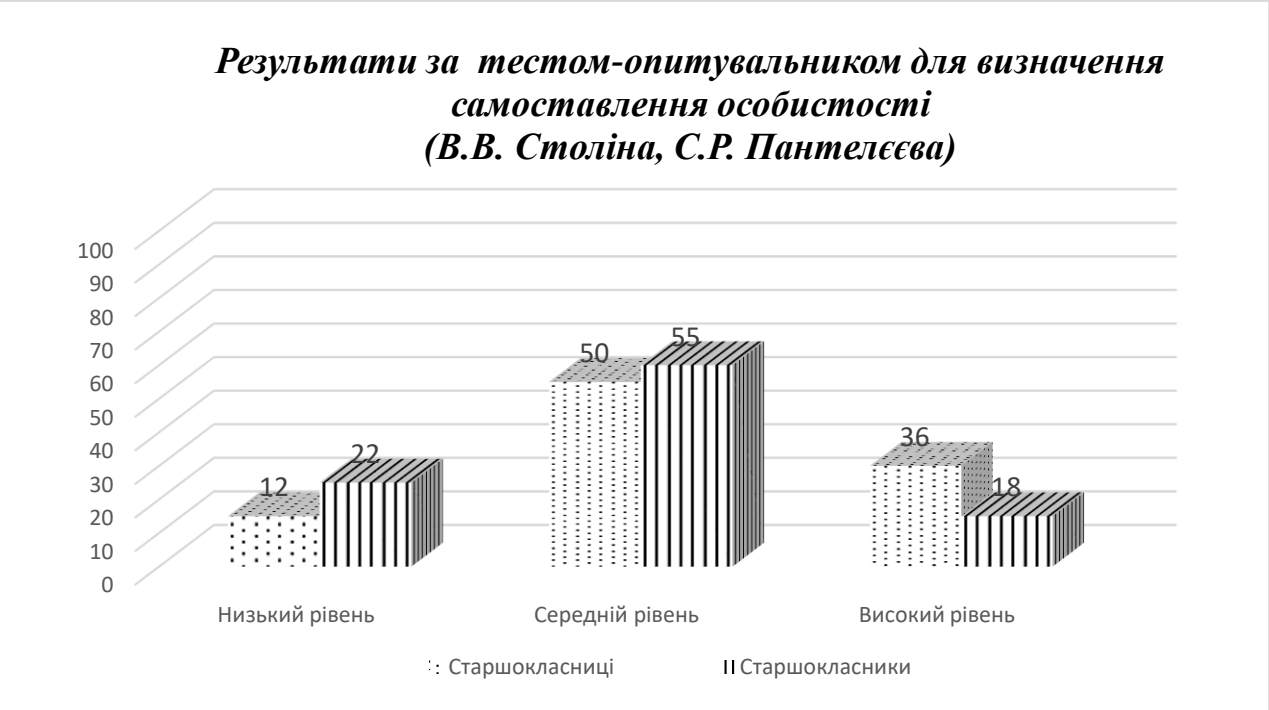


Рис. 2.4. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня самосприйняття у старшокласників

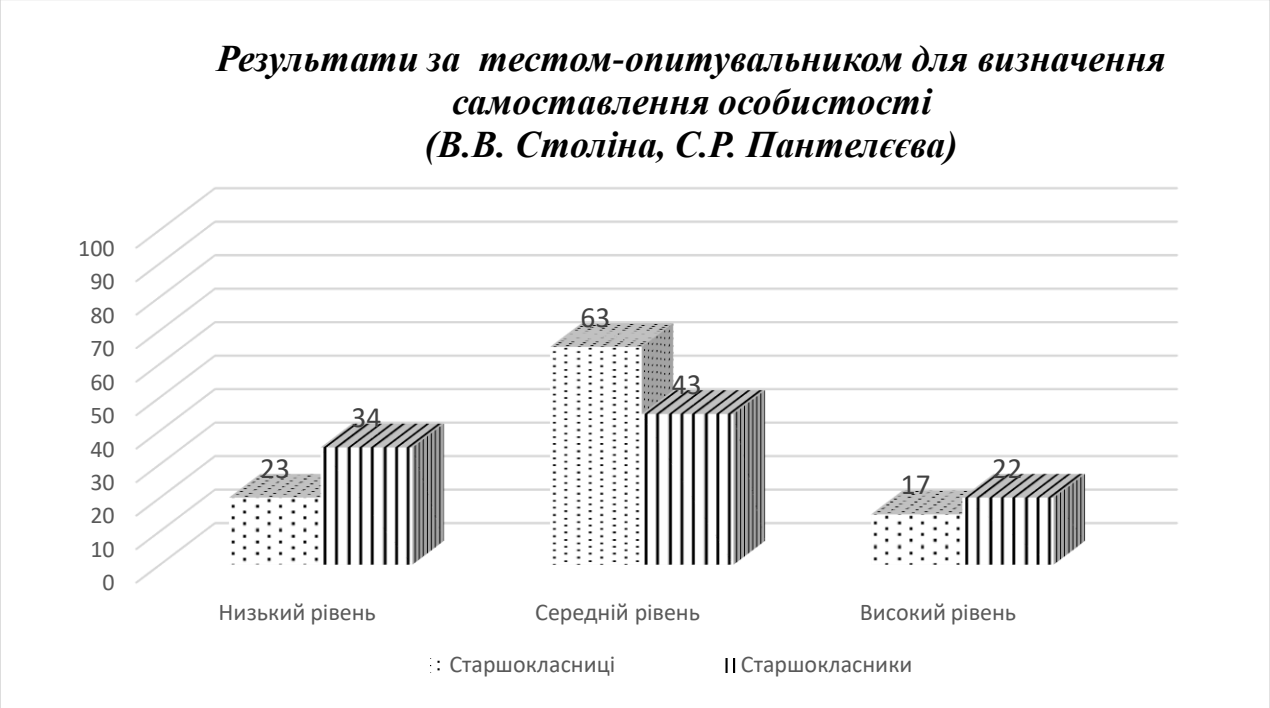


Рис. 2.5. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня внутрішньої конфліктності у старшокласників

Значення «самоприв'язаність» дає змогу нам проаналізувати, що у 71% старшокласниць та 41% старшокласників низький рівень самоприв'язаності. Такі старшокласники бажають щось у собі змінити, бо існує незадоволеність своєю особою. Виявлення високого рівня у 6% учениць старших класів і 6% учнів старших класів, є ознакою ригідності в реакціях чи переконаннях «Я-концепції», відсутність готовності змінюватися, незважаючи на позитивне сприйняття себе. У 50% старшокласниць та 44% старшокласників – середній рівень, що свідчить про їх самопривязливість переживати по-своєму (див. рис. 2.6.).

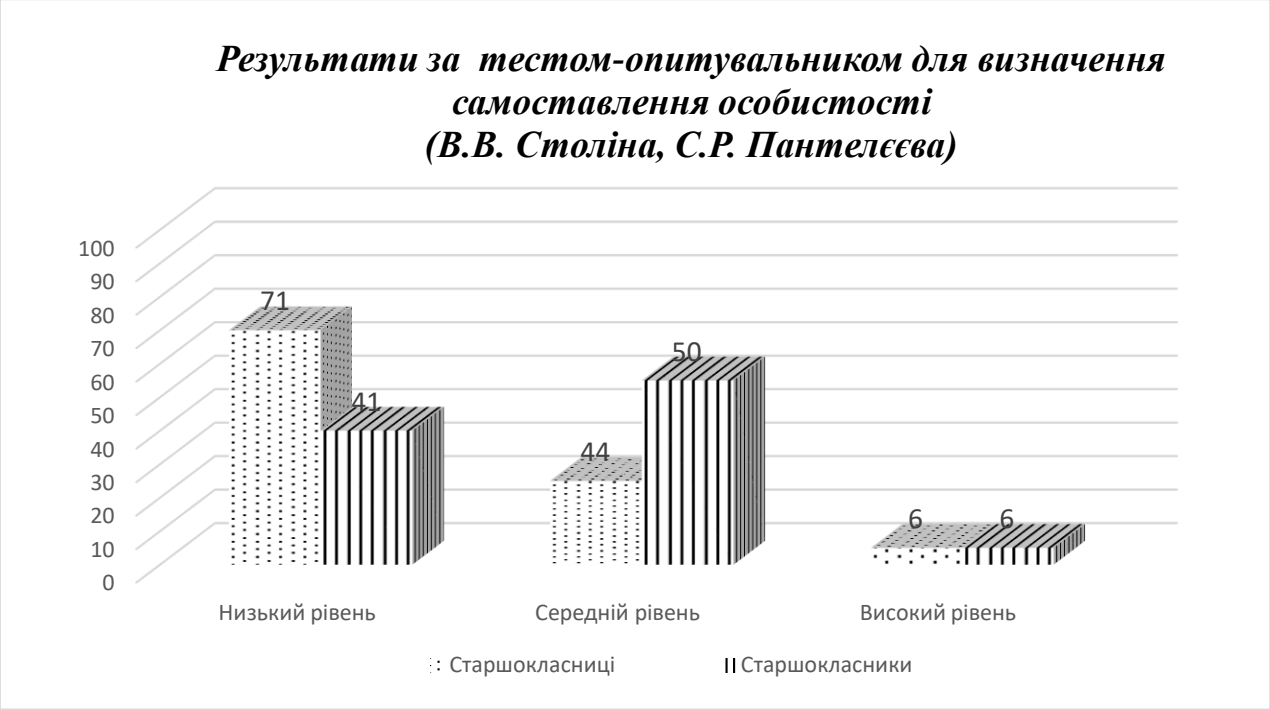


Рис. 2.6. Порівняльна діаграма відсоткового значення показників рівня самоприв'язаності у старшокласників

Підсумовуючи показники, згідно з результатами дослідження старшокласників виявлено, що високий рівень самовпевненості, який проявляється їх високою думкою про себе, самовпевненістю, відсутністю внутрішньої напруженості. Старшокланики, які мають високий рівень цього показника, глибоко переживають своє «Я» як основний принцип, що поєднує їхню особистість і життєву діяльність. Вони відчувають ясність і послідовність своїх внутрішніх цілей та мотивацій. Старшокласники у яких результати показали низький рівень самоцінності, котрий несе у собі сумніви у цінності власної особистості, відстороненість, яка граничить відносяться із байдужістю до власного «Я», втратою інтересу до свого внутрішнього світу. На середньому рівні внутрішньої конфліктності можна спостерігати підвищену рефлексивність, глибоке осмислення власних проблем, чітке усвідомлення свого «Я» і відсутність витіснення негативних емоцій та переживань. Варто також звернути увагу, що суттєвої різниці між немає у показниках старшокласників та старшокласниць.

За допомогою тесту-опитувальника сенс-життєвих орієнтацій, автором котрої є дослідник Д. Леонтьєв, ми виявили, що за шкалою «Ціль в житті»

серед старшокласниць переважає високий рівень (82%), який вказує на них, як на особистості, котрі володіють намірами щодо майбутнього, проте їх наміри не спираються на реальні умови та можливості сьогодення і вони не супроводжуються особистою готовністю відповідати за їх виконання. З-поміж учнім старших класів з таким рівнем нараховано 73%. Низький рівень, який демонструється відсутністю у житті цілей (старшокласниці – 20%, старшокласники і – 35%) (див. рис.2.7.).

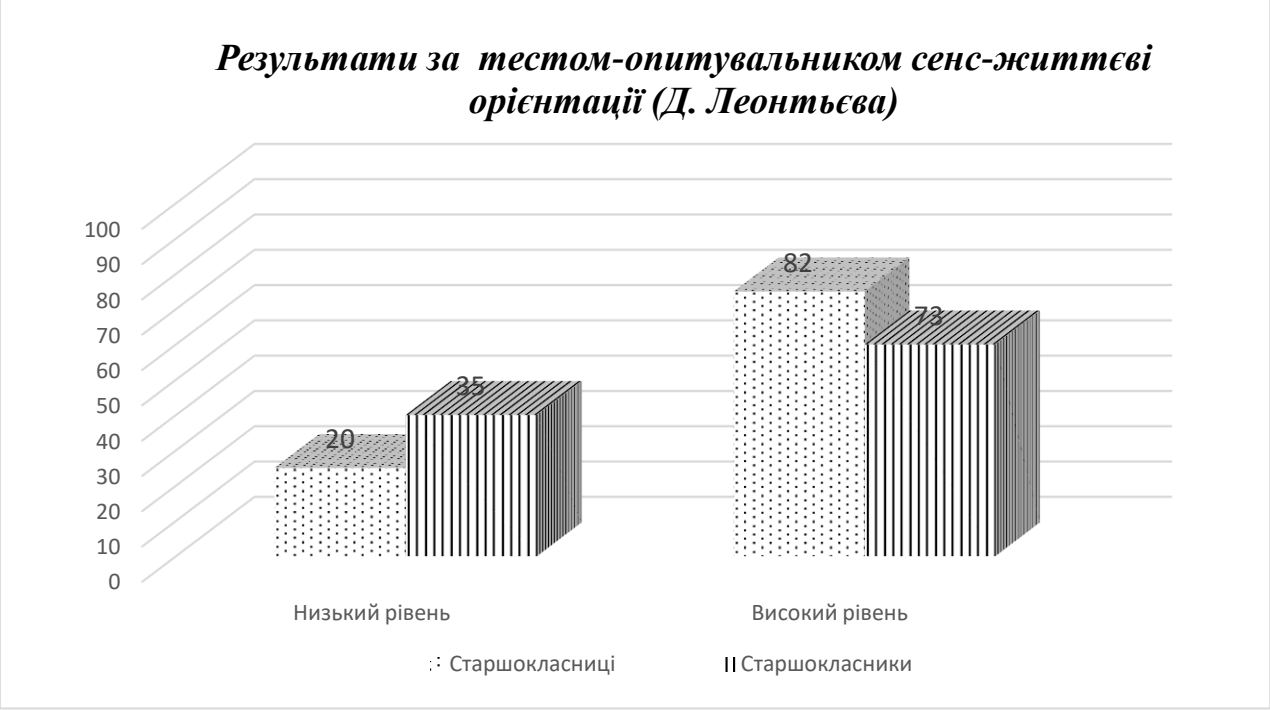


Рис. 2.7. Порівняльна діаграма відсоткового значення шкали цілей життя у старшоклаників

На шкалі позначка «ефективність» (оцінка особистої успішності в реалізації потенціалу) демонструє, що за високих рівнів минуле суттєво формує майбутні рішення (учениці старших класів 62%, учні старших класів 54%). Низькі показники свідчать про незадоволеність пройденим життєвим шляхом (учениці старших класів 43%, учні старших класів 42%) (див. рис. 2.8.).

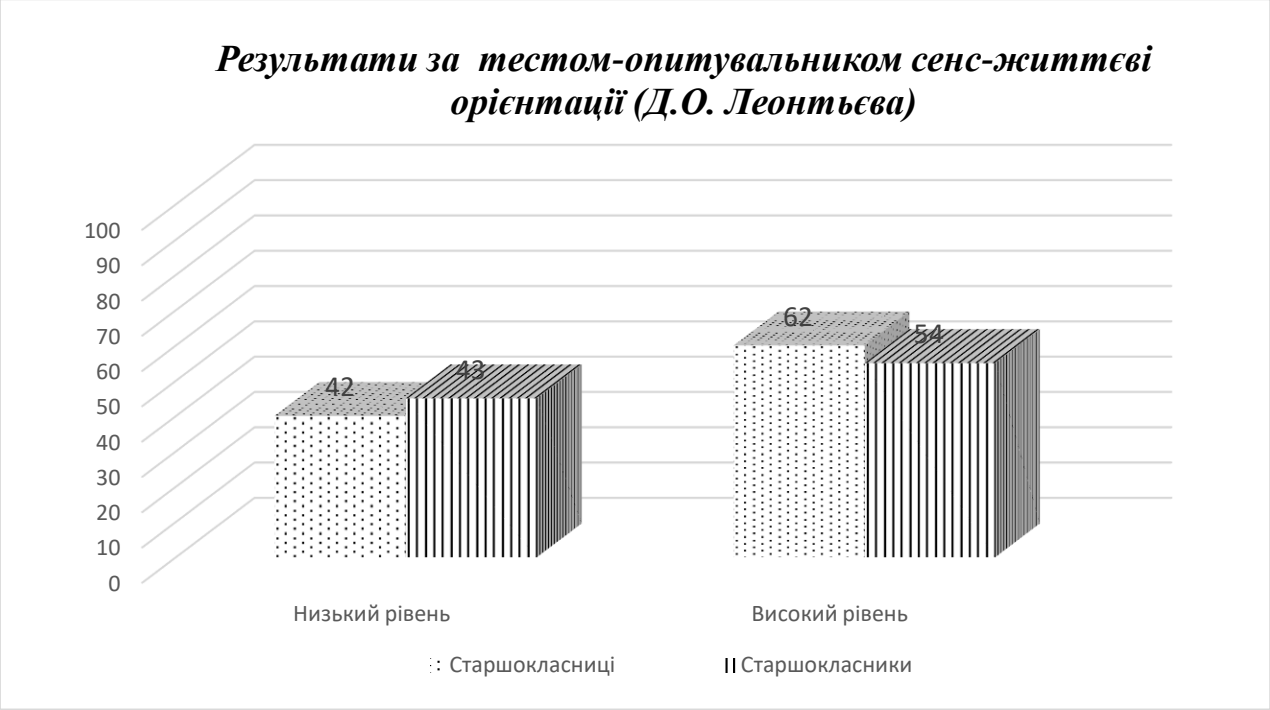


Рис. 2.8. Порівняльна діаграма шкали відсоткового значення результативності у старшокласників

Відповідно до результатів шкали «Я-локус контролю» 33% старшокласниць і 44% дев'ятикласників демонструють низький рівень, що характеризується відсутністю віри у власні сили для управління подіями свого життя. Високий рівень виявлений у 72% учениць старших класів і 62% учнів старших класів, що відображає сильну особистість із достатнім рівнем свободи вибору для реалізації довгострокових планів у житті (див. рис. 2.9).

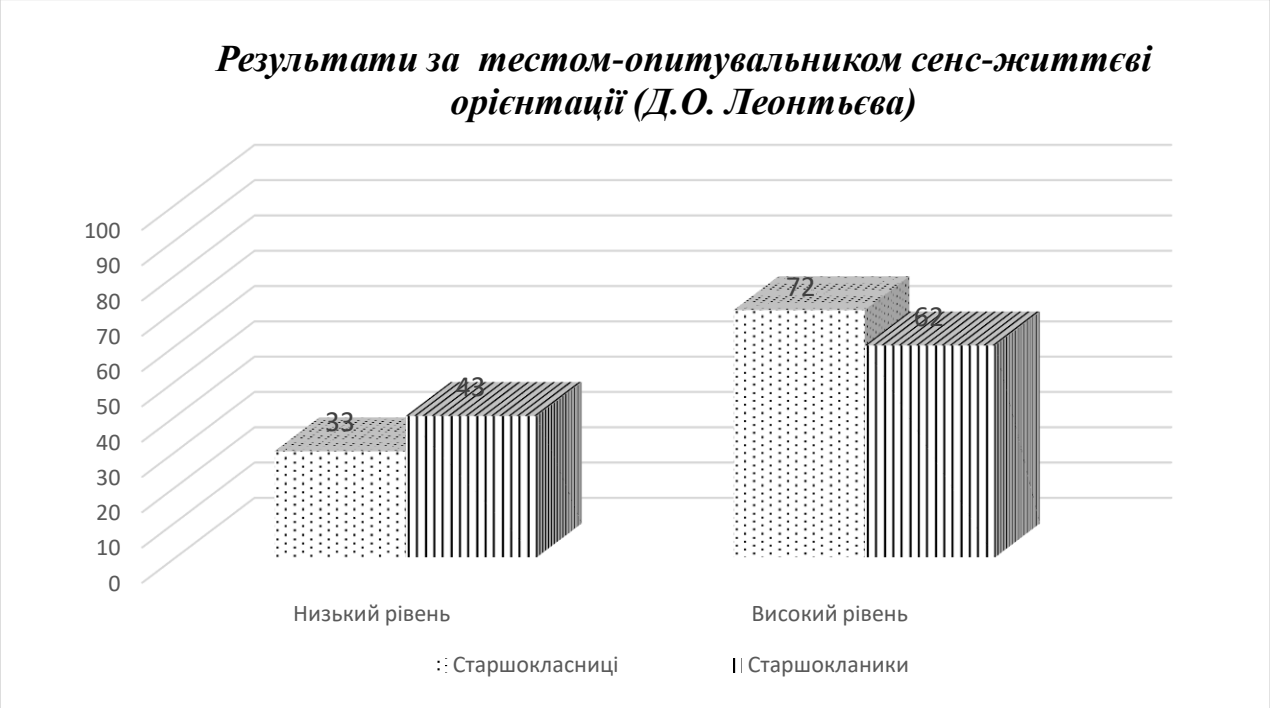


Рис. 2.9. Порівняльна діаграма відсоткового значення шкали локус контролю «Я» у старшокласників

Досліджуючи школу «локус контролю-життя» бачимо, що у 31% учениць старших вікових категорій та у 42% низький рівень учнів старших вікових категорій. Вони переконані у тому, що життя не має контролю і непотрібно думати наперд про майбутнє. У 73% старшокласниць та 63% старшокласників високий рівень, вони переконані у тому, що можливо здійснювати контроль над своїм життям та робити так, щоб можна було у реальному житт втілювати можливе (див. рис. 2.10.).

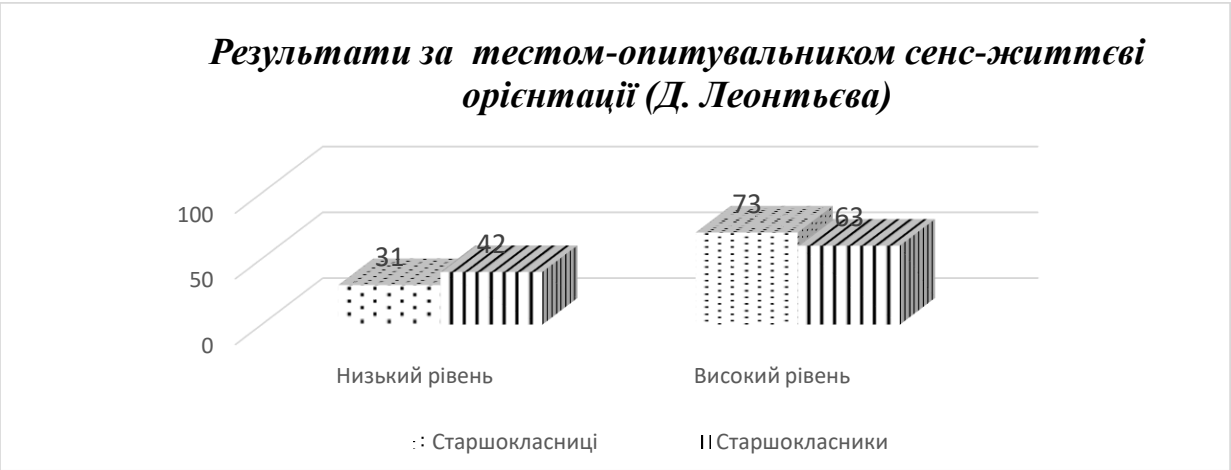


Рис. 2.10. Порівняльна діаграма відсоткового значення шкали локус контролю життя у старшокласників

Комплексні показники розвитку життєвих уявлень серед представників старших класів:

- 40% учениць старших класів і 20% учнів старших класів володіють чіткими поглядами та цілями на майбутні життєві плани;

- 53% учениць старших класів і 62% учнів старших класів досі не визначились, чим хочуть займатись в подальшому, однак вони мають деякі плани на майбутні перспективи;

- тільки 4% учениць старших класів і 11% учнів старших класів не задоволені поточним етапом життя і не мають перспектив на майбутнє, що наповнюють його змістом (див. рис. 2.11).

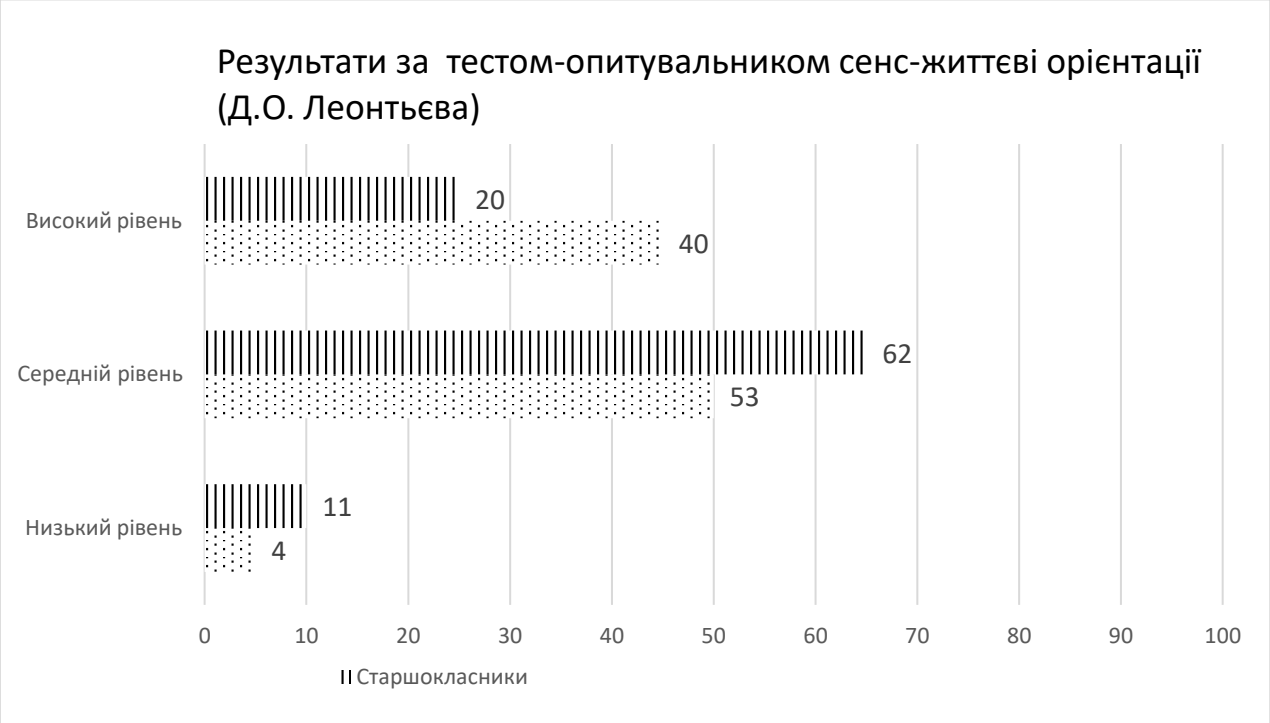


Рис. 2.11. Порівняльна діаграма відсоткового значення рівнів сформованості уявлень про життя у старшокласників

Підсумовуючи результати за даною методикою можна побачити, що більша частина вибірки проявляє високий рівень локус контролю «Я», який описує старшокласників сильними особистостями, котрі можуть робити свій вибір для того, аби побудувати власне життя до того, що їм найбільше до вподоби. Ті старшокласники результати яких показали середній рівень у них

прослідковується чіткі сформовані погляди, цілі на своє майбутнє життя, а от ті низькі показники що ми отримали під час дослідження можна аналізувати, як старшокласникам зовсім не подобається теперішній час життя і у них нема чіткого планування на майбутнє життя.

Тест Дж. Голланда на визначення професійних типів особистості також під час проведеного дослідження показав різницю професійні спрямованості старшокласників, що навчаються у 10 класі Ставчанського ОЗЗСО (див. рис. 2.12.).

30% старшокласниць і 30% старшокласників демонструють артистичний тип, характерний відчуженням від конкретних проблем і діяльності. Такий тип старшокласників характеризується складними життєвими поглядами і акцентуацією на власному «Я». Вони схильні до асоціальності, а їхні вербальні здібності домінують над математичними. Спілкуючись, ці учні використовують почуття, емоції та уяву. Їхня поведінка виявляється в розкутій, експресивній та оригінальній манері, хоча вони часто не достатньо акуратні та старанні.

Заповзятливий тип, виявлений у 31% старшокласниць і 24% старшокласників, є найбільш поширеним серед вибірки. Ці учні характеризуються імпульсивністю, бажанням проявляти ентузіазм і насолоджуватися пригодами. Вони не люблять монотонну роботу і уникають фізичної праці. Їхні вербальні здібності вищі за середні, але вони малорухливі та мають труднощі з увагою і концентрацією.

Тільки 11% учениць старших класів і 4% учнів старших класів мають звичайний тип, що характеризується орієнтацією на конкретні цілі та завдання. Їхній підхід до вирішення проблем є стереотипним і орієнтованим на практичний результат. Цим учням притаманні жорсткість, консерватизм і залежність. Вони віддають перевагу професіям, що вимагають розрахунків. Їхні математичні здібності на високому рівні, а також розвинені вербальні навички. Однак відсутність оригінальності та спонтанності в їхньому мисленні є характерною рисою цього типу.

Соціальний тип особистості визначений у 21% старшокласниць і 26% старшокласників. Ці учні орієнтовані на соціальне середовище, їх завдання та цілі пов'язані з взаємодією з іншими людьми. Вони мають високу людяність, товариськість, бажання допомагати та виховувати. Старшокласники цього типу обирають професії, які передбачають роботу з іншими людьми. Вони мають добре розвинені вербальні здібності, але слабкі математичні навички. Їхня комунікабельність та організаторські здібності допомагають ефективно вирішувати проблеми, а широкий спектр емоцій робить їх успішними в спілкуванні.

Інтелектуальний тип особистості характерний для 12% старшокласниць і 17% старшокласників. Ці учні орієнтовані на теоретичні і естетичні цінності, на розумову працю. Їм властиві такі риси, як акуратність, методичність, раціональність, допитливість, самостійність, аналітичність і пунктуальність. Вони можуть вести асоціальний спосіб життя, є замкнутими та не проявляють лідерських рис. У цих старшокласників добре розвинені як вербальні, так і математичні навички.

Реалістичний тип особистості виявляється серед 13% старшокласниць та 13% старшокласників. Ці учні мають орієнтацію на сучасний стиль життя і відзначаються емоційною стійкістю. Вони добре засвоюють точні знання і розвивають соціальні навички, хоча можуть бути обмежені у спілкуванні. Важливою рисою є те, що у них розвинуті психомоторні якості, що перевищують інші властивості.

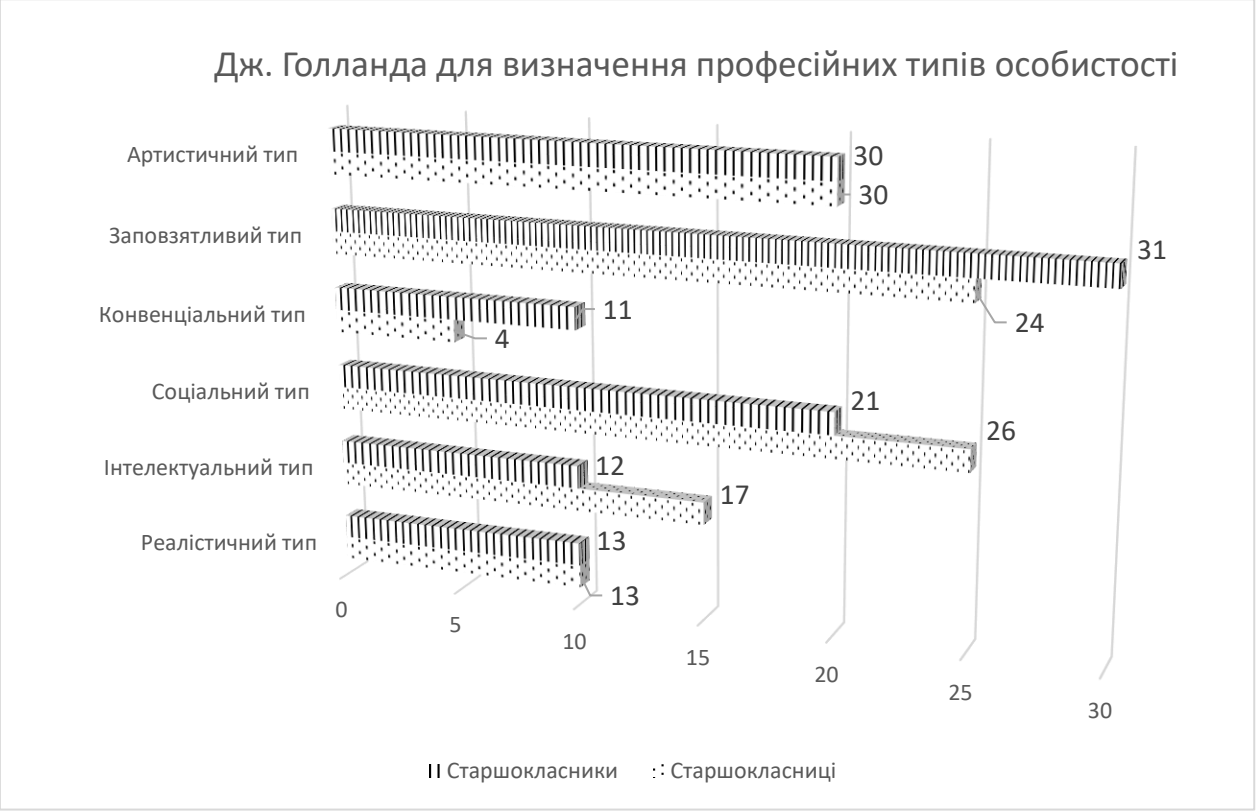


Рис. 2.12. Порівняльна діаграма відсоткового значення професійних типів особистості у старшокласників

Використовуючи методику «Вольова регуляція особистості» (Г.Ф. Михальченка, М.С. Гуткіна), було визначено загальний показник, який відображає вольову структуру старшокласників та їхні вольові характеристики. Згідно з результатами, для загального показника при вольовії організованості, який визначений на високому рівні дорівнює 32%. Тому це є ознакою того, що значна частина старшокласників має високий рівень вольової організованості, що може свідчити про їхню здатність до самоконтролю та прийняття рішень у складних ситуаціях. Середній рівень виявлено у 47% старшокласниць та 42% старшокласників, в котрих вольові якості розвинені достатньою мірою. В 23% старшокласниць і 31% старшокласників мають вольові якості низького рівня, котрий треба тренувати та розвивати (див. рис. 2.13.).

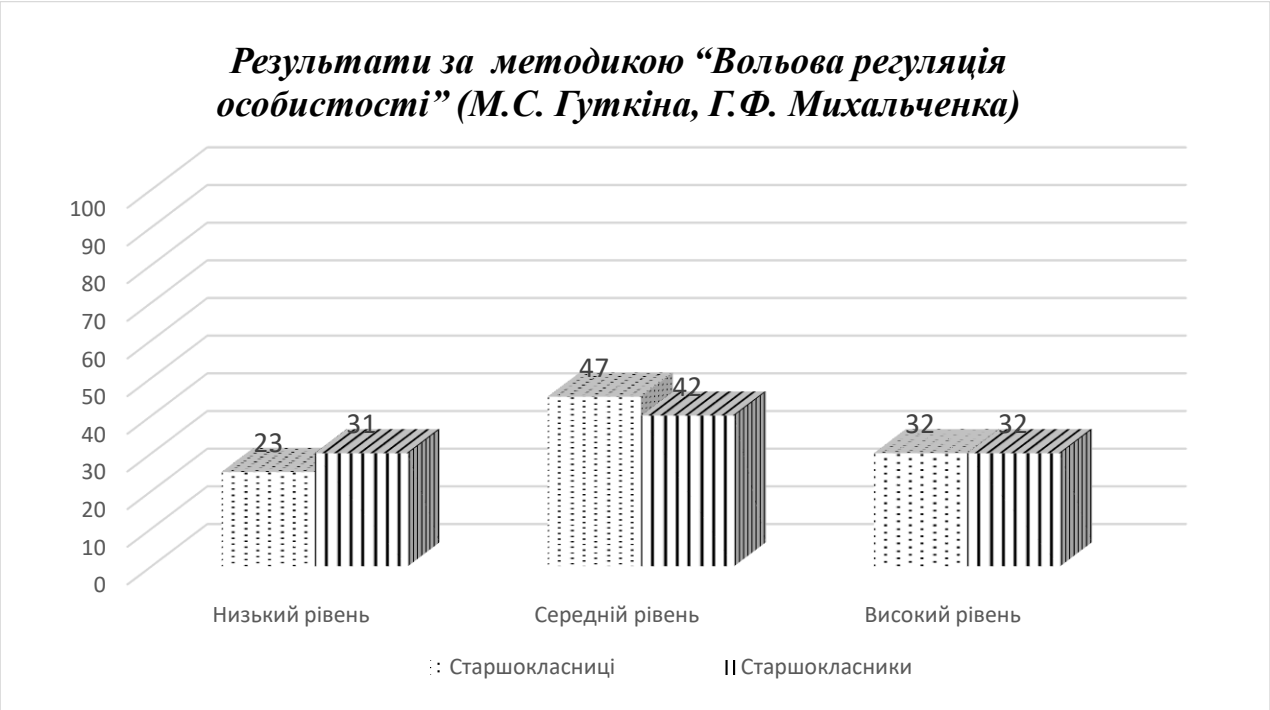


Рис. 2.13. Порівняльна діаграма відсоткового значення вольової організації у старшокласників

Вольові якості особливостей старшокласників продемонстровані на рис. 2.13. Показник низького рівня потребує розвитку та тренування, нерозвиненість котрогось із факторів заважають людині у досягненні поставлених задач. Рівень середній показує, що вольова якість розвинена достатньою мірою. Рівень високий показує, що вольова якість розвинена сильною мірою. Будь-яка вольова риса, котра має показник високий є досить важливою у організації особистості до професійного спрямування.

Проаналізувавши відсоткове значення вольової організованості старшокласників, можна ще раз переконатися, що рішучість, ціннісно-смислова організація особистості, організованість діяльності, наполегливість, самовладання,самостійність – це ті фактори які відіграють важливе значення для професійної спрямованості старшокласників.

Показники високого рівня старшокласників свідчать про те, що вони із усвідомленістю та почуттям реальності мають змогу визначити для себе цілі, шляхи і способи, якими вони будуть їх досягати, а ті що мають низький рівень в організації діяльност означає, що більша частина старшокласників

дану вольову якість мають добре розвинену, що полегшить їм втілення у реальність власних цілей. У факторах самовладання, самостійність переважає середній рівень серед старшокласників, що свідчить про достатній розвиток даних вольових якостей.

Для кращого розуміння та правильного вибору для майбутньої професійної діяльності старшокласників є дуже важливим аспектом у допомозі зорієнтуватися та зробити вибір так, щоб професія яка буде обрана старшокласником принесла їй задоволення і викликала інтерес до справи яку він обрав. Завдання батьків, дорослих, навчально-педагогічного колективу, психологів активно включатися для підтримки у спрямованості до вибору майбутнього старшокласниками, адже це посприяє для професійного майбутнього та дасть можливості розвитку у самовизначенні і покращить рівень у професійному зростанні.

ВИСНОВКИ

Проблема професійного самовизначення старшокласників займає ключове місце у психології, оскільки вона пов’язана з однією з найбільш значущих складових життєвого шляху – вибором професії, з якою вони асоціюватимуть своє майбутнє. Важливість цього дослідження зумовлена тим, що питання професійного самовизначення набуває все більшого значення для старшокласників.

Ранній юнацький вік охоплює період від 15-16 до 17-18 років, під час якого завершується процес соціалізації. Вибір професії стає центральним аспектом соціальної ситуації розвитку, що обумовлено інтелектуальним та соціальним дозріванням особистості, що сприяє формуванню внутрішньої позиції, характерної для юнаків, яка орієнтована на майбутнє.

Безпосередні потреби перетворюються на усвідомлені й довільні, що дозволяє особистості в цей період життєвого розвитку самостійно керувати своїми прагненнями та складати плани на майбутнє. Основним новоутворенням у старшокласників є процес особистісного самовизначення та формування ідентичності, що в свою чергу пов’язане з моральними, екзистенційними та професійними виборами.

У старшокласників процес розвитку самосвідомості та Я-концепції характеризується відкриттям їх неповторного внутрішнього світу, усвідомленням індивідуальності, значущості і формуванням цілісного уявлення про себе.

Сутність професійного самовизначення в психологічному контексті не зводиться до вибору конкретної професії, адже цей процес охоплює виявлення особистісних основ вибору, який сприймається як пошук покликання, що дозволяє зрозуміти себе та знайти сенс власного життя. Оптимізація процесу професійного самовизначення на ранніх етапах передбачає орієнтацію старшокласників на свідомий і самостійний вибір професії, який ґрунтується на аналізі власних потреб, здібностей, мотивів, життєвих цілей і здатності порівняти їх з вимогами обраної професії.

Самооцінка є важливим фактором, оскільки відображає впевненість старшокласника в своїх вчинках і особистих силах, формує самоповагу. Занижена самооцінка старшокласника призводить до безпорадності – він не має бажання навчатися, заздалегідь опускає руки перед труднощами і проблемами, так як все одно ні на що не здатен.

Аналіз літератури показує, що у вирішенні проблем підготовки старшокласників до вибору професії недостатньо вивченні питання особистих смислів, які є механізмами усвідомленого особистого та професійного самовизначення. Саме старшокласники знаходяться на етапі особистісного та професійного самовизначення, пошуку особистих смислів та формуванні професійних ціннісних орієнтацій.

Процес їхнього професійного самовизначення відбувається іноді стихійно, під впливом випадкових зовнішніх, несамостійних факторів та умов. Це зумовлено, перш за все, недостатнім усвідомленням та розумінням старшокласниками власних цілей і цінностей, нездатністю співставляти вимоги професії з власними здібностями та інтересами, а також відсутністю упорядкованих, достатньо широких знань про професії та про цінності професій. Тобто, старшокласники, закінчуючи школу, не мають базових знань для прийняття рішень щодо майбутньої професійної діяльності, їм бракує саморозуміння в плануванні та виборі майбутньої професії.

Відповідно до результатів дослідження ми розробили рекомендації щодо полегшення вибору майбутньої професії старшокласникам:

- усвідомлюйте свої реальні сили;
- дізнайтесь якнайбільше інформації про професію, котра подобається;
- брати участь у різних заходах, для підвищення комунікативного рівня;
- слухайте власне покликання, а не оточуючих.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Арцишевська О. / Сутнісний аналіз самовизначення людини / Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. / Філософські науки. – 2013. - № 11. С. 9-12.
2. Басюк О. Б. Залежність «Образу Я» від значущих інших як складова невротичності в юнацькому віці / О. Б. Басюк // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 11. – С. 12-16.
3. Безкоровайна О. Самоствердження як важливий соціально-психологічний феномен становлення особистості у ранньому юнацькому віці / О. Безкоровайна // Рідна школа. – 2009. – № 4. С. 32.
4. Бех І. Виховання особистості: особистісно-орієнтований підхід. Київ, 2008. 263 с.
5. Боришевський М.І. Теоретичні питання самосвідомості особистості. Київ, 2010. 78 с.
6. Васильєва О. А. Фактори професійного самовизначення особистості в сучасних умовах О. А. Васильєва Наука і освіта : наук. – практ. журнал. – 2011. – № 1. С. 19-23.
7. Вечірко М.С. Зміст та структура категорії професійного самовизначення майбутнього вчителя філологічних спеціальностей. 2011. 75 с.
8. Гуменюк О. Психологія Я-концепції. Тернопіль, 2012. 186 с.
9. Гуменюк О. Психологія Я-концепції: Монографія / О.Гуменюк. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.
10. Гупаловська В. Самореалізація як проблема розвитку особистості у сучасних психологічних дослідженнях // Пробл. гуманіст. наук: зап. Дрогобич держ. пед.. ун-ту. – Дрогобич, 2001. – Вип. 8. С.84-93
11. Давиденко О. С. Я-концепція як фактор особистісного самовизначення в ранній юності / О. С. Давиденко // Вісник Міжнародного дослідного центру «Людина: мова, культура». – К., 2008. – Вип. 17. С. 16- 22.

12. Дмитрова Т.В. Образ «Я» як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності. Київ, 2008. 187с.
13. Єрмаков І. Г. Життєвий проект особистості: від теорії до практики. Київ, 2017. 209 с.
14. Заброцький М.М. Основи вікової психології. Київ, 2005. 233 с.
15. Заброцький М.М. Основи вікової психології. Навчальний посібник. – Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2008. – 112 с.
16. Калюжна І., Москальова А.С. / Вплив самооцінки на професійне самовизначення старшокласників / Наука і молодь/ К.: – 2021: – 399 с.
17. Клочек Л. В. Розвиток процесів ідентифікації і відособлення у підлітковому і ранньому юнацькому віці: Автореферат дисертації кандидата психологічних наук 19.00.07 / Л. В. Клочек. – НПУ ім. М. Драгоманова. – К., 2005. – 20 с.
18. Клочек Л.В. Розвиток процесів ідентифікації і відособлення у підлітковому і ранньому юнацькому віці. Київ, 2015. 70 с.
19. Ковальська Н.М. Формування готовності старшокласників до вибору професії у сфері менеджменту : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук». Київ, 2003. 22 с.
20. Копець Л.В. Психологія особистості: Навч. Посіб. Для студ. Вищ.навч. Зал. – 2-ге вид. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. – 456 с. 448-449
21. Кучеренко Є. В. Професійне самовизначення особистості як динамічний процес. Проблеми загальної та педагогічної психології. Київ, 2017. 252 с.
22. Лановенко Ю. І. Психологічні особливості переживання суб'єктом юнацької кризи: Автореферат дисертації кандидата психологічних наук 19.00.07 / Ю. І. Лановенко. – НПУ ім.. М. Драгоманова. – К., 2005. 21 с.
23. Левенець А. Є. Психологічні особливості становлення життєвої перспективи в юнацькому віці: Автореферат дисертації кандидата психологічних наук: 19.00.07 / А. Є. Левенець. – НПУ ім.. М. Драгоманова. – К., 2006. 20 с.

24. Лемещенко О. Особистість старшокласників: суперечності у формуванні / О. Лемещенко // Психолог.К.: – 2010. – № 35-36. – С. 12-14.
25. Максименко С.Д. Психолого-педагогічні аспекти формування особистості в навчально-виховному процесі. Київ, 2007. 578 с.
26. Максимчук Н.П. Ціннісні орієнтації та формування особистості майбутнього педагога. Київ, 2008. 69 с.
27. Матяш-Заяц Л. П. Соціально-психологічні чинники виникнення міжособистісних конфліктів у ранньому юнацькому віці: Автореферат дисертації кандидата психологічних наук 19.00.07 / Л. П. Матяш-Заяц. – НПУ ім. М. Драгоманова. – К., 2005. 21 с.
28. Мачунська І.М. Основні чинники професійного самовизначення старшокласників. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. 2013. 533 с.
29. Мачуський В.В. Формування готовності старшокласників до професійного самовизначення у сфері технічної діяльності в позашкільних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук.
30. Меднікова Г.І. Самооцінка та рівень домагань особистості як динамічна система. Харків, 2012. 194 с.
31. Мілютіна К. Л. Траєкторії життєвого шляху особистості в динамічному середовищі. Ніжин, 2012. 298 с.
32. Мотрук Р. В. / Етнокультурні чинники професійного самовизначення особистості / Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук ДВНЗ «Прикарпатський Національний Університет» – 2013. 232 с.
33. Онуфрієва Л.А. Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців соціономічних професій. Кам'янець-Подільський, 2013. 412 с.
34. Подоляк Л. Основи вікової психології / Л. Подоляк. – К.: Главник, 2006. 112 с.
35. Помиткіна Л.В. Психологія прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень. Київ, 2013. 381 с.

36. Психологія : навч. посібник / Уклад.: Н.М. Гуцуляк, Н.Г. Матейчук. – Чернівці : Технодрук, 2014. – 300 с.
37. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – 2-ге вид., доповнене. – К. :Академвидав, 2011. 368 с.
38. Савчин М. Психологія юності. Вікова психологія / Л. Василенко, М. Савчин. – К., 2005. – С. 19-264.
39. Савчин М. Психологія юності. Вікова психологія. Київ, 2017. 287 с.
40. Скрипченко О.В. Загальна психологія. Либідь, 2005, 465 с.
41. Сердюк Л. А. Форми особистісного самовираження сучасних старшокласників / Л. А. Сердюк // Педагогіка і психологія. – 2001. – № 1. – С. 67-72.
42. Співак Л.М. Психологія розвитку національної самосвідомості особистості в юності. Кам'янець-Подільський, 2015. 300 с.
43. Становських З.Л. Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників. Київ, 2015. 49 с.
44. Супровід професійного самовизначення старшокласників: діагностика, рекомендації, заняття / уклад. М.Ю. Михайлина, М.А. Павлова, Я.К. Нелюбова. – К.: Учитель, 2009.238с.
45. Терлецька Л. Дослідження психічних особливостей дітей юнацького віку / Л. Терлецька // Психологія зрілості: практикум. Навч. посіб. – К., 2006. – С. 55-98.
46. Титаренко Т. Рання молодість: проблеми смислоутворення, подальше професійне й життєве самовизначення / Т. Титаренко // Основи практичної психології. – К., 1999. – С. 447 455.
47. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. Київ, 2013. 372 с.
48. Торба Н.Г. Професійна самовизначеність та вибір професії майбутнього фахівця, Н.Г. Торба Вісник післядипломної освіти. – 2015. – Вип. 15 – С. 246-253. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2015_15_24.
49. Туриніна О.Л. Психологічні особливості професійного самовизначення учнів. Київ, 2015. 218 с.

50. Федоришин А.Б. Динаміка самооцінки старшокласників в колективі однолітків. Київ, 2005. 24 с.
51. Федорінов Д. Формування Я-концепції в юнацькому віці / Д. Федорінов // Психолог. – 2006. – № 10. – С. 5-9.
52. Цимбалюк І. М. Психологія спілкування: Навч. посіб І. М. Цимбалюк. – К.: Професіонал, 2004. – 304 с.
53. Шевченко Н.Ф. Особливості трансформаційних змін у смисловій сфері фахівців на початковому етапі професіоналізації. Харків, 2015. 422 с.
54. Шестопалова О. Криза ідентичності та адитивна поведінка в юнацькому віці / О. Шестопалова // Рідна школа. – 2000. – № 11. – С. 32-34.
55. Штифурак В.С. Профорієнтаційна діяльність: теорія та практика: навчальний посібник В.С.Штіфурак, Г.В. Коліжук, І.М. Мельник; заг. ред. В.С. Штифурак. – Вінниця, ТОВ "Ландо ЛТД", 2013. – 418 с.
56. Bridges, D., Maklich, R., Trede, F. (2012). Professional identity development: a review of the higher education literature. Studies in Higher Education. 37(3). P. 365-384.
57. Donaldson R.M., Posluszny M. (1985). Professional Growth Plans for Public School Teachers.
58. The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas. 59(4). P. 169-173.
59. Gauthier, L., Guay, F. & Fernet, S. (2003). Predicting Career Indecision: A Self-Determination Theory
60. Perspective. Journal of Counseling Psychology. 50(2). P. 165-177.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест-опитувальник для визначення самоставлення особистості (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв).

Мета: визначення емоційного та семантичного змісту ставлення особистості до себе.

Досліджуваним пропонується опитувальник, що налічує 110 тверджень.

Інструкція: «Уважно прочитайте запропоновані Вам твердження і обведіть одну з двох відповідей на окремому бланку поряд з номером кожного твердження: обведіть знак “+” якщо Ви погоджуєтесь або знак “-” якщо не погоджуєтесь.

Над твердженнями довго не роздумуйте. Правильних і неправильних відповідей немає.

Текст опитувальника

1. Мої слова не так уже й часто розходяться з ділом.
2. Випадковому знайомому я швидше за все видамся людиною приємною.
3. До чужих проблем я завжди ставлюсь з тим же розумінням, що і до своїх.
4. У мене часто виникає відчуття, що те, про що я подумки з собою розмовляю, мені неприємне.
5. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
6. Найрозумніше, що може зробити людина у своєму житті, – це підкоритися власній долі.
7. У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане.
8. Якби Я роздвоївся, то мені було б дуже цікаво спілкуватися зі своїм двійником.
9. Я не здатен завдати душевного болю коханим та рідним мені людям.
10. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе.
11. Зробивши якийсь промах, я часто не можу зрозуміти, як мені могло прийти в голову, що із задуманого могло вийти щось хороше.
12. Частіше я схвалюю свої плани і вчинки.

13.В моїй особистості є, мабуть, щось таке, що здатне викликати у інших гостру неприязнь.

14.Коли я намагаюся себе оцінити, я насамперед бачу свої недоліки.

15.У мене не виходить бути для коханої людини цікавим тривалий час.

16.Можна сказати, що я ціную себе досить високо.

17.Мій внутрішній голос рідко підказує мені те, з чим би я кінець кінцем погодився.

18.Багато моїх знайомих не сприймають мене серйозно.

19.Бувало, і не раз, що я сам сильно ненавидів себе.

20.Мені дуже заважає нестача волі, енергії та цілеспрямованості.

21.В моєму житті виникали такі обставини, коли я йшов на угоду з власною совістю.

22.Іноді я сам себе погано розумію.

23.Часом мені буває дуже болісно спілкуватися з самим собою.

24.Думаю, що без великих зусиль міг би знайти спільну мову з будь–якою розумною та знаючою людиною.

25.Якщо я і ставлюся до кого–небудь з докором, то насамперед до самого себе.

26.Іноді я сумніваюсь, чи можна любити мене по–справжньому.

27.Часто мої суперечки з самим собою обриваються думкою, що все одно вийде не так, як я вирішив.

28.Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.

29.Навряд чи знайдуться люди, яким я не по душі.

30.Часто я не без сарказму жартую над собою.

31.Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би найнудніший партнер по спілкуванню.

32.Я вважаю, що я достатньо склався як особистість і тому не витрачаю багато сили на те, щоб в чомусь стати іншим.

33.В цілому мене влаштовує те, який я є.

34.На жаль, дуже багато не розділяють моїх поглядів на життя.

35.Загалом я можу сказати, що поважаю себе.

36.Я думаю, що маю надійного і розумного порадника в самому собі.

37.Я досить часто дратуюсь від самого себе.

38.Я часто, але досить безуспішно, намагаюсь в собі щось змінити.

39.Я думаю, що моя особистість значно цікавіша і багатша, ніж це може видатися на перший погляд.

40.Мої достоїнства загалом переважають над моїми недоліками.

41.Я рідко залишаюсь незрозумілим в самому важливому для мене.

42.Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо.

43.Те, що зі мною трапляється, – це справа моїх рук.

44.Якщо я сперечаюсь з собою, то завжди впевнений, що знайду єдине правильне рішення.

45.Коли зі мною трапляються неприємності, як правило, я кажу: «Так тобі і треба».

46.Я не вважаю, що достатньо духовно цікавий для того, щоб бути привабливим для багатьох людей.

47.У мене часто виникають сумніви, чи такий я насправді, яким себе уявляю.

48.Я не здатен зрадити навіть подумки.

49.Частіше всього я думаю про себе з дружньою іронією.

50.Мені здається, що мало хто може подумати про мене погано.

51.Я впевнений, що на мене можна покластися у самих відповідальних справах.

52.Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю.

53.Я ніколи не видаю думки, які мені сподобались за свої.

54.Яким би я не видавався оточуючим, я знаю, що в глибині душі я кращий, ніж більшість інших.

55.Я хотів би залишитися таким, який я є.

56.Я завжди радий критиці на мою адресу, якщо вона обгрунтована і справедлива.

57.Мені здається, що якби таких людей як я було більше, то життя змінилося б на краще.

58.Моя думка має достатню вагу в очах оточуючих.

59.Щось заважає мені зрозуміти себе по–справжньому.

60.У мені є чимало такого, що навряд чи викликає симпатію.

61.В складних обставинах я зазвичай не чекаю, доки проблеми вирішаться самі собою.

62.Іноді я намагаюсь видати себе не за того, хто я є.

63.Бути поблажливим до власних слабостей цілком природно.

64.Я впевнився, що глибоке проникнення в себе – малоприємне та досить ризиковане заняття.

65.Я ніколи не дратуюсь і не злюсь без особливих на те причин.

66.В мене бували такі моменти, коли я розумів, що мене є за що зневажати.

67.Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що зі мною відбувається.

68.Саме багатство та глибина мого внутрішнього світу і визначають мою цінність як особистості.

69.Тривалі суперечки з собою частіше залишають гіркий осадок в моїй душі, ніж приносять полегшення.

70.Думаю, що спілкування зі мною приносить людям відверте задоволення.

71.Якщо говорити відверто, іноді я буваю дуже неприємним.

72.Можна сказати, що я собі подобаюсь.

73.Я – людина надійна.

74.Здійснення мої бажань мало залежить від везіння.

75.Моє внутрішнє “Я” завжди мені цікаве.

76.Мені дуже просто переконати себе не засмучуватися через дрібниці.

77.Близьким людям притаманно мене недооцінювати.

78.У мене в житті часто бувають хвилини, коли я сам собі огидний.

79.Мені здається, що я все-таки не вмію сердитися на себе по–справжньому.

80.Я переконався, що в серйозних справах на мене краще не розраховувати.

81.Іноді мені здається, що я якийсь дивний.

82.Я не схильний пасувати перед труднощами.

83.Моє власне «Я» не видається мені чимось вартим уваги.

84.Мені здається, що глибоко обдумуючи свої внутрішні проблеми, я навчився значно краще себе розуміти.

85.Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих.

86.Мені траплялось робити такі вчинки, яким навряд чи можна знайти виправдання.

87.Десь у глибині душі я вважаю себе слабаком.

88.Якщо я відверто і звинувачую себе в чомусь, то, як правило, викривального запалу вистачає ненадовго.

89.Мій характер, яким би він не був, цілком мене влаштовує.

90.Я цілком ясно уявляю собі, що чекає мене попереду.

91.Іноді мені буває досить важко знайти спільну мову зі своїм внутрішнім “Я”.

92.Мої думки про себе найчастіше зводяться до звинувачень на власну адресу.

93.Я не хотів би сильно мінятися навіть на краще, тому що кожна зміна – це втрата якоїсь дорогої часточки самого себе.

94.В результаті моїх дій досить часто виходить зовсім не те, на що я розраховував.

95.Навряд чи в мені є щось, чого б я не знав.

96.Мені ще багато чого не вистачає, щоб з впевненістю сказати собі: ”Так, я цілком зріла особистість”.

97.В мені цілком мирно вживаються як мої достоїнства, так і мої недоліки.

98.Іноді я надаю “безкорисну” допомогу людям лише для того, щоб краще виглядати у власних очах.

99.Мені досить часто і безуспішно доводиться виправдовуватися перед самим собою.

100. Ті, хто мене не любить, просто не знають, яка я людина.

101. Переконати себе в чомусь для мене нескладно.

102. Я не відчуваю нестачі в близьких та розуміючих мене людях.

103. Мені здається, що мало хто поважає мене по–справжньому.

104. Якщо не бути дріб'язковим, то в цілому мене себе немає в чому дорікнути.

105. Я сам створив себе таким, який я є.

106. Думка інших про мене цілком співпадає з моєю власною.

107. Я сам хотів багато в чому себе переробити.

108. До мене ставляться так, як я того заслуговую.

109. Думаю, що моя доля все–одно складеться не так, як мені хотілося тепер.

110. Впевнений, що в житті я на своєму місці.

Обробка та аналіз результатів:

Проводиться підрахунок «сирих балів» шкальних значень згідно ключа. При співпаданні з ключем нараховується 1 бал, при неспівпадання – 0 балів.

Відвертість:

«+»: 1, 3, 9, 48, 53, 56, 65.

«–»: 21, 62, 86, 98.

Самовпевненість:

«+»: 7, 24, 30, 35, 36, 51, 52, 58, 61, 78, 82.

«–»: 20, 80, 103.

Самокерівництво:

«+»: 43, 44, 45, 74, 76, 84, 90, 105, 106, 108, 110.

«–»: 109.

Дзеркальне «Я»:

«+»: 2, 5, 29, 41, 42, 50, 102.

«–»: 13, 18, 34, 85.

Самоцінність:

«+»: 8, 16, 39, 54, 57, 68, 70, 75, 100.

«–»: 15, 26, 31, 46, 83.

Самоприйняття:

«+»: 10, 12, 17, 28, 40, 49, 63, 72, 77, 79, 88, 97.

«–»: –

Самоприв’язаність:

«+»: 6, 32, 33, 55, 89, 95, 101, 104.

«–»: 96, 107.

Конфліктність:

«+»: 4, 11, 22, 23, 27, 38, 47, 59, 64, 67, 69, 81, 91, 94, 99.

«–»: –

Самозвинувачення:

«+»: 14, 19, 25, 37, 60, 66, 71, 78, 87, 92.

«–»: –

Норми (в стенах)

Стени шкали	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	0	0	1	2-3	4-5	6-7	8	9	10	11
2	0-1	2	3-4	5-6	7-9	10	11-12	13	13	14
3	0-1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	11	12
4	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11
5	0-1	2	3	4-5	6-7	8	9-10	11	12	13-14
6	0-1	2	3-4	5-6	6-7	8	9	10	11	12
7	0	1	2-3	4-5	6	7-8	7-8	9	10	11
8	0	0	1-2	3-4	5-7	8-9	11-12	13	14	15
9	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	10

Актива
Чтобы а
раздел "

Самоставлення – це певне стійке почуття на адресу власного «Я», що містить ряд специфічних модальностей (вимірів), що відрізняються як за емоційним тоном, переживанням, так ы за семантичним змістом відповідного ставлення до себе.

Шкала 1 – внутрішня чесність – «Відкритість» – пов'язана з такими аспектами образу «Я», самоставлення, поведінки, які, будучи значимими для особистості, важко допускаються до усвідомлення.

Низькі значення шкали говорять про глибоку усвідомленість «Я», підвищену рефлективність та критичність, здатність не приховувати від себе та інших значиму неприємну інформацію.

Крайньо низькі значення можуть свідчити про самовідкритість, часом межуючою з цинізмом.

Високі значення свідчать про закритість, нездатність або небажання усвідомлювати та видавати значиму інформацію про себе, у крайньому вираженні – про пряму брехню та фальсифікацію результатів в бік соціально бажаних відповідей.

Шкала 2 – «Самовпевненість» – уявлення про себе як про самостійну, вольову, енергійну, надійну людину, якій є за що себе поважати.

Низькі значення шкали свідчать про незадоволеність собою та своїми можливостями, про сумнів у здатності викликати повагу.

Високі значення шкали відповідають високій думці про себе, самовпевненості, відсутності внутрішньої напруженості.

Шкала 3 – «Самокерівництво» – уявлення про те, що основним джерелом активності та результатів, що стосуються як діяльності, так і власної особистості суб'єкта, є він сам.

Людина з *високим балом за* шкалою виразно переживає власне «Я» як внутрішній стержень, що інтегрує її особистість і життєдіяльність, вважає, що її доля знаходиться в її власних руках, і відчуває почуття обґрунтованості і послідовності своїх внутрішніх спонукань та цілей.

Низькі бали свідчать про віру суб'єкта та підвладність його «Я» часовим обставинам, про нездатність протистояти долі, погану саморегуляцію, розмитий локус «Я», відсутність тенденції шукати причини вчинків та результатів у собі самому.

Шкала 4 – відображене самоставлення – «Дзеркальне «Я»» – очікуване ставлення до себе з боку інших людей.

Високі значення шкали відповідають уявленню суб'єкта про те, що його особистість, характер та діяльність здатні викликати у інших повагу, симпатію, схвалення та розуміння.

Низькі значення шкали свідчать про очікування протилежних почуттів від узагальненого іншого.

Шкала 5 – «Самоцінність» – відображає емоційну оцінку себе, свого «Я» за внутрішніми інтимними критеріями любові, духовності, багатства внутрішнього світу.

Високі оцінки за шкалою відображають зацікавленість у власному «Я», любов до себе, відчуття цінності власної особистості та одночасно передбачувану цінність свого «Я» для інших.

Низькі значення шкали характеризують недолік свого *духовного* «Я», сумніви у цінності власної особистості, відстороненість, що межує з байдужістю до свого «Я», втрату інтересу до свого внутрішнього світу.

Шкала 6 – «Самоприйняття».

Високий полюс відповідає дружньому ставленню до себе, згоді з самим собою, схваленню своїх планів та бажань, емоційному, безумовному прийняттю себе таким, який ти є, нехай навіть з деякими недоліками.

Низький полюс свідчить про відсутність перерахованих якостей – недостатність самоприйняття, що є важливим симптомом дезадаптації.

Шкала 7 – «Самоприв'язаність».

Високі значення шкали говорять про ригідність «Я–концепції», прив'язаність, небажання змінюватися на фоні загального позитивного ставлення до себе. Ці переживання часто супроводжуються прив'язаністю до неадекватного «Я»–образу. В останньому випадку тенденції до збереження такого образу – один із захисних механізмів самосвідомості.

Низькі значення свідчать про протилежні тенденції: бажання щось у собі змінити, потяг до відповідності з ідеальним уявленням про себе, незадоволеність собою.

Шкала 8 – внутрішня конфліктність.

Високі значення свідчать про наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, непогодження з собою, тривожно–депресивних станів, що супроводжуються переживанням почуття провини. *Помірне підвищення* за шкалою говорить про підвищену рефлексію, глибоке проникнення у себе, усвідомлення своїх труднощів, адекватний образ «Я» та відсутність витіснення.

Крайньо низькі значення шкали свідчать про заперечення проблем, закритість, поверхову самовдоволеність.

Шкала 9 – «Самозвинувачення».

Високі значення говорять про самозвинувачення, готовність поставити собі у провину свої промахи та невдачі, власні недоліки. Шкала є індикатором відсутності симпатії, що супроводжується негативними емоціями на свою адресу, навіть незважаючи на високу самооцінку якостей та досягнень.

Шкали об'єднані у **три** незалежних та добре інтерпретованих фактори:

1–ий фактор – Самоповага: шкали 1, 2, 3, 4. Відображає оцінку власного «Я»щодо соціально–нормативних критеріїв модальності.

2–ий фактор – Аутосимпатія: шкали 5, 6, 7. Відображає емоційне ставлення суб'єкта до свого «Я».

3–ій фактор – Самопринижения: шкали 8, 9. Відображає негативне самоставлення.

Додаток Б

Тест «Сенс–життєві орієнтації» (Д.О. Леонтьєв)

Інструкція: «Вам будуть запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання – вибрати одне з двох тверджень, яке на вашу думку, більше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1,2,3, в залежності від того, наскільки ви впевнені у виборі (або 0, якщо обидва твердження, на ваш погляд , однаково вірні)».

Таблиця:

1.	Зазвичай мені дуже нудно	3210123	Зазвичай я сповнений енергії
2.	Життя здається мені завждихвилюючою і Захоплюючою	3210123	Життя здається мені абсолютно спокійною і рутинної
3.	В житті я не маю певних цілей і намірів.	3210123	В житті я маю дуже ясні цілі і наміри.
4.	Моє життя видається мені вкрай безглуздою і безцільної.	3210123	Моє життя видається мені цілком осмисленим і цілеспрямованим.
5.	Кожен день здається мені завжди новим і несхожим на інші.	3210123	Кожен день здається мені абсолютно схожим на інші.
6.	Коли я піду на пенсію, я займуся цікавими речами, якими завжди мріяв зайнятися.	3210123	Коли я піду на пенсію, я постараюся не обтяжувати себе ніякими турботами.
7.	Моє життя склалося саме так, як я мріяв.	3210123	Моя життя склалася зовсім не так, як я мріяв.
8.	Я не домігся успіхів у здійсненні своїх життєвих планів.	3210123	Я здійснив багато з того, що було мною заплановано.
9.	Моє життя порожня і нецікава.	3210123	Моє життя наповнена цікавими справами.
10.	Якби мені довелося підводити	3210123	Якби мені довелося підводити

	сьогодні підсумок мого життя, то я б сказав, що вона була цілком осмисленою.		сьогодні підсумок мого життя, то я б сказав, що вона не мала сенсу.
11.	Якби я міг вибирати, то я б побудував своє життя зовсім інакше.	3210123	Якби я міг вибирати, то я б прожив життя ще раз так само, як живу зараз.
12.	Коли я дивлюся на навколишній світ, він часто приводить мене з розгубленість і занепокоєння.	3210123	Коли я дивлюся на навколишній світ, він зовсім не викликає у мене занепокоєння і розгубленості.
13.	Я людина дуже обов`язковий.	3210123	Я людина зовсім не обов`язковий.
14.	Я вважаю, що людина має можливість здійснити свій життєвий вибір за своїм бажанням.	3210123	Я вважаю, що людина позбавлена можливості вибирати з–за впливу природних здібностей і обставин
15.	Я виразно можу назвати себе цілеспрямованою людиною.	3210123	Я не можу назвати себе цілеспрямованою людиною.
16.	У житті я ще не знайшов свого покликання і ясних цілей.	3210123	В житті я знайшов своє покликання і цілі.
17.	Мої життєві погляди ще не визначилися.	3210123	Мої життєві погляди цілком визначилися.
18.	Я вважаю, що мені вдалося знайти покликання і цікаві цілі в житті.	3210123	Я навряд чи здатен знайти покликання і цікаві цілі в житті.
19.	Моє життя в моїх руках, і я сам керую нею.	3210123	Моє життя не підвладна мені, і вона управляється зовнішніми подіями.

20.	Мої повсякденні справи приносять мені задоволення і задоволення.	3210123	Мої повсякденні справи приносять мені суцільні неприємності й переживання.

Обробка результатів і інтерпретація:

20 шкал, на різних полюсах яких розташовані протилежні за змістом твердження. Між ними – числові значення, відповідні різного ступеня вираженості кожного стану від –3 до +3.

Підраховується сумарний бал за всіма твердженнями, при чому важливим є те, з якою певністю випробуваний відповідав на поставлені запитання. Ступені 2 і 3 відповідають сформованості уявлень про життя, а ступеня 0 і 1 говорять про те, що випробуваний нечітко уявляє собі різницю між названими полюсами. Таким чином, максимальний бал, який можливо набрати за цією методикою – 60. Висновок про сформованість уявлень про життя можна зробити за такою схемою:

– Високий рівень: 40–60 балів

– Середній рівень: 20–39 балів

– Низький рівень: 0 – 19 балів

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 відрізку 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 В

Тест Дж. Голланда для визначення професійних типів особистості

Тест призначений для визначення професійної спрямованості особистості.

Інструкція до тесту: виберіть одну з двох пропонованих професій, але не з точки зору престижності, а з точки зору її суті: «Чи можу я займатися даним видом діяльності, чи хочу я цього?».

Ключ до тесту:

1. Реалістичний тип: 1, 2, 3, 4, 5, 16, 17, 18, 19, 21, 31, 32, 33, 34 – усі А.

2. Інтелектуальний тип: 1Б, 6А, 7А, 8А, 9А, 16Б, 20А, 22А, 23А, 24А, 31Б, 35А, 36А,37А.

3. Соціальний тип: 2Б, 6Б, 10А, 11 А, 12А, 17Б, 20Б, 25А, 26А, 27А, 36Б, 38А, 39А,41Б.

4. Конвенціальний тип: ЗБ, 7Б, 10Б, 13А, 14А, 18Б, 22Б, 25Б, 28А, 29А, 32Б, 40А, 42А,38Б.

5. Заповзятливий тип: 4Б, 8Б, 11Б, 13Б, 15А, 23Б, 26Б, 28Б, 30А, ЗЗБ, 35Б, 37Б, 39Б, 40Б. 6. Артистичний тип: 5Б, 9Б, 12Б, 14Б, 15Б, 19Б, 21Б, 24Б, 27Б, 29Б, 30Б, 34Б, 41А, 42Б.

Реалістичному типу особистості властива емоційна стабільність, орієнтація на сьогодення. Представники даного типу займаються конкретними об'єктами та їх практичним використанням: речами, інструментами, машинами. Віддають перевагу заняттям, що вимагають моторних навичок, спритності, конкретики.

Професії – механік, електрик, інженер, моряк, водій та ін.

Артистичний тип відсторонюється від чітко структурованих проблем та видів діяльності, які передбачають велике фізичне навантаження. У спілкуванні з оточуючими спираються на свої безпосередні відчуття, емоції, інтуїцію та уяву. Йому притаманний складний погляд на життя, гнучкість, незалежність суджень. Властива несоціальність та оригінальність.

Професії – музикування, малярство, літературна творчість, фотографія, театр та ін.

Соціальний тип ставить перед собою такі цілі і завдання, які дозволяють йому встановити тісний контакт з навколишнім соціальним середовищем. Володіє соціальними вміннями та має потребу в соціальних контактах. Прагне повчати, виховувати. Гуманний. Здатний пристосуватися практично до будь–яких умов. Намагається триматися осторонь від інтелектуальних проблем. Вони активні та вирішують проблеми, спираючись головним чином на емоції, почуття та вміння спілкуватися.

Професії – лікар, вчитель, психолог, соціальний працівник та ін.

Конвенціональний тип віддає перевагу чітко структурованій діяльності. З навколишнього середовища він обирає цілі, завдання та цінності, що виникають з звичаїв й обумовлені станом суспільства. Йому властиві серйозність наполегливість, консерватизм, старанність. Відповідно до цього його підхід до проблем носить стереотипний, практичний та конкретний характер.

Професії – машинопис (друкарська справа), бухгалтерія, програмування та ін.

Заповзятливий тип обирає такі цілі, цінності та завдання, які дозволяють йому проявити енергію, ентузіазм, імпульсивність, домінантність, реалізувати любов до пригод. Йому не до душі заняття, пов'язані з ручною працею, а також ті, щовимагають посидючості, великої концентрації уваги та інтелектуальних зусиль. Надає перевагу керівним ролям, за допомогою яких може задовольнити свої потреби в домінантності та визнанні. Активний, заповзятливий.

Інтелектуальний тип орієнтований на розумову працю. Він аналітичний,

раціональний, незалежний, оригінальний. Переважають теоретичні та, певною мірою, естетичні цінності. Замість роздумувати про проблему він

вважає за краще займатися реалізацією пов'язаних з нею рішень. Йому подобається вирішувати завдання, що потребують абстрактного мислення.

Додаток Г

Методика “Вольова регуляція особистості”

(М.С. Гуткін, Г.Ф. Михальченко)

Методика “Вольова регуляція особистості”, розроблена М. Гуткіним і Г. Михальченком, дозволяє визначити загальний показник, що характеризує вольову організацію та вольові особливості особистості: ціннісно-смислову організацію; організацію діяльності; рішучість; наполегливість; самовладання; самостійність.

Інструкція: Вам пропонується відповісти на питання, спрямовані на з’ясування деяких особливостей вашої особистості і вашого характеру. Прочитайте кожне твердження і в графі відповідей поставте знак “+”навпроти вибраного вами варіанта. Варіанти відповідей: “Так”, “Скоріше так, аніж ні”, “Скоріше ні, ніж так”, “Ні”. Щирі відповіді дозволять вам отримати правильне уявлення про себе і в майбутньому враховувати як свої слабкі, так і сильні сторони характеру. І навпаки, бажання здаватися краще, ніж ви є насправді, обернеться змарнованим часом чи отриманням відомостей, які не відповідають дійсності.

Обробка та інтерпретація результатів:

Після заповнення опитувальника ви отримуєте ключі відповідей, куди треба перенести свої результати. У таблиці-ключі знак “№” означає номер твердження в опитувальнику. У таблиці-ключі обведіть бал, що стоїть на тому місці, де під час заповнення опитувальника ви поставили знак “+”. Приклад: на твердження № 8 ви відповіли “скоріше так, аніж ні” і поставили в опитувальнику знак “+” у другій колонці. Отже, у таблиці–ключі навпроти № 8 обведіть колом цифру 2. Набрані бали підсумуйте по вертикалі окремо за кожною колонкою. Результат фіксується внизу колонки. Потім підсумуйте результати перших шести колонок. Сума фіксується під індексом В. Результат сьомої колонки сюди не входить і розглядається окремо.