

**Міністерство освіти і науки України
Західноукраїнський національний університет
Навчально-науковий інститут новітніх освітніх технологій
Кафедра психології та соціальної роботи**

Наталія Лукович (Жиліна)

**Акцентуації характеру як чинник професійного самовизначення
старшокласників / Character accentuations as a factor of professional self-
determination of high school students**

Спеціальність: 053 Психологія
освітньо-професійна (наукова) програма - Психологія
кваліфікаційна робота за освітнім ступенем «магістр»

Виконала студентка
групи ПСЗм-21
Лукович (Жиліна) Наталія

підпис

Науковий керівник:
д.психол.н., проф.
Буняк Надія Андрониківна

підпис

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«__» _____ 2024 р.
Завідувач кафедри

підпис

Тернопіль – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ТА АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ ЯК ЙОГО ЧИННИК	
1.1. Сутність та основні етапи професійного самовизначення особистості	8
1.2. Система профорієнтаційної роботи у сучасних закладах загальної середньої освіти	14
1.3. Акцентуації характеру та їх типи	18
Висновки до розділу 1	28
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ПРОФЕСІЙНИХ ІНТЕРЕСІВ ТА АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ	
2.1. Методики дослідження професійних інтересів та акцентуацій характеру	29
2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей професійних інтересів у їх зв'язку з акцентуаціями характеру старшокласників	37
Висновки до розділу 2	55
РОЗДІЛ ІІІ. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ СТАРШОКЛАСНИКІВ	
3.1. Профорієнтаційне заняття з елементами тренінгу «Моє місце у світі професій» для старшокласників	57
3.2. Психологічні рекомендації учням, батькам, вчителям і психологам для гармонізації професійного самовизначення школярів ...	63
Висновки до розділу 3	68
ВИСНОВКИ	70
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	73
ДОДАТКИ	81

ВСТУП

Актуальність дослідження. Професійне самовизначення особистості – дуже важливий, значущий як етап, так і складова цілісного процесу її життєвого самовизначення. Наукові дослідження зазначеного процесу мають велике значення як у контексті вивчення ключової проблеми усієї психології – становлення особистості, так і для з'ясування специфіки її власне професійного розвитку. Такі дослідження відповідають запитам підготовки сучасних кваліфікованих, компетентних фахівців, оскільки невирішеність проблеми професійного самовизначення, надмірна пролонгованість цього процесу надалі призводять до незадоволеності обраною професією, особистісної невідповідності обраному фаху та, як результат, до серйозних проблем: не тільки особистісних, а й соціальних, економічних та інших.

Особливо актуальним є дослідження обраної проблеми у старшому шкільному віці не тільки у зв'язку з тим, що проблема свідомого вибору професії об'єктивно постає перед старшокласником/старшокласницею, а й тому, що в юнацькому віці загострюються потреби особистості у самопізнанні й саморозумінні, активно формується її світогляд та його складові. Основне завдання особистості в ранній юності є, у першу чергу, самовизначення, вибір життєвого шляху.

Юнацький, або старший шкільний, вік є надзвичайно складною, суперечливою та визначальною стадією життєвого шляху особистості. Перехід від несамотійного й залежного дитинства через бурхливе отроцтво до справді самотійної та відповідальної дорослості торкається усіх аспектів життя людини, що знаходять своє відображення в різних теоретичних підходах до аналізу юнацького віку.

Акцентуації характеру, що є важливий аспектом особистості та її проявів індивідуальності, також продовжують залишатися предметом поглибленого вивчення у сучасній психології. Відомо, наприклад, що ці «межові варіанти норми» здатні впливати на різні сторони життя людини та, зокрема, на її

професійне становлення. Однак, не зважаючи на значущість цієї проблеми, наукове вивчення та обґрунтування взаємозв'язків між акцентуаціями характеру та професійними виборами особистості все ще залишається обмеженим. Ми переконані, що розкриття специфіки такого взаємозв'язку сприятиме вдосконаленню як розуміння процесу професійного самовизначення, так і його практичній оптимізації. Відповідне розуміння та практичне застосування, на нашу думку, матиме важливе значення для розвитку практичних підходів у психологічній діагностиці, консультуванні, психокорекції як в особистому, так і у професійному контексті.

Аналіз останніх досліджень і публікацій демонструє, що на сьогодні триває вивчення впливу акцентуацій характеру на соціальну адаптацію, психічне здоров'я, стосунки особистості з оточуючими. Отримано та проінтерпретовано дані про взаємозв'язки акцентуацій характеру та інших особистісних характеристик – насамперед, самосвідомості, стійкості до стресу, способів саморегуляції та ін. Також вивчаються психологічні адаптації людей з різними акцентуаціями характеру до різних життєвих ситуацій.

Ці та інші дослідження допомагають розкрити та зрозуміти загальний їх вплив на особистість та її діяльність. Аналіз відповідних наукових досліджень дав нам змогу сформулювати припущення, що акцентуації характеру впливають, між іншим, і на професійне самовизначення особистості. Також зауважуємо, що акцентуації характеру розглядаються нами як дуже важливий, але не єдиний фактор, який впливає на процес професійного самовизначення. Але у своєму дослідженні ми зосередимося саме на акцентуаціях характеру як чинникові такого процесу.

Зважаючи на все окреслене вище, була визначена **тема дослідження: «Акцентуації характеру як чинник професійного самовизначення старшокласників».**

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей взаємозв'язків між акцентуаціями характеру та професійними інтересами учнів старшого шкільного віку.

Завдання дослідження, відповідно до поставленої мети, визначено наступні:

1. Теоретично проаналізувати проблему професійного самовизначення старшокласників і вплив профорієнтації на зазначений процес.
2. Розглянути психологічні аспекти поняття «характер» та підходи до класифікації його акцентуацій.
3. Емпірично дослідити особливості професійних інтересів сучасних старшокласників у їх взаємозв'язку з акцентуаціями характеру та гендером.
3. Розробити психологічні рекомендації для старшокласників, педагогів і психологів загальноосвітніх навчальних закладів із розвитку професійного самовизначення.

Об'єкт дослідження – професійне самовизначення старшокласників.

Предмет дослідження – акцентуації характеру як чинник професійного самовизначення старшокласників.

Відповідно до мети й визначених завдань було використано комплекс **методів дослідження**:

1. *Теоретичні* – вивчення і аналіз філософської, педагогічної, психологічної, навчально-методичної літератури з метою формулювання теоретичних засад дослідження (уточнення сутності, структури, показників професійного самовизначення та різних акцентуацій характеру), узагальнення результатів досліджень з метою визначення психологічних особливостей взаємозв'язків між професійними інтересами та акцентуаціями характеру.

1. *Емпіричні* – 1) основний – спостереження, 2) опитування – бесіди педагогами та з окремими старшокласниками, 3) психодіагностичний – тестування (в роботі було використано: «Анкету-оцінку готовності до професійного самовизначення» Б. О. Федоришина; «Опитувальник професійних нахилів» Л. Йовайши); «Орієнтаційно-діагностичну анкету спрямованості – ОДАСІ-2, створену С.Я.Карпіловською і Б.О. Федоришиным); «Особистісний опитувальник» С. Шмішека), 4) вивчення й узагальнення досвіду профорієнтаційної роботи закладів загальної середньої освіти.

2. *Методи статистичної обробки даних* – первинний математичний аналіз і порівняння «сирих» емпіричних даних, вирахування середніх арифметичних показників і відсотків.

Теоретико-методологічні основи дослідження. Теоретичні аспекти комплексної проблеми самовизначення особистості аналізуються у працях багатьох виданих і відомих психологів – А. Маслоу, К. Роджерса, З. Карпенко, С. Максименка, Г. Радчук, А. Фурмана та ін. У сучасній психології теорія професійного самовизначення є досить розробленою – розглядаються різні його типи, моделі й рівні, компоненти, механізми, засоби. Основи класичного вчення про акцентуації характеру закладено у працях К. Леонгарда. В Україні в наш час це вчення розвивають Ю. Бойко-Бузиль, С. Бужинська, Б. Головкін, Е. Дубровіна, Г. Дубчак, Л. Джаббарова, К. Кривошей, О. Тимощук та ін.

Теоретичне значення дослідження. Результати роботи можуть використовуватися при розробці просвітницьких профорієнтаційних уроків і лекцій, а також змісту відповідних навчальних програм.

Практичне значення дослідження. Результати роботи можуть використовуватися при розробці та упровадженні профорієнтаційних тренінгових програм, а також у процесі профконсультативної роботи з учнівською молоддю, зокрема, із суб'єктами з акцентуаціями характеру.

База емпіричного дослідження. Тернопільські загальноосвітні заклади загальної середньої освіти – школи № 3, № 4, а також Класичний Тернопільський ліцей.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, додатків та списку використаної літератури (83 джерела). Повний обсяг роботи становить 114 сторінок, з яких 87 сторінок основного тексту. Робота містить 8 таблиць і 4 рисунки, а також 4 додатки на 18 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ТА АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ ЯК ЙОГО ЧИННИК

1.1 Сутність та основні етапи професійного самовизначення особистості

У психологічній науці давно доведене непересічне значення провідної діяльності для розвитку й формування особистості [28, с. 17]. Визнання особистіснотвірної функції такої діяльності веде до виокремлення у процесі становлення особистості періоду, зокрема, пов'язаного з вибором, осмисленням, підготовкою до виконання й виконанням уже дорослою людиною чи не найвагомішого виду її діяльності – професійної [26].

Вченими визначено: «Перетворення професійної діяльності у провідну залежить від соціально-економічних чинників, соціальної ситуації, позиції особистості. Цей період займає значну частину життя людини. Траєкторія її долі, її щастя, самопочуття, задоволеність життям, фізичне та психічне здоров'я багато в чому визначаються задоволеністю змістом професійної діяльності, ставленням до цієї діяльності, рівнем професійних досягнень» [58].

Власне професійне самовизначення, в найбільш узагальненому його трактуванні, є доволі складним процесом вибору особистістю змісту і спрямування свого відповідного розвитку та зростання, сфер, методів, засобів реалізації індивідуальних здібностей та інших якостей, опанування соціального середовища задля втілення певної життєвої мети та моральних орієнтирів. Усе це – цілісний процес, крізь який реалізуються вагомі життєві цінності людини й конкретизуються особливості її життєвого, особистісного, соціального спрямування [11]. В будь-якому разі, професійне самовизначення – дуже важливий період і процес у житті кожної людини.

Доступні наукові дослідження професійного самовизначення в контексті становлення особистості як суб'єкта діяльності дають змогу визначити певні особливості відповідного процесу. Так, зарубіжні теорії професійного розвитку можна об'єднати у п'ять провідних напрямків:

диференціально-діагностичний – Ф. Парсонс, Г. Мюнстенберг та ін.; психоаналітичний – концепції У. Мозер, Є. Бордіна, Е. Роу та ін.; теорія рішень – Х. Томе, Г. Ріс, Д. Тідеман, О'Хара та ін.; теорія розвитку – Е. Гінзберг, У. Джейд, Д. С'юпер та ін.; типологічний – теорія Д. Холланда та ін. [37].

Вченими доведено, що на професійне самовизначення особистості впливають наступні чинники: соціально-економічні умови життєдіяльності, міжособистісні взаємини, власне професійний розвиток, а також вікові та професійні кризи. З усім тим, провідне значення у професійному самовизначенні відводиться самій особистості, її активності, відповідальності за власне становлення. Професійне самовизначення є важливим чинником самореалізації, самоактуалізації особистості. Як відомо, всі ці процеси тривають упродовж усього життя людини, відповідно, професійне самовизначення – також перманентний процес [8].

У структурі загальної проблеми професійного самовизначення О. Вітковська теоретично виокремлює три основні складові, тісно пов'язані між собою: 1) проблему самореалізації; 2) проблему вибору і 3) проблему адаптації. Вчена зазначає: «Розв'язання проблеми самореалізації здійснюється особистістю шляхом самопізнання й саморозуміння, усвідомлення своєї реалізаційної спрямованості та проєктування її на сфери професійної діяльності. Свідомий вибір здійснюється особистістю самостійно в результаті формування ціннісної вихідної позиції та розв'язання мотиваційних суперечностей. Адаптивний аспект проблеми професійного самовизначення полягає у процесах узгодження усіх елементів індивідуальної профорієнтаційної ситуації: ціннісно-сміслової структури особистості, її здібностей та потреб, актуальних процесів її розвитку, обставин і ситуації, які охоплюють як соціальне середовище назагал, так і існуючу професійну структуру» [10].

Варто зауважити, що науковці теоретично та практично розмежовують поняття власне вибору майбутньої професії та професійне самовизначення. Вони включають до складу професійного самовизначення вибір професії, а

також професійну підготовку й подальшу адаптацію людини на конкретному робочому місці. Отже, вибір професії розглядається як складова самовизначення і як лише один з етапів складнішого процесу професіоналізації [37]. Ми погоджуємося з думкою про те, що професійне самовизначення – це не тільки про вибір професії, а значно складніше поняття.

Н. Побірченко розглядає прийняття рішення під час професійного самовизначення людини як сукупність її складних вольових дій. Дослідницею виокремлено наступні етапи такого прийняття: «формулювання учнями проблеми (включає уміння сприймати й обґрунтовувати проблему, визначати умови успішного вирішення); вироблення критеріїв успішного вирішення проблеми; організація виконання прийнятих рішень, аналіз і контроль» [68].

Традиційно виокремлюються суб'єктивні й об'єктивні чинники вибору професії. До суб'єктивних відносяться інтереси (пізнавальні та професійні, подеколи також нахили), здібності (індивідуальні психологічні властивості, які необхідні для успішного виконання певного виду діяльності), темперамент і характер.

Група об'єктивних чинників включає в себе рівень підготовки (у школі це навчальна успішність), стан здоров'я, поінформованість про світ професій. Також виокремлюється вплив соціальних факторів: соціального оточення, освітнього рівня батьків дитини тощо. Деякі об'єктивні фактори (наприклад, типологічні особливості нервової системи, пов'язані з темпераментом) можуть зумовлювати нахили до певного виду діяльності, наприклад, до швидкої та короткотривалої роботи або, навпаки, повільної та рутинної.

Доведено, що якщо людина має поверхове, неадекватне уявлення про певну професію, про відповідні вимоги, то надалі закладається неузгодженість між здібностями та інтересами, з одного боку, і змістом праці, в тому числі, психологічним, з іншого. Наслідки цього негативні та довготривалі: як психологічна незадоволеність, так і недостатня об'єктивна працездатність.

Вчені вивели так звану «універсальну формулу» успішного професійного вибору: гармонійне поєднання «хочу», «можу» та «потрібно».

«Сфера «хочу» – це інтереси, нахили особистості. Сфера «можу» – здібності, якості особистості, її внутрішні ресурси (первинні навички) та зовнішні (наприклад, матеріальні) ресурси. Сфера «потрібно» – це умови ринку праці, потреба суспільства у представниках даної конкретної професії тощо» [27].

Порушення балансу зазначеної «формули» нерідко призводить до проблем. Серед типових таких проблем – надмірний вплив позиції батьків, однолітків, учителів за несформованості власного вибору школяра. Супутні проблеми або причини зазначеної проблеми: недостатня поінформованість дитини про майбутню професійну діяльність, захоплення зовнішньою, певною «яскравою» стороною «обраної» професії без знання її деталей, ототожнення певного шкільного предмету із професією або професії з її конкретним представником як «кумиром».

Вибір професії, як правило, має закономірну вікову динаміку, а визначення бажаної професії – такі основні свої етапи [65]:

- вибір загального напрямку професійної діяльності;
- визначення рівня професійних вимог;
- систематизація професійних планів.

Упродовж такого складного процесу міра впевненості людини в обраній професії може варіювати: від неостаточного вибору (вибору напрямку) через існування декількох варіантів такого вибору (орієнтування в діапазоні професій певного спрямування) і, нарешті, до остаточного вибору (вибору вже конкретної професії). Важливу роль у всьому цьому має відігравати власна активність суб'єкта професійного самовизначення, пов'язана з осмисленою інтеріоризацією зовнішніх впливів та їх перетворення в особистісні смисли.

Основною формою такої суб'єктної активності старшокласників у процесі професійного самовизначення виступає їх самопізнання крізь такі основні етапи [47]:

- 1) самоаналіз (співставлення власного «хочу» і суспільного «потрібно», про що вже зазначалося вище);
- 2) самооцінювання власних здібностей, задатків, інтересів;

3) самоусвідомлення власних потреб та їх, у разі потреби, самокорекція (приведення у відповідність із вимогами обраної професії – сфера «можу», а також із поточними запитами ринку праці – «треба»).

Необхідною умовою оптимального професійного вибору є наявність повної, адекватної, актуальної інформації про сучасний світ професій. Учені зазначають: «Щоб зробити повноцінний вибір, необхідно мати сформовану сферу цілепокладання, адже в ситуації професійного самовизначення необхідно мати навички побудови уявлюваної картини взаємозв'язку життєвих подій та екстраполяції цієї картини в майбутнє» [69].

Професійне самовизначення у широкому його розумінні – це процес, який охоплює не тільки юнацький вік, а й увесь період професійної діяльності особистості: від виникнення професійних намірів до виходу на пенсію. З усім тим, центральним його моментом є сам акт вибору професії, що стає дуже значущим етапом у житті людини, значною мірою визначає її подальший розвиток і, зазвичай, співпадає із періодом закінчення школи.

Важливо розуміти, що професійне самовизначення – це дуже важлива подія, пов'язана не лише з вибором професії, а із життєвим самовизначенням назагал – вибором місця навчання і проживання, соціального та економічного статусу, ймовірного кар'єрного зростання, провідних векторів самооцінювання, а також і духовного розвитку.

Як справедливо відмічає А. Мудрик про ранній юнацький вік: «старшокласники є людьми «вирослими», але ще не дорослими, поінформованими, але ще не компетентними, зацікавленими, але не захопленими. І це є не недоліком, а віковою рисою ранньої юності» [56]. Нам імпонує це формулювання.

Погоджуємося, що самовизначення більшості старшокласників має переважно спонтанний зміст, а проектування власного майбуття ними відбувається під впливом дуже розлогого спектру чинників, які мають різні вагові коефіцієнти: це і бажання продовжити навчання в певному конкретному навчальному закладі; і професія батьків; й улюблені шкільні предмети; і,

подеколи, власний практичний досвід роботи; а також приклади й досвід друзів чи знайомих; поради різних компетентних людей; рекомендації авторитетних учителів або й інтуїтивне прийняття рішень [81].

А тому професійна спрямованість старшокласників ще нетривка, і багатьом із них притаманні суттєві вагання в цьому плані. Свідченням цього є одночасний дифузний інтерес одразу до кількох професій, внутрішній конфлікт між бажаннями та здібностями, між ідеалізованим баченням своєї майбутньої професії та реальними перспективами. Наприклад, це відбувається тоді, коли учень хоче вступити до вищого закладу освіти, але це неможливо через його низьку навчальну успішність або низький матеріальний статус батьківської сім'ї. У цьому плані також може бути і недоопрацювання практичних психологів, коли з дитиною не проводилися узагалі або проводилися несистематично профорієнтаційні тестування.

Різним аспектам підготовки молоді до свідомого вибору майбутньої професії присвячено праці Ю. Гільбуха, О. Голомштока, В. Мадзігона, В. Моляко, Є. Павлютенкова, В. Симоненка, В. Синявського, І. Чорної тощо. Для теоретичного аналізу даної проблеми значний інтерес становлять і зарубіжні дослідження в галузі професійного самовизначення, професійної орієнтації та психології праці (А. Маслоу, С. Фукуяма, Д. Голанд та інші).

Поза сумнівами, професійне самовизначення є дуже важливим етапом у житті кожної людини, оскільки правильно і вчасно здійснений професійний вибір зумовлює успішність подальшої професійної діяльності особистості. Воно прямо та опосередковано впливає і на загальний рівень соціально-економічного розвитку, добробут усього суспільства, адже адекватний професійний вибір особистості забезпечує не лише її власний життєвий та професійний успіх, а й дозволяє їй зробити помітний внесок у процвітання своєї держави. Все є дуже важливим для нашої країни зараз.

Разом із тим, для частини сучасних старшокласників питання про вибір життєвого шляху так і залишається невизначеним до закінчення школи, нечіткими, відповідно, є і їх уявлення про своє життєві перспективи.

Отже, професійне самовизначення – складний, нерідко суперечливий процес, в основі якого лежить прагнення старшокласника до самореалізації та автономії у цьому плані. З усім тим, учень школи ще не здатен обійтися без підтримки школи та сім'ї. А тому повинна здійснюватися підготовка особистості до свідомого професійного самовизначення – із врахуванням специфіки віку та через обґрунтоване формування власної позиції суб'єкта вибору, що визначається його свідомою спрямованістю і збалансованим розвитком мотиваційної, когнітивної, емоційно-вольової сфер.

Вибір професії, як можемо підсумувати, – це не швидкий акт, а складний процес, що складається з низки етапів, тривалість яких залежить від зовнішніх умов, а також від індивідуальних особливостей суб'єкта такого вибору. Тому особлива роль відводиться саме закладам загальної середньої освіти, одним із прямих завдань яких є забезпечення фахової підтримки учнів у складних процесах їх професійного самовизначення, яке повинно бути систематичним та усвідомленим, а не хаотичним і спорадичним.

1.2. Система профорієнтаційної роботи у сучасних закладах загальної середньої освіти

Як було з'ясовано в попередньому пункті роботи, вибір професії – це доволі складний та часто суперечливий процес, який включає низку етапів, тривалість яких залежить як від індивідуальних особливостей суб'єкта вибору професії, так і від певних зовнішніх чинників. Це зумовлює необхідність системного створення сприятливих умов для гармонізації процесів професійного самовизначення старшокласників.

На кожному з його етапів важливо надавати професійну та виважену допомогу суб'єктам професійного самовизначення. Для цього офіційно існує система профорієнтації та професійної консультації, використовуються відповідні її методи й методики.

Профорієнтація в наш розуміється як цілий комплекс заходів, що повинні сприяти професійному самовизначенню і, зокрема, оптимальному

професійному вибору. Власне у психології професійна орієнтація учнів розглядається як науково обґрунтована система практико орієнтованих методів і засобів, спрямованих на стимулювання усвідомленого професійного вибору із врахуванням як індивідуально-психологічних властивостей особистості, так і актуальних потреб ринку праці в кадрах [3].

Головною метою профорієнтації, тобто її бажаним результатом, є формування свідомого суб'єкта професійного самовизначення. Назагал, систему профорієнтації можна розглядати як складову психологічної служби з надання допомоги особистості в її професійному виборі [71]. Дійсно, перед якщо не всіма, то принаймні перед більшістю людей час від часу постає психологічна проблема вибору, в тому числі, професійного. Вибір – це не тільки радість і права, а це також і велика відповідальність. Відповідальність як за свою долю, так і за долі навколишніх людей, тим паче коли мова йде про професійний вибір.

Профорієнтаційна робота сприяє розвитку здібностей та інших індивідуальних рис людини, збереженню її психічного здоров'я, розвитку особистісного потенціалу. В наш час це є особливо вагомим, а особливо з огляду на складну ситуацію в Україні. Профорієнтаційна діяльність забезпечує як ефективне використання трудового потенціалу, так і відіграє значну роль у профілактиці безробіття. Вчені констатують: «Профорієнтаційні заходи стимулюють пошук людиною найефективніших засобів підвищення свого професійно-кваліфікаційного рівня, розвиток соціально-економічної ініціативи, інтелектуальної та трудової незалежності» [68].

Як зазначає І. Чорна, «для організації ефективної профорієнтаційної роботи у школі необхідно дотримуватися наступних принципів: науковості, наступності й послідовності, комплексності та скоординованості, плановості, ранньої діагностики, єдності впливів, вікової відповідності та доступності, ранньої профорієнтаційної роботи, виховного «Хочу, можу, потрібно», свідомості й самостійності вибору, свободи вибору, зв'язку із життєвими перспективами, індивідуального підходу тощо» [63].

Усвідомлений та збалансований вибір професійного є необхідним підґрунтям для подальшого повноцінного становлення у суспільстві. Тому професійна допомога учнівській молоді у виборі майбутньої професії справді має непересічну значущість. Профорієнтація, як важливо наголосити, передбачає максимально можливою мірою детальне знайомство учнів зі світом сучасних професій, із правилами свідомого професійного вибору, із його різними аспектами: соціально-економічними, психологічними, медико-фізіологічними, які у своїй системній єдності забезпечують справді гармонійне професійне самовизначення.

На думку окремих дослідників, «головним завданням профорієнтації є виховання любові до будь-якого виду трудової діяльності, знайомство з потребами народного господарства країни в цілому і конкретного регіону зокрема у фахівцях на сучасному етапі й на найближчу перспективу розвитку» [29]. Починати цю роботу фахівці рекомендують ще з першого класу (або навіть ще із закладу дошкільної освіти), а тоді поступово, від класу до класу, розширюючи та поглиблюючи відповідну роботу.

Зокрема, допрофесійний період включає початковий (пропедевтичний), пізнавально-пошуковий та базовий (визначальний) етапи. Своєю чергою, початковий етап включає в себе ознайомлення дітей у процесі навчальної, позакласної, позашкільної роботи з найпоширенішими професіями, а також виховання позитивного ставлення до різних видів трудової діяльності [9].

Перший етап професійної орієнтації відбувається у початковій школі. Він передбачає ознайомлення дітей із доступним для їх розуміння світом сучасних професій та їх необхідністю. Другий етап – 5-7 класи школи. Має відбуватися формування уявлень про основні галузі професійної діяльності людей; продовжуватися ознайомлення зі світом сучасних професій; а також вивчення інтересів і здібностей учнів. Третій етап – на завершенні підліткового віку та у старших класах школи. Відбувається розширення та систематизація попередньо набутих знань старшокласників про професії та їх вимоги до людини; ознайомлення зі шляхами отримання бажаної професії після

закінчення школи та перспективами майбутнього працевлаштування; сприяння узгодженню професійних планів учнів з їх власними можливостями.

Дослідники виокремлюють такі основні напрями профорієнтаційної діяльності у сучасній школі: «виховання любові й поваги до праці; знайомство із широким колом сучасних професій; виявлення інтересів та нахилів школярів різного віку; розширення кругозору та формування стійкого інтересу до обраної галузі знань» [9].

Власне у шкільні роки проходить так званий допрофесійний етап. Ми вважаємо, що на цьому етапі особливу значущість для ефективного професійного самовизначення та майбутнього успішного вибору професії старшокласником відіграє його активна психологічна підтримка та психолого-педагогічний супровід. І тут свої зусилля гармонійно повинні об'єднати як батьки, так і педагоги та практичні психологи, а також, у міру можливостей, інші значущі дорослі.

Адже старшокласники, котрі обирають певну професію, тобто знаходяться у ситуації активного професійного самовизначення, повинні не тільки володіти інформацією про професії та їх конкретні вимоги до особистості та індивідуальності, про різні навчальні заклади, що готують фахівців того чи іншого профілю, а й мати і продовжувати розвивати в собі саме такі особистісні якості, які відповідають вимогам обраної професії.

Отже, для ефективного професійного самовизначення важливо створювати сприятливі умови для усвідомленого вибору професії старшокласниками, активізувати їх суб'єктність і формувати готовність до такого вибору. Натомість не варто сподіватися, наприклад, що «все прийде само собою», бо це не так.

До них днів психологами запропоновано й апробовано чимало активних профорієнтаційних методів і засобів: ігрові профорієнтаційні вправи, спрямовані на створення невимушеної та доброзичливої атмосфери комунікування зі старшокласниками; спеціальні питальники, які дають змогу стимулювати міркування особистості про власні перспективи самовизначення,

про справжні мотиви вибору певної професії тощо; бланкові та карткові ігри професійного й особистісного самовизначення, спрямовані на формування уміння співвідносити різні власні якості з вимогами різни професій, а також здійснювати вибір відповідних цінностей, що визначають сенс життя людини. Набули особливого розвитку технології групової роботи, зокрема, психологічний та соціально-психологічний тренінг [9]. Зауважуємо, що в наш час додалися можливості віртуальної реальності та штучного інтелекту. Зокрема, ці технології надають можливості активного моделювання професійної діяльності.

Але в будь-який час, епоху важливо, щоб у центрі усього профорієнтаційного процесу була сама особистість з її реальними потребами, інтересами, прагненнями, цінностями та цілями. Інакше кажучи, успішність професійного самовизначення старшокласників визначається їх усвідомленістю власного вибору, що ґрунтується на сформованості, між іншим, психологічної готовності до такого вибору. Своєю чергою, складова зазначеної готовності – активний процес самопізнання, в тому числі, рис власного характеру як значущого чинника професійного самовизначення. І серед таких рис особливо помітні, якщо вони є, акцентуації характеру.

1.3.Акцентуації характеру та їх типи

Сучасне складне і надскладне соціальне життя ставить перед психікою молоді людини значно вищі вимоги, ніж півстоліття чи навіть іще 20 років тому, і, як наслідок, спостерігаємо не тільки порушення психіки, а і так звані її «межові стани». Зокрема, у процесі становлення особистості у характері молодих людей можуть проявлятися акцентуації.

Характер людини – це сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, що розвивається, формується і виявляється в діяльності та спілкуванні. Він пов'язаний із типовими для неї формами поведінки [5]. Аналізуючи численні психологічні дослідження, ми розуміємо характер як таке поєднання стійких рис особистості, в основі якого лежить, по-перше,

сформований динамічний стереотип, по-друге – тип нервової системи як вроджена якість.

Зазвичай як власне акцентуації розглядаються такі зміни в характері, які порушують гармонійну життєдіяльність особистості, назагал знижуючи її адаптивність і продуктивність. Тому найпоширеніший синонім поняття «акцентуація» – це «загострення».

Акцентуації характеру розвиваються і формуються під впливом різних чинників, серед яких важливу роль відіграють властивості нервової системи, особливості сімейного виховання, соціального оточення, професійного самовизначення, фізичного здоров'я людини тощо.

Акцентуації характеру як предмет наукових досліджень, у тому числі психологічних, виник на межі XIX–XX століть. Так, К. Леонгард та А. Лічко визначили особливості акцентуацій у характері людини та їх специфічні особливості. Дослідженням акцентуацій характеру також займалися такі видатні дослідники як Е. Фромм, Е. Шелдон, А. Шострем та інші [1].

На сьогодні питання про акцентуації характеру посилює свою актуальність у зв'язку зі складними й навіть екстремальними суспільно-історичними умовами розвитку українського суспільства. Доведено, що такі риси характеру є суттєвим чинником багатьох поведінкових актів суб'єкта, в тому числі, пов'язаних із професійним самовизначенням і подальшою професійною діяльністю (Г. Ложкін, Н. Пов'якель).

Особливості характеру, що виходять за межі так званої «норми», але ще не досягають рівня психопатії, тобто показників психічного розладу, давно привертали увагу психіатрів, а згодом і психологів.

Для прикладу, психолог Л. Кольберг уважав, що акцентуації характеру в підлітковому та юнацькому віці виявляються, насамперед, в емоційній сфері особистості, а саме – в інтенсивності її почуттів та емоцій. Дослідник, зокрема, зазначав, що певні риси характеру, а особливо яскраво виражені, впливають на ефективність виконання людиною різних видів діяльності. Таким чином, учений робить висновок, що акцентуації характеру в процесі самореалізації

особистості можуть бути корисними або шкідливими [8]. Ми погоджуємося з цим висновком відомого дослідника.

У наукових працях К. Леонгарда використовуються як термінологічні поєднання «акцентована особистість», так і «акцентуйовані риси характеру». Він замінив попередньо поширений термін «психопат» на «акцентована особистість». Акцентуація характеру, згідно з К. Леонгардом, виступає чимось проміжним між психопатією та нормою. На його думку, «акцентовані особистості» – це не психічно хворі люди, а здорові особи зі своїми власними індивідуальними особливостями [38].

Українські дослідники Ю. Гільбук та С. Подмазін зазначають, що акцентуації характеру – це природнє явище, яке спостерігається здебільшого в підлітковому та ранньому юнацькому віці. На їх думку, акцентуації характеру не мають суттєвого впливу на процес самореалізації особистості [5].

Зауважуємо, що ми не зовсім погоджуємося з цим твердженням. Адже, хоча власне акцентуації не виступають основними причинами ймовірного патологічного формування особистості, але вони є одним зі значущих чинників у розвитку так званих «межових станів». А тому, на нашу думку, акцентуації характеру все-таки істотно впливають на самореалізацію.

Діагностичним критерієм присутності акцентуації характеру фахівці вважають «місце найменшого супротиву». При цьому мається на увазі такий специфічний для визначеного типу акцентуації психогенний уплив, який спричиняє порушення в поведінці особистості та її дезадаптацію. Інакше кажучи, оскільки акцентуації характеру – це дисгармонічність його розвитку, загострена, гіпертрофована, незбалансована вираженість окремих рис, то це й обумовлює підвищену вразливість особистості щодо певного роду впливів. У зв'язку з цим її адаптація також може ускладнюватися, а особливо в деяких типових ситуаціях [53].

Тому диференціація власне акцентуації характеру з психопатією насправду часто доволі непросте завдання, оскільки саме на тлі акцентуацій можуть виникати різні порушення поведінки.

Зауважуємо, що, на думку фахівців, акцентуація характеру відрізняється від психопатії наступними особливостями: 1) вона проявляється не завжди й не усюди, а лише тоді та там, коли важкі життєві ситуації пред'являють підвищені вимоги до вже згадуваного «місця найменшого спротиву» в характері особистості; 2) акцентуація не перешкоджає нормальній соціальній адаптації особистості, або, якщо певна дезадаптація і є, то вона має тимчасовий вияв; 3) у певних життєвих ситуаціях акцентуація може навіть сприяти соціальній адаптації особистості. Для прикладу: шизоїдні акцентовані особистості краще переносять самотність; гіпертимні – такі обставини, що вимагають підвищеної активності та швидкості реакцій; а істероїдні – доволі добре почуваються на сцені [8].

Причинами виникнення акцентуацій характеру бувають біологічні та соціально-психологічні фактори [56]. Серед біологічних виокремлюються: вплив спадковості (генетика); органічні ушкодження головного мозку (мозкові інфекції, черепно-мозкові травми); нерівномірність розвитку серцево-судинної та кістково-м'язової систем у певні вікові періоди. До соціально-психологічних чинників належать: недоліки сімейного виховання (вплив сімейного середовища на формування особистості; зауважуємо, що це є, мабуть, найбільш важливим чинником, оскільки саме сім'я виступає основним суспільним інститутом соціалізації особистості); психічні травми, про які, зокрема, значно частіше заговорили в умовах воєнного стану.

Назагал виокремлюють два види акцентуацій: явні – такі, що належать до крайніх варіантів норми і відрізняються постійними проявами. Розпізнати цей тип допомагають детально зібраний анамнез, відомості від рідних і близьких, спостереження, особливо в середовищі ровесників, а також результати, отримані за допомогою використання спеціальних психодіагностичних питальників або навіть за допомогою експериментів. Про приховану акцентуацію говорять тоді, коли риси певного типу характеру виражені слабо або переважно не виявляються. І навіть при тривалому спостереженні, частих контактах і детальному знайомстві з біографією

школяра в таких випадках буває важко її виявити. Якщо окремі риси акцентуації і виявляються, то це, як правило, не призводить до помітної соціальної дезадаптації особистості [8].

Наводимо стислий опис акцентуацій характеру за К. Леонгардом [35]:

1. Демонстративний тип (інша назва – «Витіснення»). Такий тип характеризується підвищеною здатністю до витіснення, жвавистію, рухливистію, легкістю у встановленні соціальних контактів, а також демонстративністю поведінки. Він схильний до брехливості, фантазування, артистизму, авантюризму й удавання, цілями яких часто є прикрашання власної персони. Таких людей часто мотивує прагнення до лідерства, потреба у визнанні, у постійній увазі до себе, жадоба похвал, потяг до влади. Натомість перспектива бути непоміченим є надто важкою для цього типу. Він демонструє високу адаптабельність, пристосовуваність до інших, емоційну лабільність (легку зміну настроїв) при відсутності глибоких почуттів (при зовнішній м'якості манери спілкування), а також схильність до інтриг. Спостерігається егоцентризм, потяг до емоційного захоплення, співчуття, пошанування, здивування та інших подібних станів. Зазвичай похвала інших у присутності цього типу викликає у нього неприємні почуття. Прагнення бути в компанії зазвичай пов'язане з його потребою почуватися лідером, займати особливе положення. Самооцінка зазвичай далека від об'єктивних параметрів. Він може дратувати інших своєю самовпевненістю і високим рівнем домагань. Систематично сам провокує конфлікти, але потім активно захищається, начебто винен хтось інший. Маючи потужну здатність до витіснення, може справді забути те, про що не бажає знати і згадувати. А це, своєю чергою, провокує обман. Зазвичай він обманює з «невинним обличчям», оскільки те, про що говорить, для нього є правдою. Інакше кажучи, внутрішньо він не усвідомлює свою брехню або ж усвідомлює дуже поверхово, без докорів сумління. З усім тим, він здатний захопити інших своєю неординарністю.

2. Педантичний тип (інша назва – «Ригідність»). Цей тип характеризується ригідністю, інертністю психічних процесів, важкістю «на

підйом», довгим переживанням травмувальних подій та спогадів. У конфлікти вступає рідко і виступає в таких ситуаціях переважно пасивною стороною. Водночас сильно реагує на будь-які прояви порушення порядку. Може поводитися, наче бюрократ, пред'являючи оточуючим чимало формальних вимог. Пунктуальний, акуратний, особливу увагу приділяє чистоті та порядку, скрупульозний, усе робить сумлінно, схильний жорстко слідувати обраному плану діяльності. У виконанні дій неквапливий, посидючий, орієнтований на високу якість роботи й акуратність, схильний до постійної самоперевірки, а також до сумнівів у правильності виконаної роботи.

3. Застрягальний, або неврівноважений тип (інша назва – «Паранойяльний»). Основна риса цього типу – надмірна стійкість афекту зі схильністю до «надцінних ідей». Він характеризується невеликою товариськістю, небалакучістю, подеколи занудливістю, схильністю до моралізаторства. Нерідко по-справжньому страждає, але переважно від уявної несправедливості з боку інших людей щодо себе. У зв'язку з цим виявляє недовіру по відношенню до інших, чутливий до образ, вразливий, підозрілий, навіть схильний до розпачу. Також може виявляти мстивість, довго переживати те, що відбулося, не здатний швидко «відходити» від образ. Для нього характерна зарозумілість і він часто виступає ініціатором конфліктів. Самовпевненість, жорсткість настановлень і поглядів, сильно розвинене честолюбство часто призводять до наполегливого підтримування саме власних інтересів, які такий тип відстоює з особливою енергійністю. Він прагне досягти високих показників у будь-якій справі, за яку береться, і виявляє часом дійсно надмірну наполегливість у досягненні своїх цілей. Основною його рисою також є схильність до афектів, пов'язаних із правдолюбством, образливістю, ревностями, підозрілістю. Крім того, демонструє інертність у прояві афектів, у мисленні, у психомоториці.

4. Збудливий тип (інша назва – «Проективний»). Недостатня керованість і самокерованість, послаблення контролю над потягами, потребами, бажаннями поєднуються у людей цього типу з потужною владою

фізіологічних потягів. Їм притаманна підвищена імпульсивність, інстинктивність, грубість, занудство, похмурість, безглуздість, схильність до хамства і брехні, до конфліктів. Причому в таких ситуаціях цей тип часто сам є активною, провокувальною стороною. Він дратівливий, запальний, а тому часто не уживається у колективі. Характеризується низькою контактністю у спілкуванні, сповільненістю вербальних і невербальних реакцій, «важкістю» вчинків. Для нього жоден вид діяльності зазвичай не є привабливим, а працює він лише в міру необхідності, зокрема, у школі виявляє типові небажання вчитися. Він також байдужий до майбутнього, «живе сьогоднішнім», бажаючи, між іншим, витягти із сьогоднішнього масу розваг. Притаманна підвищена імпульсивність, часто виникають реакції збудження, що можуть бути небезпечні для інших людей. Такий тип нерідко може бути владним, обираючи для спілкування найбільш слабких людей.

5. Гіпертимний тип (так зазвичай і називається – «Гіпертимний»). Людей цього типу відрізняє велика рухливість, товариськість, балакучість, яскрава вираженість жестів, міміки, пантоміміки, надмірна самостійність, схильність до пустощів, брак почуття дистанції у стосунках з іншими людьми. Вони часто спонтанно відхиляються від початково обраної теми в розмові. Там, де перебувають, вносять багато шуму, полюбляють компанії однолітків, прагнуть командувати. Вони майже завжди мають дуже гарний настрій, позитивне самопочуття, високий життєвий тонус. У них часто блискучий вигляд, хороший апетит, здоровий сон, а ще – схильність до переїдання та інших «радощів життя». Це люди з підвищеною чи навіть завищеною самооцінкою, веселі, легковажні, поверхневі й, разом із тим, ділові, винахідливі, цікаві співрозмовники. Інакше кажучи, це люди, котрі вміють розважати інших, енергійні, діяльні, ініціативні. З усім тим, їх велике прагнення до самостійності інколи може виступати джерелом конфліктів. Їм притаманні спалахи гніву, роздратування, особливо коли вони зустрічають сильну протидію своїм думкам і діям або зазнають невдач. Вони схильні до аморальних учинків і підвищеної дратівливості. Важко переносять жорстку

дисципліну, монотонну діяльність, вимушену самотність («одинокість»). Подеколи демонструють недостатньо серйозне ставлення до своїх обов'язків.

6. Дистимний тип (інша назва – «депресивний»). Люди цього типу характеризуються пригніченістю, інколи навіть суворістю настрою, повільністю, слабкістю волевих зусиль. Для них притаманні песимістичне ставлення до майбутнього, занижена самооцінка, а також низька контактність, небагатослівність у бесіді, подеколи мовчазність. Такі люди часто є індивідуалістами. Вони зазвичай уникають товариства, галасливої компанії та ведуть замкнутий спосіб життя. Часто похмурі, загальмовані, схильні фіксуватися на «тіньових сторонах життя». З усім тим, вони доволі сумлінні, цінують тих, хто з ними дружить, і готові навіть підкорятися таким дружнім до себе особам. Мають загострене почуття справедливості, а також повільність (інертність) мислення.

7. Тривожно-боязкий тип (інша назва – «Невротичний»). Людям цього типу притаманні низька контактність, монотонний настрій, боязкість, тривожність, невпевненість у собі. Діти такого типу часто бояться темряви, тварин, а також залишатися на самоті. Вони цураються своїх галасливих і жвавих однолітків, не люблять надмірно гучних ігор, часто переживають почуття страху, сором'язливості, а також важко переносять контрольні роботи, іспити, інші перевірки. Надміру соромляться відповідати перед класом. Але охоче підкоряються опікуванню старших людей. З усім тим, «моралізування» дорослих можуть викликати у них докори сумління, надмірне почуття провини, сльози і навіть розпач. У них рано формується почуття обов'язку, відповідальності, високі моральні та етичні вимоги. Почуття власної неповноцінності вони намагаються приховати у самоствердженні через ті види діяльності, де можуть більшою мірою розкрити свої здібності. Особливо «слабкою ланкою» для цього типу є реакція на ставлення до них оточуючих. Не терплять насмішок, підозр, що супроводжується невмінням постояти за себе в таких ситуаціях, відстояти правду при несправедливих звинуваченнях. А тому вони рідко вступають у конфлікти з оточуючими людьми, а якщо

конфлікти і виникають, тоді такі люди шукають підтримки й опори, а не конфронтації. Володіють дружелюбністю і самокритичністю. Але, внаслідок своєї беззахисності, нерідко стають мішенями для різних жартів, глузувань.

8. Циклотимний тип (інша назва – «афективно-лабільний»). Характеризується зміною гіпертимних (збуджених) і дистимних (пригнічених) станів. Таким людям притаманні часті періодичні зміни настрою, а також надмірна залежність від зовнішніх подій. Причому радісні події викликають у них прояви гіпертимності: жагу діяльності, підвищену балакучість, стрибки ідей; сумні події – пригніченість, сповільненість реакцій та мислення. Манера їх спілкування з навколишніми людьми змінюється надміру часто. Фахівці описують два варіанти циклотимної акцентуації: так званих типових і лабільних циклоїдів. «Типові циклоїди» у дитинстві зазвичай чинять враження гіпертимних, але потім у них дедалі частіше виявляються млявість, занепад сил. У дорослому віці те, що раніше давалося легко, починає вимагати непомірних зусиль. Спочатку галасливі та жваві, згодом такі типи стають надміру млявими. Одночасно часто спостерігається зниження апетиту, безсоння, або, навпаки, сонливість. На зауваження вони реагують роздратуванням, подеколи грубістю та гнівом. З усім тим, можуть впадати у зневіру, глибоку депресію, при цьому не виключені суїцидальні думки чи навіть спроби. У зв'язку з цим навчаються «нерівно», а свої упущення надолужують важко, нерідко мають огиду до шкільних занять. У «лабільних циклоїдів» фази змін настрою зазвичай коротші, ніж у «типових циклоїдів». Їх «погані» дні відзначаються більш насиченим поганим настроєм, аніж млявістю. У період емоційних підйомів у них яскраво виражені бажання мати друзів, бути в компанії. Назагал їх настрій суттєво впливає на самооцінку.

9. Афективно-екзальтований тип (інша назва – «Інтроєтивний»). Особам цього типу притаманний великий діапазон емоційних станів. Вони легко приходять у захват від радісних подій та подеколи в повний розпач – від сумних. Яскрава риса цього типу – здатність насолоджуватися, захоплюватися, а також – почуття щастя, задоволення, насолоди. Ці почуття можуть часто

виникати в них із таких причин, які в інших зазвичай не викликають великого відгуку. Їм притаманна висока контактність, комунікабельність, балакучість, «закохуваність». Такі люди хоч і часто сперечаються, але не доводять розпочаті суперечки до відкритих конфліктів. Власне у конфліктних ситуаціях вони бувають як активною, так і пасивною стороною. Емоційно прив'язані до друзів і близьких, альтруїстичні, мають співчуття, добрий смак, проявляють щирість та яскравість почуттів. Подеколи можуть бути «панікерами», схильні віддаватися миттєвим настроям, поривчасті, назагал мають лабільну психіку.

10. Емотивний тип (інша назва – «Емоцентричність»). Це чутливі та вразливі люди, відрізняються глибиною переживань, зокрема, в духовному житті. Цей тип споріднений екзальтованому, але прояви в даному випадку не настільки бурхливі. Для нього характерні емоційність, сензитивність, тривожність, балакучість, боязкість, глибокі емоційні реакції. Найбільш виражені риси – гуманність, емпатійність, співпереживання іншим людям або тваринам, чуйність, в тому числі, й співрадість до успіхів інших. Такі типи вразливі, чутливі й будь-які життєві події сприймають серйозніше, ніж більшість інших людей. Нерідко надто гостро реагують на сцени із фільмів, де комусь загрожує небезпека, сцени насильства можуть викликати у них сильне потрясіння, яке довго не забувається і яке, зокрема, може порушити їх сон. Вони рідко вступають у конфлікти, а образи «носять у собі». Їм характерні загострені почуття обов'язку, старанність. Вони також дбайливо ставляться до природи, люблять вирощувати рослини, доглядати за тваринами тощо.

Саме акцентуації характеру, як наголошують психологи, необхідно враховувати при розробці різноманітних психокорекційних програм для школярів. Якщо певна акцентуація або одразу декілька акцентуацій присутні, то це слугує одним із головних орієнтирів для певних психологічних рекомендацій, зокрема, для порад щодо майбутньої професії та працевлаштування, що має істотну значущість для стійкої соціальної адаптації особистості.

Висновки до 1 розділу

Отже, професійне самовизначення розглядається сучасними зарубіжними й українськими психологами як доволі складний та значущий процес. Зокрема, свідомий вибір професії необхідно вважати показником сформованості професійного самовизначення ще на етапі ранньої юності.

Правильний вибір професійного майбутнього для молодої людини є основою її ефективного становлення у суспільстві. Тому особливе значення має кваліфікована допомога, зокрема психологічна, учнівській молоді у виборі професії. Профорієнтація передбачає знайомство учнів зі світом професій, із правилами вибору професії, із соціально-економічними, психологічними й медико-фізіологічними аспектами вибору професії.

Основними напрямками профорієнтаційної діяльності у сучасному закладі загальної середньої освіти є наступні: виховання любові й поваги до праці в учнівській молоді; знайомство із широким колом сучасних професій; виявлення реальних інтересів і нахилів школярів; розширення світогляду та формування стійкого інтересу до обраної галузі знань

Акцентуації характеру зазвичай визначаються як «межові стани», загострення певних його рис, а також подеколи як ґрунт для ймовірного розвитку психогенних розладів. Серед факторів, що впливають на появу акцентуацій характеру, вчені виокремлюють соціальні та біологічні чинники, які діють не ізольовано, а тісно взаємодіють. Від типу акцентуації залежить вибіркова чутливість особистості до визначеного психогенного фактору. Акцентуації характеру можуть бути чинником як для розвитку невротичних реакцій, неврозів, агресивної поведінки, так і відносно нейтральним чинником процесів самореалізації та соціальної адаптації особистості.

Назагал, для того щоб уникнути відхилень у поведінці дітей, підлітків, старшокласників, батькам і педагогам важливо вчасно звернути увагу на особливості характеру кожної дитини. Вивчення, зокрема, особливостей акцентуацій характеру та їх упливів на самовизначення школярів дає змогу свідомої розробки цілісної системи психопрофілактики та психокорекції.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ПРОФЕСІЙНИХ ІНТЕРЕСІВ ТА АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ

2.1. Методики дослідження професійних інтересів та акцентуацій характеру

Розглянемо, насамперед, особливості використання основних і допоміжних психологічних методів у дослідженні професійних інтересів особистості. Методи вивчення особистості школяра значною мірою залежать від поставлених завдань із професійної орієнтації. Основні завдання при цьому можуть бути наступними [69]:

- виявлення інформаційної готовності школяра до свідомого вибору професії;
- визначення властивостей особистості, її здібностей, професійних схильностей та інтересів;
- виховання у школярів якостей, необхідних для певних професій (працьовитість, дисциплінованість, організованість, комунікабельність тощо);
- вивчення відповідності професій, що обираються учнями, їх психофізіологічним особливостям і потребам сучасного суспільства.

В умовах школи застосовують наступні основні й допоміжні методи: спостереження, бесіда, анкетування, аналіз результатів діяльності школярів, узагальнення незалежних характеристик і, рідше, констатувальний та формувальний експеримент [67].

Педагог, спільно із практичним психологом, встановлює закономірності розвитку особистості школяра, спостерігаючи у процесі практичної діяльності за учнями, розмовляючи з ними й іншими близькими для них людьми – вчителями, однокласниками, батьками, піддаючи психолого-педагогічному аналізу результати їх творчої праці, біографії та інші джерела відомостей про учнів.

Відправний момент будь-якої профорієнтаційної роботи у школі – визначення професійної інформаційної готовності школяра, тобто загального

і спеціального його світогляду, знань про професії та виробництво, а також власні психофізіологічні особливості.

Виявити міру профорієнтаційної поінформованості школяра можна за допомогою, насамперед, таких методів, як бесіда та анкетування.

До бесіди зазвичай висувають наступні вимоги: цілеспрямованість, планомірність, вибірковість, індивідуальність підходу, дотримання етико-педагогічного і психологічного такту. Бесіди з учнями проводять класні керівники, вчителі та адміністрація школи, а також практичний психолог. Бесіди можуть бути загальними (з учнями одного або декількох класів одразу), індивідуальними або проводитися з учнями, котрі мають більш-менш виражені інтереси до певного кола професій [10].

Цілі бесід: загальна – ознайомлення з типами професій, ілюстрація найбільш розповсюджених професій; індивідуальна – з'ясування причин труднощів конкретного учня у виборі професії; виявлення мотивів вибору професії; розширення знань учня, що допомагають правильному вибору професії; показ шляхів оволодіння професією, розкриття перспективності професії; рекомендації з розвитку здібностей, необхідних учню для оволодіння визначеною професією; з декількома учнями, котрі цікавляться тим самим колом професій, ознайомлення зі спеціальностями визначених професій, з вимогами до представників окремих спеціальностей.

У ході бесід фахівці з'ясовують, що знають учні про професії, про галузі народного господарства, що вони самі хотіли би довідатися про це. Перші бесіди – загальні, орієнтовні, наступні – більш вузькі, спеціалізовані. Результати бесід, як і при використанні інших методів, записують у вигляді спеціального протоколу або здійснюють аудіо- чи відеозапис. У ході бесіди задають питання, що стосуються навчальних інтересів учнів, позашкільних занять, професійних намірів, а також стосуються оцінки учнями своїх можливостей та схильностей, інтересів, важливих для майбутньої професії тощо. Для кожного учня підбирають питання, виходячи з результатів спостережень, що передують бесіді.

Індивідуальні бесіди дають цінний додатковий матеріал про поінформованість учнів про професії, мотиви вибору, самооцінку, про рівень самостійного мислення. Але достовірні дані можна одержати лише в тому випадку, якщо провести бесіду в обстановці повного взаєморозуміння, доброзичливості.

При анкетуванні необхідно дотримуватися наступної важливої умови: всі респонденти повинні бути одного віку та рівня освіти. Усім повинно бути надано достатньо часу для обмірковування [69].

Необхідно також враховувати, що разове проведення опитування навряд чи може правильно визначити інтереси учнів, адже доволі часто навіть у старшокласників вони ще непостійні. Тому опитування доцільно проводити на початку і наприкінці навчального року при навчанні учня у старших класах.

Нахили, інтереси, здібності школяра до конкретного виду трудової діяльності певною мірою визначають його ставлення до праці, тому часто таке позитивне ставлення ми спостерігаємо в тому випадку, якщо навчання дається учневі легко, без особливих зусиль. Однак самі по собі нахили, уміння виконувати ту або іншу роботу ще не забезпечують позитивне ставлення до відповідного виду діяльності. Про стійке таке ставлення можна говорити лише в тому випадку, якщо учень виконує завдання не тільки легко, а і з захопленням, з бажанням досягти якомога кращих результатів.

Один із важливих методів вивчення школярів з метою профорієнтації – спостереження. Це – спеціально організоване сприйняття досліджуваних явищ. Спостереження повинне відповідати цільовій настанові (що та де спостерігати), бути плановим і систематичним (для цього складають спеціальну програму), а факти, які спостерігаються, повинні належно фіксуватися. У залежності від поставлених завдань спостереження може бути безпосереднє, відкрите та приховане, короткочасне і тривале, безперервне й дискретне, вузьке та монографічне [64].

Спостереження за учнями з метою визначення їх ставлення до професійного самовизначення передбачає констатацію наступних

властивостей та якостей особистості: уміння самостійно організувати та планувати трудову діяльність; здатність творчо підходити до виконання того або іншого завдання; захопленість процесом праці; критичне ставлення до результатів своєї діяльності (прагнення досягти найкращих результатів у навчанні та роботі). Увагу також варто звертати й на прояви дисциплінованості, працьовитості, ощадливості, самооцінки результатів роботи, колективізму, професійної спрямованості.

У низці випадків важливі відомості про інтереси та здібності учня можна одержати за допомогою методу аналізу процесу його діяльності та її продуктів. Це можуть бути щоденники, твори, зошити учня, в яких він висловлює думки про себе, про свої наміри, вироби, виконані їм особисто у процесі учбової та трудової діяльності. Однак, щоб оцінювати особистість за цими матеріалами, необхідно мати гарантію, що учень викладає свої власні думки, а не загальноприйняті істини. Певні дані про учня можна отримати, аналізуючи його особисту справу, результати медичних обстежень, класний журнал тощо.

У практичній роботі з вивчення особистості школяра з метою профорієнтації використовують також метод експертів. Цей метод включає збір і наступне узагальнення усних та письмових висловлювань низки заздалегідь підібраних осіб (експертів) про досліджувану особистість. Це можуть бути характеристики від учителів, практичного психолога, соціального педагога, батьків, однокласників, друзів. Отримані зведення аналізують і поєднують, одержуючи, таким чином, об'єктивні висновки про якості особистості школяра [54].

При вивченні особистості учня застосовують і метод узагальнення незалежних характеристик. Такі характеристики дають на учня класний керівник та інші вчителі, а при необхідності – також його чи її однокласники. Узагальнює усі ці характеристики класний керівник. Подібні характеристики можуть бути корисні не тільки для доповнення даних про самого учня, а і для з'ясування ролі батьків у професійному самовизначенні своєї дитини. Адже,

як відомо з практики, батьки не завжди правильно ставляться до вибору професії своїми дітьми. Винятково, начебто, «з добрих спонукань» вони радять обрати ту професію, яка, на їх погляд, більш шанована в суспільстві, більш перспективна, при цьому зовсім не враховуючи особисті інтереси та здібності самих дітей. Вагому роль тут відіграє і фінансовий чинник, пов'язаний із можливостями та статусом конкретної сім'ї.

Для вивчення особистості школяра інколи застосовують також експеримент. Він може проводитися у природних умовах (природний) та у спеціальній лабораторії (лабораторний). Сутність природного експерименту полягає у тому, що досліджуваний учень ставиться в певні, заздалегідь вивчені умови діяльності (гра, учбова або трудова діяльність і т. ін.), які, за задумом фахівця, повинні викликати ті або інші прояви, реакції з боку учня. Компонентами природного експерименту виступають: вибір виду діяльності, функціональний аналіз цієї діяльності, спостереження за проявами школяра в обраних умовах діяльності, аналіз результатів діяльності та складання характеристик особистості досліджуваної особи [42].

При лабораторному експерименті досліджуване явище викликають, спеціально створюючи ті або інші умови, а тоді вже вивчають результати цього (вплив умов на процес і наслідки). Досліди можна повторити й тим самим уточнити та накопичити дані для кількісного аналізу. Основний недолік лабораторного експерименту полягає у тому, що особистість ізолюється від природних умов свого життя. Крім того, кожен прийом дає змогу досліджувати тільки один відособлений процес психічної діяльності й не забезпечує вивчення особистості в цілому [71].

Узагальнюючи вищевикладене, треба зазначити, що повнота та глибина в пізнанні особистості досягаються лише при поєднаному використанні різних методів. Тільки в цьому випадку можна одержати найбільш повну характеристику особистості школяра.

Виходячи з наших можливостей, теми та завдань дослідження, в нашому емпіричному дослідженні як основний було використано психодіагностичний

метод. Психодіагностичний метод – це справді ключовий метод дослідження у психології праці. Основна його особливість – вимірювально-випробувальна скерованість, за рахунок якої досягається належна кількісна та якісна кваліфікація явища, що вивчається. Це можливо в результаті виконання відповідних вимог до застосування методу [47].

У профконсультуванні особистості основним предметом психологічної діагностики є індивідуально-психологічні особливості особистості. Через порівняння результатів оцінки цих особливостей з вимогами конкретної професійної діяльності профконсультант може обґрунтувати рекомендації з вибору професії, скорегувати професійний вибір або дати рекомендації з розвитку і корекції необхідних для певної конкретної професії психологічних якостей. Це стосується, зокрема, акцентуацій характеру особистості.

Мета нашого емпіричного дослідження – вивчення та обґрунтування особливостей взаємозв'язків типових акцентуацій характеру та професійних інтересів сучасних старшокласників. Враховувався також гендерний аспект. Попередньо ми припускали, що спостерігатимуться певні відмінності у структурі професійних інтересів як між представниками яскравих акцентуацій характеру, так і між юнаками та юнками.

Емпіричне дослідження ми провели на базі трьох закладів загальної середньої освіти м. Тернопіль: школи № 3, школи № 4 та Класичного Тернопільського ліцею.

Виходячи з поставлених мети і завдань, у процесі емпіричного дослідження ми використали наступні валідні та надійні (апробовані в Україні) психодіагностичні методики:

1. «Анкета-оцінка готовності до професійного самовизначення» (Б. О. Федоришин);
2. «Опитувальник професійних нахилів» (Л. Йовайши);
3. «Орієнтаційно-діагностична анкета спрямованості (ОДАСІ-2, створена С. Я. Карпіловською і Б. О. Федоришином);
4. «Особистісний опитувальник» (С. Шмішек).

Відповідно, на першому етапі дослідження старшокласники обох згаданих ЗЗСО були опитані за допомогою «Анкети-оцінки готовності до професійного самовизначення» Б. О. Федоришина.

Анкета складається із 13 запитань різного плану (Додаток А). Респондентам надавалася наступна інструкція: «Закінчіть вислови, обравши один із варіантів – «а», «б» або «в» – й обведіть відповідну букву в бланку напроти номера питання». Після заповнення бланку учні повинні підрахувати кількість обведених букв у кожній із шести колонок бланку та записати ці шість чисел у порожніх клітинках нижнього рядка.

Результати інтерпретуються наступним чином: 10 – 12 балів – яскраво виражені професійні нахили; 7 – 9 балів – середньо виражені професійні нахили; 4 – 6 балів – слабо виражені професійні нахили; 0 – 3 бали – професійна схильність не виражена.

Третім етапом емпіричного дослідження стало проведення «Орієнтаційно-діагностичної анкети спрямованості» (ОДАСІ-2), створеної С. Я. Карпіловською та Б. О. Федоришином.

На основі методики «ОДАСІ-2» можна виявити групи профільних інтересів учня або сфери визначення ним переваг чи відмов від певних профілів і професій. Методика дає змогу розглянути профіль інтересів, виявити їх широту, виокремити певний перелік інтересів, а в ньому – провідні й супутні інтереси. Оцінка прояву того чи іншого інтересу здійснюється кількісно, що дає можливість ранжувати інтереси, порівнювати їх. Методика не виключає можливості якісного аналізу виявлених професійних інтересів особистості.

«ОДАСІ-2» складається із трьох частин – бланку запитань, бланку відповідей та бланку дешифратора (Додаток В).

Перед початком дослідження учасникам зачитується інструкція наступного змісту: «Уважно прочитайте кожне запитання та усвідомте, про що в ньому йдеться. Свою відповідь проставте у відповідній клітинці цього бланку. При цьому потрібно стежити, щоб номер клітинки збігався з номером

запитання. Таким чином по чергово дайте відповіді на всі запитання. Якщо Вам дуже подобається робити те, про що йдеться у запитанні, то поставте у відповідній клітинці два плюси (++), а якщо просто подобається – то один плюс (+). Може статися так, що Ви ніяк не можете визначити, чи подобається Вам це робити, чи ні. Тоді поставте у відповідну клітинку нуль (0). Коли ж Ви визначили, що вам зовсім не подобається робити те, про що йдеться у запитанні, то у відповідній клітинці поставте один мінус (-), а коли це Вам дуже не подобається, то два мінуси (- -).

Можливо, трапиться саме так, що на якесь запитання у Вас виникне одразу дві протилежні відповіді, або відповідь, що залежить від якоїсь додаткової умови. Наприклад: «Якби це було вдома, то мені подобається, а якщо в іншому місці, то зовсім не подобається» й т. ін. У такому разі самостійно та швидко визначте самі, яка з цих позначок – «плюс», «мінус» чи «нуль» – є, на Вашу думку, все таки найближчою до істини, і поставте її у відповідну клітинку бланку».

Після підрахунку балів необхідно відмітити на вертикальних лініях у нижній частині бланку відповіді позитивні значення для тих дисциплін, де вони є, і побудувати графік виявлених професійних інтересів.

І, нарешті, кінцевим етапом збору емпіричних показників стало застосування так зв. «Методики визначення акцентуацій характеру». Відповідний особистісний опитувальник для визначення акцентуацій був розроблений С. Шмішеком на основі класичної концепції акцентуацій характеру особистості К. Леонгарда та вперше опублікований у 1970 році (Додаток Г).

За його допомогою виявляються 10 типів акцентуації: гіпертимність, збудливість, емотивність, дистимія (депресивність), невротичність (тривожно-боязка акцентуація), інтроєктивна, циклотомічна (афективно-лабільна), застрьявання (параноїдальна), педантизм (ригідна), демонстративна.

Важливо розуміти, що одні й ті самі типи акцентуацій характеру в різних концепціях чи питальниках можуть мати дещо відмінні назви.

Зазначений опитувальник складається з 88 запитань. Вони утворюють 10 шкал, які відповідають певним акцентуаціям характеру. К. Леонгард розділив 10 типів акцентованих особистостей на дві групи: акцентуації характеру (демонстративний, педантичний, застрягальний, збудливий) та акцентуації темпераменту (гіпертимний, дистимний, тривожно-боязкий, циклотимний, афективний, емотивний).

Опитувальник використовується як для психологічної консультації, так і з метою профвідбору та профорієнтації. Останнє стало основним критерієм нашого вибору саме цієї методики.

Досліджуванам пропонувалася наступна інструкція: «Вам будуть запропоновані 88 запитань, що стосуються Вашого характеру. Якщо на певне запитання Ви відповіли «так», то у бланку відповідей поряд із номером цього запитання поставте знак «+», якщо Ваша відповідь «ні», то знак «-»».

2.2 Аналіз результатів дослідження особливостей взаємозв'язків акцентуацій характеру і професійних інтересів старшокласників

Для перевірки попереднього припущення про те, що акцентуації характеру особистості є суттєвим чинником її професійного самовизначення (а саме – формування її професійних інтересів), ми провели емпіричне дослідження.

Мета дослідження – провести емпіричний аналіз акцентуацій характеру як факторів, які впливають на формування професійних інтересів старшокласників.

Вона досягалася через вирішення таких завдань:

- 1) дослідити наявність і міри проявів різних типів акцентуацій характеру на вибірці старшокласників;
- 2) виявити особливості професійних інтересів у старшокласників із різними типами акцентуацій характеру;
- 3) для порівняння проаналізувати також взаємозв'язки професійних інтересів старшокласників із гендером.

Результати, отримані за допомогою «Особистісного питальника» С. Шмішека на первинній загальній вибірці, показали, що більшість наших респондентів (76,9 %) мають виражені акцентуації певних рис характеру. Серед них 23,1 % осіб виявили акцентуацію дистимних рис; 19,2 % відрізняються гіпертимним характером, 15,4 % – емотивним, 11,5 % – циклотимним, а 7,7 % – демонстративним. З усім тим, у 23,1 % респондентів акцентуацій характеру не виявлено, що свідчить про більш збалансовану їх особистість без виражених акцентованих рис.

Отримані результати назагал засвідчують різноманітність акцентуацій характеру серед опитаних старшокласників, де найпоширенішими виявилися дистимний, гіпертимний, емотивний, циклотимний та демонстративний типи характеру. Їх можна пояснити, принаймні частково, впливом воєнного стану.

Зауважуємо, що у своєму дослідженні надалі ми будемо порівнювати учнів із двома типами акцентуацій характеру, які домінують у нашій вибірці та є, умовно кажучи, значною мірою опонуючими за своїми характеристиками – це гіпертимний та дистимний типи.

Як уже зазначено, дослідження ми проводили у загальноосвітніх закладах загальної середньої освіти – школах № 3 і № 4 м. Тернополя, а також у Класичному Тернопільському ліцеї. Обсяг вибірки (старшокласників із двома вищезазначеними типами акцентуацій характеру): 46 учнів із дистимним характером та 41 учень із гіпертимним, серед котрих – 49 дівчат і 38 хлопців (разом – 87 осіб).

1. Методика «Анкета-оцінка готовності до професійного самовизначення» (Б. О. Федоришин).

В результаті проведення дослідження за методикою нами встановлені наступні кількісні та якісні дані. Так, на перше запитання «Чи вибрали Ви свою майбутню професію?», схвально («так») відповіли 76 % учнів із гіпертимним та лише 42 % із дистимним; відповідно, понад половина – 58 % учнів із дистимними проявами не визначилися зі своїм професійним вибором, тоді як

серед гіпертимних таких лише 24 %. Відповідні результати графічно відображені у формі діаграми на Рис. 2.1:

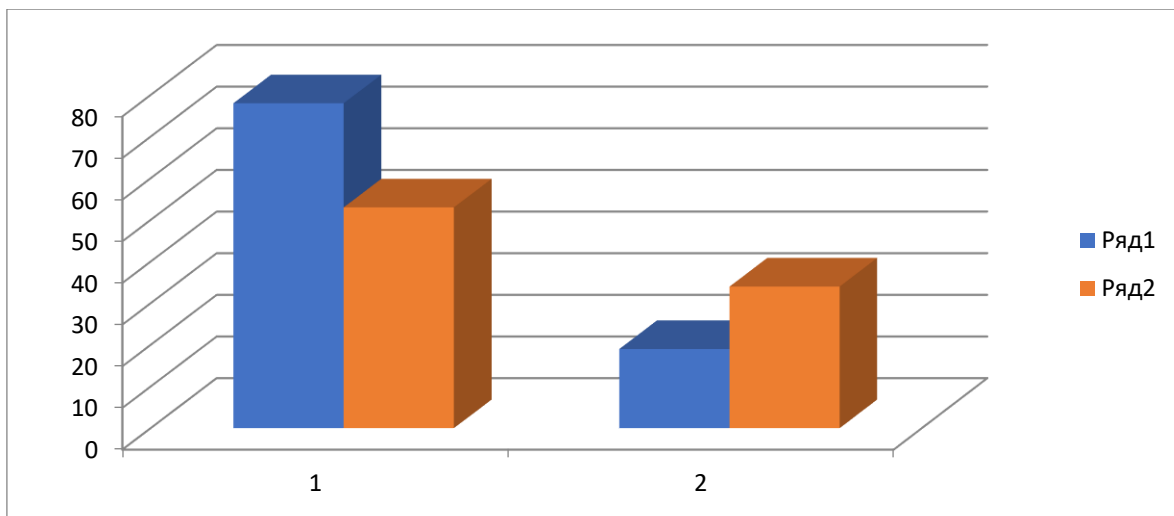


Рис. 2.1. Співвідношення учнів із різними акцентуаціями характеру, котрі визначилися й не визначилися із власним професійним вибором.

Примітка. Ряд 1 – старшокласники із гіпертимними проявами, ряд 2 – старшокласники із дистимними проявами; 1 – відповідь «так», 2 – відповідь «ні».

Гендерний розподіл виявився наступним: схвально («так») відповіли 73% дівчат і 59 % хлопців; відповідно, несхвально – 27 % дівчат і 41 % хлопців.

Відповідні результати знову графічно відображені у формі діаграми на Рис. 2.2:

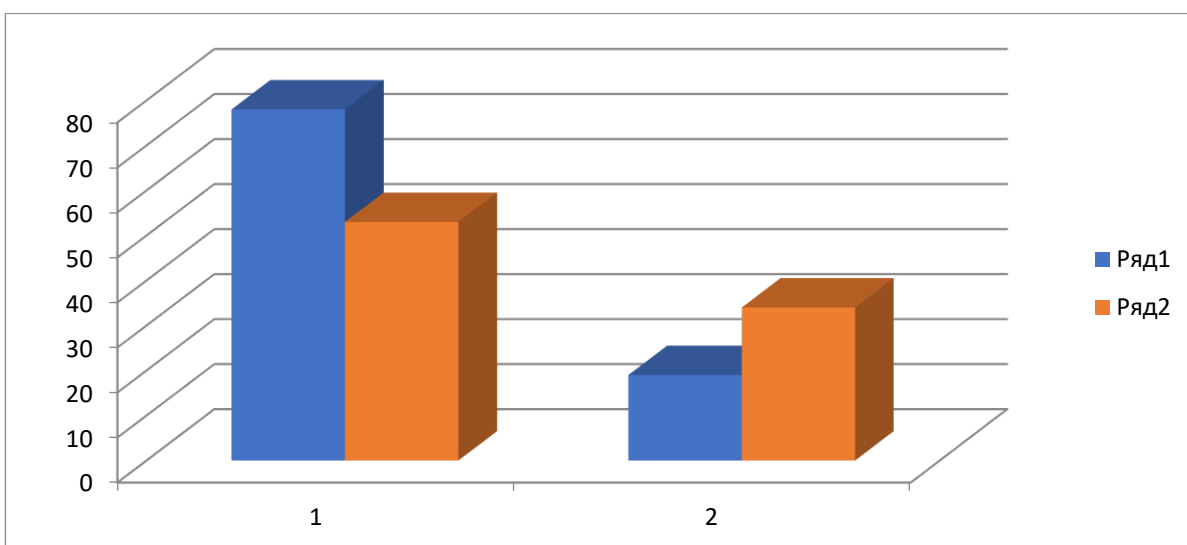


Рис. 2.2. Співвідношення дівчат і хлопців, котрі визначилися й не визначилися із власним професійним вибором.

Примітка. Ряд 1 – дівчата, ряд 2 – хлопці; 1 – відповіді «так», 2 – відповіді «ні».

Отриманий результат, а саме: той емпіричний факт, що майже удвічі більше хлопців, котрі не визначилися зі своїм професійним вибором, порівняно з дівчатами, традиційно пояснюємо більшою особистісною зрілістю саме дівчат-старшокласниць. Адже кількісний розподіл виявлених акцентуацій характеру між юнаками та юнками істотно не відрізняється.

На друге запитання «Звідки Вам стало відомо про дану професію?», відповіді учнів із гіпертимними проявами розподілилися наступним чином: «від друзів» – 11 %, «із засобів масової інформації» – 27 %, «від родичів» – 32 %, «у школі» – 16 %. Крім того, 14 % старшокласників – переважно ті, котрі не визначилися із професійним вибором, не дали відповіді на це запитання. Зовсім інша картина спостерігається щодо учнів із дистимними акцентуаціями: «від друзів» – 7 %, «із засобів масової інформації» – 16 %, «від родичів» – 23 %, «у школі» – 6 %. Решта 48 % дописали, що «не знають». Очевидно, що це число в основному склали ті старшокласники, котрі не визначилися зі своїм професійним вибором.

Відповіді на дане запитання між дівчатами та хлопцями розподілилися наступним чином: «від друзів» – 35 % та 19 %, «із засобів масової інформації» – 31 % та 28 %, «від родичів» – 16 % та 34 %, «у школі» – 18 % та 19 %, відповідно. Таким чином, професійну інформацію сучасні старшокласниці отримують переважно від родичів, тоді як старшокласники – від друзів. І приблизно однакову значущість у цьому плані для обох статей має школа.

На третє запитання «Ваше ставлення до обраної професії» учні з гіпертимними акцентуаціями характеру відповіли наступним чином (аналізуємо відповіді тільки тих респондентів, котрі визначилися зі своїм професійним вибором): «зовсім не подобається» – 0 %, «не подобається» – 4 %, «скоріше не подобається, ніж подобається» – 7 %, «важко відповісти» – 10 %, «скоріше подобається, ніж не подобається» – 19 %, «подобається» – 23 %, «дуже подобається» – 37 %. Отже, домінантній більшості учнів із

гіпертимними проявами обрана ними майбутня професія подобається або дуже подобається. І знову картина відмінна у підгрупі осіб із дистимією: «зовсім не подобається» – 4 %, «не подобається» – 8 %, «скоріше не подобається, ніж подобається» – 12 %, «важко відповісти» – 27 %, «скоріше подобається, ніж не подобається» – 13 %, «подобається» – 16 %, «дуже подобається» – 20 %. Як бачимо, тут, навпаки, трохи більше ніж половині учнів обрана професія або не подобається, або їм важко відповісти.

На уточнювальне питання «Чому так?», більшість із них відповіли, що «за них рішення приймають батьки» або «нехай поки так, а там буде видно» і т. ін. Отже, про свідомість професійного вибору, підкріпленого справжніми професійними інтересами, в даному разі не йдеться. А це вже потребує відповідної психотренінгової та психокорекційної роботи.

Гендерний розподіл відповідей між дівчатами та хлопцями: «зовсім не подобається» – 2 % та 7 %, «не подобається» – 4 % та 9 %, «скоріше не подобається, ніж подобається» – 8 % та 16 %, «важко відповісти» – 24 % та 26 %, «скоріше подобається, ніж не подобається» – 16 % та 12 %, «подобається» – 29 % та 19 %, «дуже подобається» – 19 % та 11 %. Як бачимо, значно більшому відсотку хлопців (із тих, котрі вже самовизначилися, а саме – 32 %, що на 18 % більше за відповідний показник у дівчат) обрана професія не подобається або не дуже подобається.

На четверте запитання «Чи готуєте Ви себе до обраної професії?» учні з гіпертимними проявами відповіли наступним чином: «не готую» – 3 %, «виробляю у собі професійно важливі якості» – 37 %, «читаю відповідну літературу» – 21 %, «займаюся у гуртку, секції» – 39 %.

Такий результат, а саме – той факт, що більшість респондентів – гіпертимних акцентантів – позитивно відмітили останній пункт питання, зумовлений тим, що вони, за даними додаткового опитування, частіше відвідують різні гуртки та спеціалізовані заходи. Натомість ми паралельно отримали такі відповіді від учнів із дистимними проявами: «не готую» – 39 %, «виробляю у собі професійно важливі якості» – 21 %, «читаю відповідну

літературу» – 39 %, «займаюся у гуртку, секції» – 11 %. Як бачимо, понад третина навіть умовно професійно самовизначених старшокласників – дистимних акцентантів – ніяк не готують себе до майбутньої професійної діяльності.

Між дівчатами та хлопцями відсотки, набрані за певними варіантами відповідей, розподілилися наступним чином: «не готую» – 3 % та 8 %, «виробляю у собі професійно важливі якості» – 49 % та 40 %, «читаю відповідну літературу» – 26 % та 12 %, «займаюся у гуртку, секції» – 22 % та 40 %, відповідно. Таким чином, якщо дівчата істотно більшою мірою читають спеціалізовану літературу (теоретичне заняття), то хлопці більшою мірою віддають перевагу заняттям у спеціалізованих секціях та гуртках, тобто більш практичній діяльності.

Ще одне запитання – «Пробували Ви працювати по даній професії?». Тут відповіді розподілися приблизно рівномірною мірою: «ні» відповіли 92 % учнів із гіпертимними проявами та 95 % учнів із дистимними проявами; «так», відповідно, – 8 % серед перших і 5 % – серед других. Такий малий відсоток пояснюється тим, що в основному опитані старшокласники обирають доволі престижні професії, за якими працювати можуть лише висококваліфіковані фахівці (юристи, менеджери, лікарі, педагоги та ін.).

Щодо гендерного аспекту даного запитання, то суттєвих розбіжностей у даному випадку не виявлено: «ні» відповіли 90 % хлопців і 94 % дівчат, відповідно, «так» – 10 % хлопців і 6 % дівчат.

Відповідно, серед тих, хто вже пробував працювати за обраною професією, на питання «Як Вам сподобалася перша проба сил» усі такі учні ліцею (100 %) відповіли схвально і більшість навіть учнів із дистимними проявами (95 %) теж так само.

Крім того, схвально відповіли 93 % із тих хлопців, хто вже пробував працювати, й 100 % дівчат. Мабуть, дещо більша незадоволеність хлопців пояснюється їх відносно більшим негативізмом або більшою фізичною складністю, нецікавістю виконуваної роботи (наприклад, помічник майстра).

На питання «Чи вважаєте Ви, що підходите для даної професії?» відповіді учнів із гіпертимними акцентуаціями розподілилися наступним чином: «так» – 67 %, «не знаю» – 29 %, «ні» – 4 %. Помітно інакша картина – у середовищі учнів із дистимними акцентуаціями: «так» – 49 %, «не знаю» – 42 %, «ні» – 9 %. У відповідь на уточнювальне запитання «Чому вважаєте, що не підходите», більшість з опитаних старшокласників відповіли, що «надто дороговартісне навчання».

Гендерні варіації відповідей у дівчат та у хлопців: «так» – 52 % та 61 %, «не знаю» – 38 % та 36 %, «ні» – 3 %. Отже, досліджені хлопці дещо впевненіші у собі, аніж дівчата раннього юнацького віку.

Наступне питання – «Чи готові Ви подолати серйозні перешкоди, щоб опанувати дану професію?». Відповіді учнів із гіпертимними проявами розподілилися наступним чином: «так» – 69 %, «не знаю» – 23 %, «ні» – 8 %; учнів школи: «так» – 57 %, «не знаю» – 27 %, «ні» – 26 %.

Гендерні варіації відповідей у дівчат та у хлопців: «так» – 74 % та 63 %, «не знаю» – 20 % та 24 %, «ні» – 13 %. Закономірно, що якщо дівчата менш впевнені у собі, то вони готові більшою мірою займатися самовдосконаленням.

Ще одне запитання анкети «Чи вважаєте Ви, що якщо позбудетеся можливості працювати по даній професії, то життя втратить для Вас сенс?». У респондентів – гіпертимних акцентантів – ми отримали наступний розподіл відсотків між варіантами відповідей: «так» – 89 %, «не знаю» – 9 %, «ні» – 2%; у респондентів із дистимними якостями – дещо інші: «так» – 63 %, «не знаю» – 25 %, «ні» – 12 %. Таким чином, як бачимо, сенс життя, пошуком якого молодь починає активно займатися саме зі старшого шкільного віку, значно тісніше пов'язаний із життям в учнів-«гіпертиміків».

Порівняння відносної кількості обраних у відповідь на дане питання варіантів виявило такі тенденції у дівчат і у хлопців: «так» – 73 % та 85 %, «не знаю» – 18 % та 11 %, «ні» – 9 % та 4 %. Як бачимо, сенс майбутнього уявлюваного життя більшою мірою пов'язаний із професією саме у хлопців.

Це є цілком закономірним, адже дівчата більшою мірою замислюються над створенням власної сім'ї у найближчій життєвій перспективі.

У відповідь на запитання «Чи здатні Ви ризикнути заради улюбленої справи, навіть якщо шанси не на Вашу користь?» відповіді учнів із гіпертимними проявами наступні: «так» – 53 %, «не знаю» – 32 %, «ні» – 15 %, учнів із дистимними – знову інші: «так» – 42 %, «не знаю» – 31 %, «ні» – 27 %. Отже, ризикувати заради обраної професії старшокласники готові меншою мірою, аніж долати ймовірні перешкоди, причому більшою мірою це стосується учнів із дистимними проявами.

Гендерний розподіл відсотків між дівчатами та хлопцями: «так» – 41 % та 67 %, «не знаю» – 43 % та 28 %, «ні» – 5 %. Як бачимо, істотно частіше схвально на дане запитання відповідали саме хлопці, що пов'язуємо з більшою схильністю до ризику назагал саме представників чоловічої статі, порівняно з жінками та дівчатами.

Одинадцять питань – «Чи готові Ви довго й копітко працювати для оволодіння улюбленою справою?» відповіді учнів із гіпертимними проявами розподілилися наступним чином: «так» – 74 %, «не знаю» – 21 %, «ні» – 5 %, а в учнів-«дистиміків» – «так» – 41 %, «не знаю» – 32 %, «ні» – 27 %.

Гендерний розподіл відповідей: «так» – 82 % та 90 %, «не знаю» – 16 % та 4 %, «ні» – 2 % та 6 %.

Дванадцять питань – «Чи впевнені Ви, що в майбутньому працюватимете за обраною професією?». І якщо серед учнів із гіпертимними проявами, котрі професійно самовизначилися, 66 % відповіли, що «впевнений» на дане запитання, то серед учнів із дистимними якостями – 52%, тобто трохи більше половини. Відповідно, «не впевнених» серед перших – 34%, серед других – 48 %, тобто майже половина.

Такий великий відсоток не впевнених у даному питанні зумовлений, як показало додаткове опитування старшокласників, складною соціальною, політичною, економічною ситуацією в нашій державі, що гостро усвідомлюється сучасними юнаками та юнками. Інакше кажучи, додатковим

вагомим чинником професійного самовизначення нашої молоді, на жаль, стала повномасштабна війна.

Порівняємо тепер отримані відповіді у дівчат і хлопців: впевнені в цьому – 72 % старшокласниць і 61 % старшокласників, відповідно, не впевнені – 28% дівчат і 39 % хлопців. У відповідь на наше уточнювальне питання, не впевнені старшокласники обох статей відповіли, що спостерігають, як часто навіть дипломовані фахівці виїжджали за кордон (особливо ще до війни) на некваліфіковану роботу.

І останнє питання – «Як Ви думаєте, чи зміниться Ваш вибір професії до часу закінчення школи?» дало змогу отримати такі результати: для учнів із гіпертимними проявами – «не зміниться» – 78 %, «важко сказати» – 19 %, «зміниться» – 2 %, для учнів із дистимними – «не зміниться» – 53 %, «важко сказати» – 34 %, «зміниться» – 13 %. Для унаочнення результатів відобразимо їх у формі діаграми на Рис. 2.3:

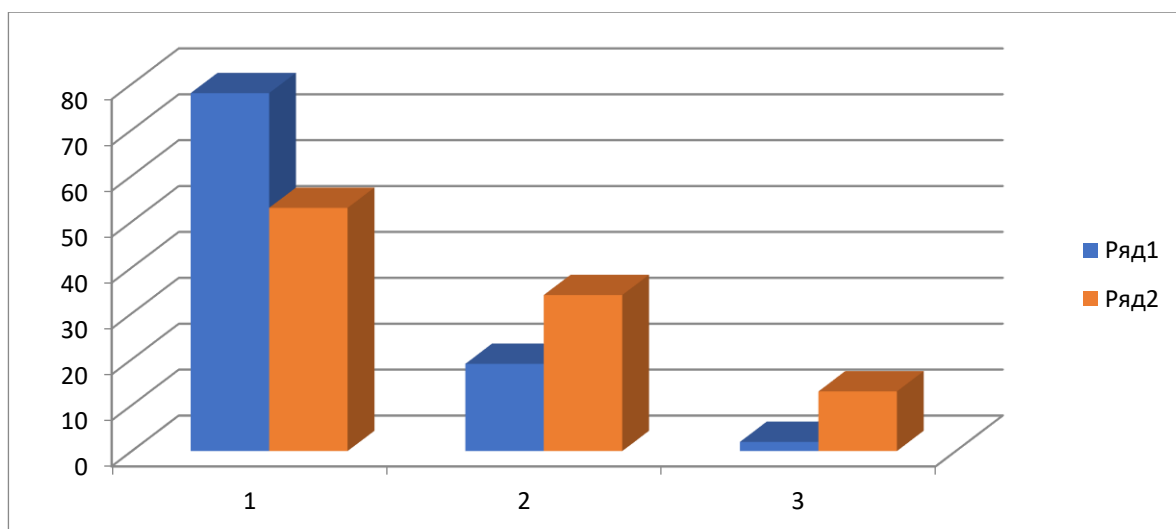


Рис. 2.3. Співвідношення учнів із гіпертимними та дистимними проявами, котрі впевнені й не впевнені у міцності свого професійного вибору

Примітка. Ряд 1 – старшокласники із гіпертимними акцентуаціями, ряд 2 – старшокласники з дистимними акцентуаціями; 1 – «вибір не зміниться», 2 – «не впевнений», 3 – «вибір, імовірно, зміниться».

І, як і у випадку всіх попередніх запитань анкети, проведемо гендерний аналіз отриманих відповідей у дівчат та хлопців: відповідь «не зміниться» –

81 % та 69 %, «важко сказати» – 18 % та 21 %, «зміниться» – 1 % та 10 %, відповідно. Як бачимо, дівчата характеризуються помітно більшим консерватизмом у своєму професійному виборі, порівно із хлопцями. Згадаймо, що останні, відповідно, більшою мірою схильні до ризику, а отже, і до ймовірних змін.

Підсумовуючи результати першого етапу дослідження, робимо проміжний висновок про те, що акцентуації характеру особистості є значущим чинником її професійного самовизначення, порід з іншими такими чинниками.

2. «Опитувальник професійних нахилів» (Л. Йовайши).

За методикою «Опитувальник професійних схильностей» Л. Йовайши ми також отримали й порівняли результати для учнів із дистимними акцентуаціями характеру (табл. 2.3) та результати учнів із гіпертимними акцентуаціями характеру (табл. 2.4). В ході аналізу ми звертали увагу, на яких рівнях в учнів виражені професійні нахили.

Таблиця 2.3

Професійні нахили учнів із дистимними акцентуаціями

Схильність до:		Результати учнів-«дистиміків»							
		Рівні вираженості професійної схильності:							
		високий		середній		низький		не виражена	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	роботи з людьми	4	10%	12	30%	4	10%	21	50%
2	дослідницької діяльності	3	8%	8	20%	12	30%	18	42%
3	роботи на виробництві	16	40%	21	50%	4	10%	0	0%
4	естетичних видів діяльності	2	5%	7	16%	16	40%	16	40%
5	екстремальних видів діяльності	16	40%	12	30%	11	24%	2	6%
6	планово-економічних видів діяльності	0	0%	2	6%	4	10%	35	84%

Отже, на високому рівні вираженості в учнів-«дистиміків» – переважно нахили до роботи на виробництві та до екстремальних видів діяльності.

Таблиця 2.4

Професійні нахили учнів з гіпертимними проявами

Схильність до:		Результати учнів-«гіпертиміків»							
		Рівні вираженості професійної схильності:							
		високий		середній		низький		не виражена	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	роботи з людьми	16	34%	18	40%	9	20%	3	6%
2	дослідницької діяльності	14	30%	10	22%	18	40%	4	8%
3	роботи на виробництві	9	20%	14	30%	9	20%	14	30%
4	естетичних видів діяльності	16	34%	12	26%	9	20%	9	20%
5	екстремальних видів діяльності	5	10%	9	20%	14	30%	18	40%
6	планово-економічних видів діяльності	19	42%	9	20%	14	30%	4	8%

Як бачимо, на високому рівні вираженості в учнів-«гіпертиміків» – нахил, насамперед, до економічних видів діяльності. Тобто мова йде про їх нахил до професій, пов’язаних із розрахунками та плануванням (бухгалтер, економіст); діловодством, аналізом і перетворенням текстів (редактор, перекладач, лінгвіст); схематичним зображенням об’єктів (кресляр, топограф).

Саме в учнів-«гіпертиміків» зазначений нахил у 42 % – на високому рівні розвитку, у 20 % – на середньому, у 30 % – на низькому й лише у 8 % респондентів він узагалі не виражений. Натомість у 6% учнів-«дистиміків» – середній рівень вираженості відповідного нахилу, у 10 % – низький рівень, а у 84 % – зазначений нахил не виражений узагалі.

Також слабо у старшокласників-«дистиміків» виражений нахил до роботи з людьми. Тут маються на увазі професії, пов’язані з обслуговуванням (побутовим, медичним, довідково-інформаційним), управлінням, вихованням і навчанням. А тому, щоби бути успішними у професіях цієї групи, суб’єкти повинні уміти й любити спілкуватися, знаходити спільну мову з різними людьми, розуміти їх настрій, наміри та психологічні особливості.

Високий рівень вираженості відповідного нахилу – лише в 10 % учнів із дистимними проявами, середній рівень – у 30% й не виражений він зовсім – у 50 %. Тоді як у середовищі учнів із гіпертимними проявами у 34 % цей нахил виражається на високому рівні розвитку й у 40 % – на середньому.

Щодо дослідницької діяльності, то нахил до неї теж слабше розвинений у старшокласників із дистимними проявами. Вона охоплює професії, пов'язані з науковою роботою. Окрім хорошої теоретичної підготовки в певних галузях науки, а також очевидної необхідності доволі високої загальної ерудованості, людям, котрі займаються дослідницькою діяльністю, необхідні також ще й такі якості як раціональність, незалежність та оригінальність думок, аналітичний склад розуму.

Отже, якщо в учнів-«гіпертимиків» у 30 % (тобто, майже у третини) високий рівень розвитку відповідного нахилу, то в учнів-«дистимиків» – він лише у 8 %.

Нахил до естетичних видів діяльності у старшокласників із дистимними проявами низько розвинений у 40 % й узагалі не розвинений – теж у 40 %; в учнів із гіпертимними проявами відповідний нахил у 34 % добре розвинений і ще у 26 % – середньорозвинений.

Мова тут іде про професії творчого характеру, пов'язані з образотворчою, музичною, літературно-художньою, акторсько-сценічною діяльністю. Людей творчих професій, крім наявності спеціальних здібностей (музичних, літературних, художніх, акторських), відрізняє оригінальність мислення і незалежність характеру, прагнення до досконалості тощо.

Натомість найбільш вираженим для старшокласників із дистимними проявами виявився нахил до роботи на виробництві (у 40% респондентів спостерігається високий його рівень, а у 50 % – середній). Коло відповідних професій дуже широке: виробництво та обробка металу; збирання, монтаж приладів і механізмів; ремонт, налаштування, обслуговування електронного й механічного обладнання; монтаж, ремонт будівель, конструкцій; обробка і використання різних матеріалів; управління транспортом. Професії цієї групи

пред'являють підвищені вимоги до здоров'я людини, координації її рухів, уваги.

Несподіваним у нашому дослідженні фактом став той, що у старшокласників-«гіпертиміків» сильно виражений нахил до екстремальних видів діяльності (у 40 % – високий рівень та у 30 % – середній). Адже це професії, пов'язані із заняттями спортом, подорожами, експедиційною роботою, охоронною та оперативно-розшуковою діяльністю, службою в армії. Усі вони пред'являють особливі вимоги до фізичної підготовки та здоров'я. Інтерпретуємо такі несподівані результати наступним чином: будучи схильні до пригніченого настрою, а особливо в умовах війни, старшокласники з відповідними проявами шукають гіпотетичного покращення своїх станів, зокрема, через свої професійні мрії та наміри.

Крім того, до роботи на виробництві посередньо схильні 30 % учнів-«дистиміків» та 30 % – не схильні до неї узагалі. Щодо екстремальних видів діяльності, то 40 % учнів-«гіпертиміків» не схильні до них, а 30 % – слабо схильні. Припускаємо, що учні з гіпертимними акцентуаціями усвідомлюють той факт, що відповідні їх риси можуть стати як індивідуальним, так командним фактором ризику в екстремальних умовах діяльності.

3. «Орієнтаційно-діагностична анкета інтересів», створена С. Я. Карпіловською та Б. О. Федоришиним.

В результаті опрацювання емпіричних даних було виявлено показники рівнів вираженості різних сфер професійних інтересів в учнів-«дистиміків» (Табл. 2.5) та учнів-«гіпертиміків» (Табл. 2.6):

Таблиця 2.5

Рівні вираженості сфер професійних інтересів в учнів-«дистиміків»

		Результати учнів –«дистиміків»							
		Рівні вираженості інтересу:							
Сфери професійних інтересів:		високий		середній		низький		не виражений	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	фізика і математика	2	4%	12	30%	8	20%	19	46%
2	хімія і біологія	0	0%	4	10%	16	40%	21	50%
3	радіотехніка і електроніка	16	40%	4	10%	11	28%	9	22%
4	механіка і конструювання	4	10%	10	24%	15	36%	12	30%
5	географія і геологія	0	0%	2	4%	18	46%	21	50%
6	література і мистецтво	1	2%	6	14%	12	30%	22	54%
7	історія і політика	3	6%	6	12%	7	18%	25	64%
8	педагогіка і медицина	3	6%	7	18%	13	32%	18	44%
9	підприємництво і домогосподарство	0	0%	0	0%	11	28%	30	72%
10	спорт і військова справа	8	20%	16	40%	6	14%	11	26%

Як можемо бачити, найбільшою мірою в учнів із дистимними проявами виражені професійні інтереси, пов'язані з радіотехнікою та електронікою. Такі результати, як продемонструвало додаткове опитування, пов'язані з тим, що батько одного з опитаних однокласників має приватну ремонтну майстерню. Син йому часто допомагає, а потім приходить до школи та із захопленням розповідає про відповідну свою діяльність однокласникам. Крім того, певна їх частина – його друзі, встигли вже побувати в цій приватній майстерні та захопитися відповідним видом діяльності.

Таблиця 2.6

Рівні вираженості сфер професійних інтересів в учнів-«гіпертиміків»

		Результати учнів-«гіпертиміків»							
		Рівні вираженості інтересу:							
Сфери професійних інтересів:		високий		середній		низький		не виражений	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	фізика і математика	9	20%	13	28%	6	12%	18	40%
2	хімія і біологія	6	12%	16	36%	13	28%	11	24%
3	радіотехніка і електроніка	3	6%	9	20%	14	30%	20	44%
4	механіка і конструювання	5	10%	12	26%	6	14%	23	50%
5	географія і геологія	7	16%	11	24%	18	38%	10	22%
6	література і мистецтво	8	18%	16	34%	12	26%	10	22%
7	історія і політика	14	30%	11	24%	7	16%	14	30%
8	педагогіка і медицина	9	20%	16	36%	5	10%	16	34%
9	підприємництво і домогосподарство	8	18%	14	30%	15	32%	9	20%
10	спорт і військова справа	17	36%	9	20%	6	14%	14	30%

Таким чином, порівнюючи результати учнів із дистимними проявами та учнів із гіпертимними, ми виявили, що найбільший інтерес у старшокласників із дистимними акцентуаціями, як вже вище частково аналізувалося, виявлений усього лише до двох видів професійної діяльності: до радіотехніки й електроніки, а також до спорту та військової справи. Такий результат корелює з їх схильністю до екстремальних видів діяльності назагал, про що ми вище вже аналізували.

Натомість в учнів-«гіпертиміків» доволі високі рівні професійних інтересів виявлені до значно більшого кола спеціалізацій: фізики й математики, літератури та мистецтва, історії та політики, педагогіки й медицини, підприємництва і домогосподарства, а також до спорту та військової справи.

На нашу думку, в цьому плані гіпертимна акцентуація характеру є саме тим чинником, який розширює, так би мовити, сферу «професійного експериментування» молодій людині. Інакше кажучи, вона хоче спробувати себе в різних видах діяльності, що корелює з її психічною експансивністю.

Встановлені також гендерні особливості професійних нахилів старшокласників – хлопців (Табл. 2.7) і дівчат (Табл. 2.8):

Таблиця 2.7

Професійні нахили учнів

Схильність до:		Хлопці							
		Рівні вираженості професійної схильності:							
		високий		середній		низький		не виражена	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	роботи з людьми	4	12%	13	34%	8	20%	13	34%
2	дослідницької діяльності	9	25%	9	22%	9	25%	11	28%
3	роботи на виробництві	18	48%	12	32%	5	12%	3	8%
4	естетичних видів діяльності	11	28%	9	25%	12	30%	6	17%
5	екстремальних видів діяльності	13	35%	12	32%	11	28%	2	5%
6	планово-економічних видів діяльності	11	29%	12	32%	9	23%	6	16%

Як бачимо, у старшокласників чоловічої статі найбільшою мірою виражений нахил до роботи на виробництві (у 48 % осіб на високому рівні розвитку) та до екстремальних видів діяльності (у 35 % осіб теж на високому рівні розвитку). Найбільшою мірою у них не виражений нахил до роботи з людьми – аж у 34 % респондентів.

Таблиця 2.8

Професійні нахили учениць

Схильність до:		Дівчата							
		Рівні вираженості професійної схильності:							
		високий		середній		низький		не виражена	
		Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.	Абс.	Від.
1	роботи з людьми	22	46%	11	22%	10	20%	6	12%
2	дослідницької діяльності	11	23%	13	27%	14	28%	11	22%
3	роботи на виробництві	16	32%	23	48%	5	10%	5	10%
4	естетичних видів діяльності	19	39%	13	27%	11	21%	6	13%
5	екстремальних видів діяльності	12	24%	13	28%	12	24%	12	24%
6	планово-економічних видів діяльності	9	18%	21	42%	16	34%	3	6%

Отже, у старшокласниць, на відміну від старшокласників, найбільшою мірою виражена схильність до роботи з людьми (у 46 % осіб на високому рівні розвитку) та до естетичних видів діяльності (у 39 % осіб теж на високому рівні розвитку). Найбільшою мірою у них не виражена схильність до екстремальних видів діяльності – у 24 % респондентів.

Порівнюючи отримані результати у гендерному розрізі, вважаємо їх цілком закономірними. Недаремно, наприклад, у нашій сфері обслуговування та роботі з людьми домінують представниці жіночої статі. Особливо це відчутно у сфері освіти, де, як відомо, домінують більшість складають жінки, але психологи аж ніяк не вважають це позитивним феноменом. Натомість в умовах сучасності мова якраз іде про гендерну паритетність, зокрема, і у сфері професійного вибору та професійної особистості. Отже, практичним психологам є ще над чим працювати в цьому плані.

Візуалізуємо проаналізовані гендерні відмінності професійних нахилів старшокласників у формі графіку (Рис. 2.7):

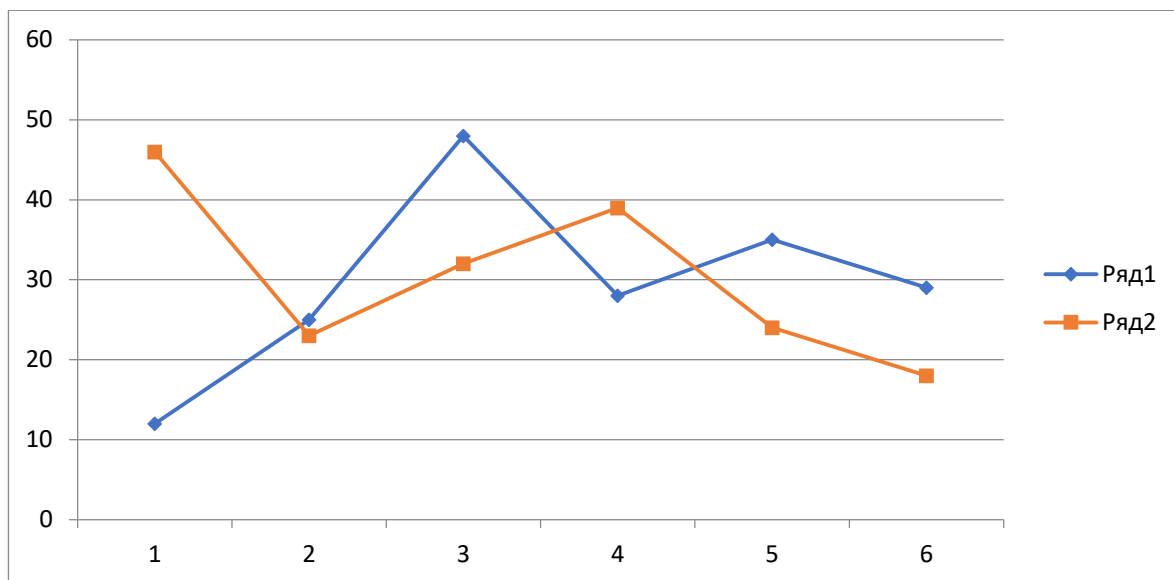


Рис. 2.7. Гендерні відмінності професійних нахилів

Примітка. 1 – робота з людьми, 2 – дослідницька діяльність, 3 – робота на виробництві, 4 – естетичні види діяльності, 5 – екстремальні види діяльності, 6 – планово-економічні види діяльності; ряд 1 – показники для юнок, ряд 2 – для юнаків.

Як наочно демонструє діаграма, на приблизно однаковому рівні вираженості й у хлопців, і у дівчат тільки такий професійний нахил, як нахил до дослідницької діяльності (на високому рівні – у 25 % хлопців та у 23 % дівчат).

Назагал невисокий рівень вираженості професійного нахилу до дослідницьких видів діяльності пояснюємо як відсутністю систематичної наукової роботи з учнями у сучасних закладах загальної середньої освіти, особливо у школах звичайного типу, так і в цілому падінням авторитету наукової діяльності в сучасній Україні з огляду на низку кризових суспільно-економічних чинників.

А особливої психологічної роботи потребують ті старшокласники – учні випускних класів, у котрих або взагалі відсутні, або на дуже низькому рівні розвитку професійні інтереси й нахили до будь-яких видів діяльності. А таких, за даними нашого емпіричного дослідження, виявилось близько 20 % (17 осіб), котрі потребують посиленої профконсультаційної та психокорекційної роботи фахівців.

Висновки до 2 розділу

У нашій роботі ми підкреслюємо велику значущість впливу акцентуацій характеру на професійне самовизначення учнів. Тому ми вирішили порівняти, чи відрізняються професійні інтереси у юнаків та юнок – учнів та учениць із двома, так би мовити, опонуючими й водночас найчастотнішими, за даними нашого емпіричного дослідження, типами акцентуацій характеру – гіпертимними та дистимними. Крім того, в дослідженні враховувався також і гендерний аспект формування професійних інтересів молоді.

Серед отриманих нами емпіричних результатів, виокремлюємо такі основні порівняльні дані: в учнів-«дистиміків» найсильніше виражений нахил до роботи на виробництві та до екстремальних видів діяльності. А у старшокласників із гіпертимними проявами ці нахили слабо розвинені, натомість у них добре розвинені нахили до роботи з людьми, дослідницької діяльності, естетичних видів діяльності та планово-економічних видів діяльності. Виявлені закономірності інтерпретуємо, між іншим, через вплив умов воєнного стану на самосвідомість і самовизначення старшокласників.

Крім того, у старшокласників найбільшою мірою виражений нахил до роботи на виробництві та до екстремальних видів діяльності. Не виражений у них найбільшою мірою нахил до роботи з людьми. У старшокласниць, на відміну від старшокласників, найбільшою мірою виражений нахил до роботи з людьми та до естетичних видів діяльності. Не виражений у них найбільшою мірою нахил до екстремальних видів діяльності. Таким чином, емпіричне дослідження обґрунтувало вже традиційний у нашому суспільстві гендерний розподіл праці й потребу подальшої цілеспрямованої гендерної просвіти.

Також, порівнюючи результати учнів-«дистиміків» та учнів-«гіпертиміків», ми виявили, що найбільший професійний інтерес перші проявляють до всього лише двох видів діяльності: до радіотехніки й електроніки, а також до спорту та військової справи. Натомість у других високі рівні професійного інтересу виявлено до значно більшого кола спеціалізацій: фізики й математики, літератури й мистецтва, історії та політики, педагогіки й

медицини, підприємництва і домогосподарства, а також до спорту та військової справи.

Отже, психологічні особливості професійних інтересів старшокласників пов'язані як із певними загальнопсихологічними закономірностями, віковими чинниками їх розвитку, так і, зокрема, з акцентуаціями характеру. Вони, своєю чергою, обумовлюють значне емоційне, здебільшого позитивне, забарвлення відповідних інтересів, які тісно корелюють з іншими утвореннями спрямованості особистості – її потребами, мотивами, нахилами, тощо. Відповідно, суб'єкт діяльності тяжіє до більш поглибленого ознайомлення й наполегливих спроб виконання саме свого улюбленого виду роботи. Вікові чинники, своєю чергою, розвиваються і діють на тлі в цілому інтенсивних у ранньому юнацькому віці процесів самовизначення. При цьому юна особистість повинна дати свідому відповідь на питання «Ким бути?» та «Яким/якою бути?».

Істотною мірою на особливості як самовизначення в цілому, так і, зокрема, на формування професійних інтересів, впливає те соціальне середовище, в якому особистість живе, навчається, розвивається. Так, якщо поряд є значущий та зацікавлений дорослий, котрий здатний та вмотивований підказати все необхідне юному вихованцеві, допомогти розібратися у сучасному складному світі професій, тоді зазначене формування буде більш усвідомленим, цілеспрямованим і конструктивним.

Важливими є також і гендерні психологічні особливості професійних інтересів. Ще з дитинства особистість засвоює певні еталони, яким повинен бути справжній чоловік або якою повинна бути жінка. Вагома складова таких еталонів – це певна професійна роль. Отже, зміст відповідних уявлень старшокласників також повинен враховуватися при проведенні профорієнтаційної та профконсультативної роботи з ними.

РОЗДІЛ III. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ

3.1. Профорієнтаційне заняття з елементами тренінгу «Моє місце у світі професій» для старшокласників

Практичний досвід фахівців зазвичай свідчить про те, що більшість навіть одинадцятикласників – завтрашніх випускників, мають досить поверхове уявлення про специфіку професій, що їх цікавлять. З метою ліквідації цих інформаційних прогалин адміністрація та практична служба досліджених нами школи та ліцею систематично поширюють профінформацію, використовуючи як традиційні, так і інноваційні технології під час вищезазначених заходів, займаючись, зокрема, виготовленням рекламно-інформаційних буклетів, інформаційних стендів, розміщенням інформації у популярних соцмережах, створюючи тематичні відеоролики тощо.

На основі вивчення практичного досвіду діяльності обраних для дослідження закладів загальної середньої освіти, можна вказати на такі найбільш ефективні та перспективні форми профорієнтаційної роботи, спрямовані на розвиток професійного інтересу старшокласників: лекторії «Вступ до спеціальності», факультатив «Основи вибору професії», екскурсії на підприємства краю, психотренінгові заняття на загальну тему «Зроби правильний вибір», залучення переможців (призерів) предметних олімпіад і конкурсів МАН «Дослідник» до участі у Міжнародних і Всеукраїнських науково-практичних конференціях молодих учених, проведення ділових ігор та конкурсів, залучення школярів до святкування Днів освітянина, медика, юриста і т. ін.; творчі зустрічі школярів із провідними науковцями вищих закладів освіти краю тощо.

Методи активізувального впливу на особистість з метою подолання труднощів її особистісного та професійного самовизначення, вирішення

психологічних проблем у процесі підготовки до вибору професії отримали визнання у системі профорієнтації ще з 90-х років минулого століття [86].

Наприклад, українськими фахівцями запропоновано наступні методи [28]:

1) ігрові профорієнтаційні вправи («Місто, що спить», «Подарунок», «Людина-професія» та ін.), спрямовані на створення невимушеної та доброзичливої атмосфери роботи зі старшокласниками (й дорослими також), моделювання окремих елементів професійного й особистісного самовизначення;

2) активізувальні питальники («Особиста професійна перспектива», «За і проти», «Будь готовий!», «Схема альтернативного вибору»), що дозволяють стимулювати міркування особистості про власні перспективи самовизначення, про мотиви вибору тих чи інших професій, а також підвищити рівень усвідомлення своєї готовності до різних видів професійної праці;

3) ціннісно-моральні активізувальні питальники («Зараз і потім», «Справедливість, самооцінка, самоповага, рефлексія», «Самооцінка моральності, товариськості» й ін.), призначені допомогти усвідомити необхідність початку реалізації своїх задумів, зрозуміти цінність чесної праці та справедливого розподілу благ між колегами, скласти свої уявлення про порядність, престижність тих чи інших професій, а також сформулювати вміння співвідносити свої можливості з визначеними цілями й досягненнями;

4) бланкові та карткові ігри професійного й особистісного самовизначення («Комплімент», «Дурень», «Торг», «Такий-сякий» та ін.), спрямовані на формування вміння співвідносити різні якості людини з різними професіями, здійснювати вибір цінностей, що визначають сенс життя та щастя людини, моделювати особливості підприємницької діяльності та взаємини між компаньйонами й т. ін.

Ми розробили та апробували профорієнтаційне заняття з елементами тренінгу на тему «Моє місце у світі професій» для учнів старших класів (Додаток Д).

Відповідне заняття було проведене зі старшокласниками ліцею. Його загальна тривалість склала 1 годину. **Мета заняття:** активізація процесів професійного самовизначення учнів старших класів.

Завдання заняття:

- 1) привернути увагу учнівської молоді до питання важливості вибору професії,
- 2) навчити учасників бачити свої реальні перспективи й можливості, вміти узяти особисту відповідальність за своє майбутнє;
- 3) розвивати уміння планувати професійне майбутнє і досягати поставлених цілей.

Структура і зміст заняття:

1. Брейнстормінг («мозковий штурм») – «Професія – це...» (5 хв.).
Зміст: ми запропонували старшокласникам – учасникам профорієнтаційного заняття, назвати асоціації до слова «професія».

2. Прийняття правил подальшої групової роботи (5 хв.):

– «Тут і тепер». Головне не те, що відбувалося «там і тоді», а те, що відбувається «тут і тепер». Головне для нас, що людина бачить, відчуває «тут і тепер» по відношенню до себе, до інших.

– Принцип емоційної відкритості. Цей принцип пов'язаний із довірою один до одного, що є дуже важливим психологічним моментом у такій роботі. Причому це не означає, що кожен кожному повинен напряду викладати всі свої таємниці, секрети. Тут важливе інше: по-максимуму все, що певний учасник або учасниця переживає «тут-і-тепер», і що пов'язне із ситуацією групової взаємодії, він чи вона має цим поділитися з усією групою.

– Правило «Я–висловлювань». Воно означає, що за будь-яких обставин варто говорити від свого імені – наприклад, «Я так думаю...» або «Мене це хвилює...», а не від імені, зокрема, абстрактної більшості – наприклад, «Люди говорять» або «Авторитетною є думка про те, що...».

– Правило поваги до мовця. Воно, начебто, дуже просте, але, водночас, непідготовленим особам його не так просто виконувати, а тим паче в

юнацькому віці, з усім його юнацьким максималізмом. А полягає воно у «простому» умінні вислухати іншу людину, не перебиваючи, поки вона говорить, а вже тоді задавати свої питання. Також не можна засуджувати людину назагал чи її окремі думки, почуття.

– Правило конфіденційності. Все, що відбувається у межах групи, там повинно і залишатися. Тобто, не можна розповідати стороннім особам про висловлювання, різні подробиці з життя учасників групи.

3. У практичній частині заняття (40 хвилин) ми використали низку профорієнтаційних вправ і завдань, що допомагають учням краще розуміти себе, свої бажання, потреби по відношенню до тієї чи іншої професії.

3.1. З метою формування довірчих відносин, пробудження інтересу до теми професійного самовизначення ми, насамперед, запропонували старшокласникам написати есей на тему «У дитинстві я хотів (хотіла) бути...» (10 хв.).

Як відомо, стимуляція творчої активності особистості одночасно стимулює і її інтелектуальну активність, тобто ці форми активності закономірно пов'язані між собою. Тому сприяння розвитку творчих можливостей школярів позитивно позначається на загальній продуктивності їх будь-якої діяльності.

Тут варто зазначити, що не завжди (особливо у старших класах) написання власного твору цікаве для учнів. Вони вже встигли стомитися від «сухості» обов'язкових (програмних) тем і здебільшого якщо і хочуть творити, то вже щось незвичайне, оригінальне, нестандартне. Тому необхідне уміння вдало підбирати джерела творчого натхнення і давати настільки цікаві завдання, які би не залишали чи майже не залишали байдужих у класі. В нашому випадку варто було пам'ятати і про деякі основні психологічні особливості старшокласників, зокрема, про їхню спрямованість на майбутнє та схильність до мрійництва, а також до відомого «юнацького максималізму».

Дуже важливою для творчості є не лише здатність формулювати та відстоювати власну думку, а і здатність до співпраці, уміння правильно

оцінювати чужі думки та пропозиції, аргументовано критикувати або схвалювати ідеї інших. Формуванню даних здатностей сприяють, насамперед, елементи ігрової діяльності на уроках. По-перше, гра – це яскраво втілена мотивація досягнення, підпорядкована завданням перемогти супротивника, повною мірою проявивши свої здібності у якійсь ролі та за певним сюжетом. По-друге, гра має сенс добровільності, невимушеності, природності. По-третє, вона характеризується значною мірою невизначеністю кінцевих результатів, тобто має елементи інтриги. По-четверте, у зв'язку з вищенаведеними особливостями, гра забезпечує вищу, порівняно з уроками у звичайній формі, навчальну, виховну, розвивальну результативність.

3.2. Тому далі ми обрали всім відому та дуже популярну гру – КВК. З метою посилення мотивації брати активну участь у КВК ми підготували невеличкі призи для всіх учасників (ручки). Його було присвячено обговоренню теми «Світ сучасних професій».

Для організації КВК нами було запропоновано наступні конкурси:

1. Конкурс-розминка – обидві команди одержали відносно нескладні завдання, правильне виконання яких вимагало не стільки прояву творчих здібностей, скільки перевіряло загальну обізнаність старшокласників зі світом професій.

2. Обмін запитаннями – команди обмінювалися несподіваними запитаннями з теми, при відповіді на які дуже часто було необхідно проявляти не лише ерудицію та знання, а і творче мислення.

3. Конкурс капітанів – обрані капітани команд обмінювалися запитаннями переважно творчого характеру, у відповідях на які журі оцінювалася, насамперед, оригінальність та нешаблонність підходів.

4. Домашнє завдання – передбачало дискусію з елементами рольової гри, під час якої одна з команд грала ролі «класиків», а друга – «модерністів», що викликало найбільш помітну творчу активність та зацікавленість усіх.

3.3 Щоби показати учасникам заняття наслідки випадкового вибору професії та дати зрозуміти необхідність активних дій щодо такого вибору, ми

також провели вправу «Рука долі». Учням потрібно було на маленьких аркушах паперу записати професію, або вид діяльності, якими вони хотіли би займатися упродовж життя – записати від 1 до 3 таких видів. Потім ми перемішували всі картки й кожен випадково витягував якусь одну (як лотерейний квиток).

У ході обговорення результатів вправи ми задавали старшокласникам такі питання: «Що ви відчували, коли витягли те, що записували? А що відчували, коли витягли те, що вам не до вподоби?». Під час обговорення ми акцентували увагу на тому, що потрібно більш свідомо підходити до вибору професії. Правильний вибір професії дозволить повністю реалізувати потенціал людини, уникнути розчарувань і невпевненості у собі та у своєму майбутньому.

Акцентували увагу учасників заняття на тому, що професійний вибір вважається правильним тоді, коли: майбутня робота буде приносити радість, а не розчарування; людина оволодіє певними якостями, які необхідні для цієї роботи – інтелектуальними, фізичними, психологічними; професія користуватиметься попитом на ринку праці.

4. На завершення профорієнтаційного заняття ми провели вправу «Ціль» (10 хв.), дуже просту та водночас дуже показову. Учасникам треба було стати один за одним і намагатися попасти імпрізованою кулею з паперу в центр спектру, що був намальований на дошці.

В ході обговорення результатів заняття ми запитували усіх учасників, чи вийшло в них попасти у ціль, та як часто, які були в них при цьому відчуття, коли в них виходило й коли ні.

Крім того, на завершення заходу ми провели узагальнювальну рефлексію думок, усвідомлень і почуттів, які виникали в усіх учасників у ході профорієнтаційного заняття з елементами тренінгу.

Для закріплення ефекту проведеного заняття та посилення рефлексії над його результатами ми роздали усім учасникам короткий аналіз результатів пройдених ними раніше методик, щоби дати їм можливість ще краще зрозуміти себе, свої дійсні інтереси та свої нахили до тієї чи іншої сфери

діяльності. Крім того, було роздано відповідні методичні рекомендації учням, їх батькам і педагогам.

3.2. Психологічні рекомендації учням, батькам, вчителям і психологам для гармонізації професійного самовизначення школярів

I. Поради старшокласникам.

«Хто допомагає (і/чи заважає) обрати професію?

1. Позиція старших членів сім'ї – котрі вважають, що несуть пряму відповідальність за твоє благополуччя і тому прагнуть нав'язати свою думку. До речі, не так вже і погано, коли хто-небудь за тебе переживає і хоче допомогти, але все таки це – твоє майбутнє. Залиш за собою остаточний вибір.

2. Позиція друзів і подруг – дружні стосунки в юнацькому віці часто дуже міцні й можуть серйозно впливати на вибір професії. Але спробуйте ухвалити незалежне рішення, знову таки: це – твоє майбутнє. Для цього треба дотримуватися правила – ухвалене рішення повинне відповідати твоїм інтересам і нічийім більше!

3. Позиція фахівців – спостерігаючи за поведінкою, навчальною та позанавчальною діяльністю учнів, досвідчений психолог може знати багато такого, що приховане від непрофесійних очей. Тому, якщо у тебе виникли проблеми з вибором професії, запитай у психолога.

4. Особисті плани й уявлення про майбутню роботу. У тому числі й уявлення про передбачуваний рівень доходів. Щоби ці уявлення не були занадто «відірваними від землі», потрібно постаратися дізнатися якомога більше про свою майбутню професію. Не соромся питати, знайомся з людьми, дізнавайся про все досконально.

5. Здібності – спирайся на них не тільки за успіхами в навчанні, а і за досягненнями в найрізноманітніших видах діяльності. Не забувай також і про можливість звернутися за допомогою до психолога.

6. Рівень вимог на суспільне визнання – як би складно це не звучало, суть приблизно така: кожна людина прагне визнання, воно є винятково

важливим для особистості. І тим не менш: не кожному призначено стати знаменитим співаком, видатним політиком або лауреатом Нобелівської премії. Плануючи свій трудовий шлях, зважай на реалістичність вимог. Адже за розчарування доводиться платити дуже дорого.

7. Поінформованість – важливо подбати про те, щоби зібрані відомості про професію не виявилися спотвореними, неповними, односторонніми. Якщо професія тобі сподобалася просто тому, що «в кіно це виглядає класно», дізнайся, як ідуть справи у фахівців насправді. Можна попроситися стати учнем або асистентом професіонала. Нехай спочатку тобі дістанеться сама нецікава робота: купувати каву, виносити сміття або ввічливо посміхатися клієнтам. Тільки так ти за короткий строк дізнаєшся, як усе насправді.

Прочитавши уважно весь цей список, ти зрозумієш, що здібності й таланти людини при виборі майбутньої роботи враховуються в останню чергу. Чи правильно це? Відповідь очевидна: звичайно, ні! Постарайся звернути пильну увагу на цей важливий компонент вибору, який єдиний може принести успіх у житті – твої власні таланти та здібності.

Вирішуючи, яка професія цікавить тебе найбільше, намагайся враховувати не лише думку твоїх батьків, друзів і знайомих, а, в першу чергу, те, що подобається саме тобі. Подумай, чи міг би ти займатися цією справою день за днем, упродовж, можливо, не одного року, докладаючи максимум зусиль і старань. Адже зараз, щоби добитися успіху в житті, потрібно прагнути бути кращим у будь-якій з обраних спеціальностей.

Також ти повинен чітко визначитися: що саме ти очікуєш від майбутньої професії. Для цього необхідно врівноважити твої професійні й особисті прагнення, а також реальні потреби на ринку праці та твої запити щодо професійної самореалізації:

- обрана професія і твої життєві цінності – наприклад, чи буде вона сприяти твоєму духовному зростанню, якщо для тебе це є важливим; чи зможеш ти, наприклад, займаючись музикою, вирішувати проблеми екології, якщо це один із твоїх найголовніших життєвих пріоритетів;

- твої життєві плани й обрана професія – якщо у твоїх планах, припустимо, є бажання об'їздити весь світ, то, обравши професію педагога, ти навряд чи зможеш досягти поставленої мети. Або ти мрієш про велику сім'ю, тоді, обравши професію капітана дальнього плавання або іншу, пов'язану з тривалими відрядженнями, ти, швидше за все, не відчуватимеш себе комфортно, перебуваючи багато часу далеко від родини;

- твої назрілі сьогоденні проблеми – подумай, чи є у тебе можливість, перш за все матеріальна, вчитися на стаціонарі декілька років? Адже багато професій, наприклад лікаря, актора й інші, не припускають форми заочного навчання. Також важливо було би дізнатися наперед, де і в якому місті навчають обраній тобою спеціальності. Якщо у твої плани, з якихось причин, не входить переїзд на час навчання в інше місто, наприклад, хронічно хворіє хтось із батьків і йому постійно потрібна твоя допомога та підтримка, переглянь свої плани й підбери щось аналогічне. Можливо, з часом ти зможеш опанувати вподобану тобою спеціальність, адже зараз безліч людей здобувають і другу, і навіть подальшу освіту, чим заслуговують тільки пошани.

Реальне працевлаштування за обраною спеціальністю – вивчи ринок вакансій на сьогоднішній день та його тенденції із перспективою на час твого навчання. Чи не буде так, що, провчившись 4-5 років, віддавши масу сил і коштів, тобі доведеться або терміново перенавчатися, або погоджуватися на роботу, яка має вельми віддалене відношення до твоєї професії, або взагалі його не має. У даному випадку, швидше за все, тобі не обійтися без консультації фахівця служби зайнятості та психолога. Тільки він зможе кваліфіковано розповісти, на яке працевлаштування за твоїм фахом у даному регіоні ти реально можеш розраховувати».

II. Психологічні рекомендації психологам для індивідуальної роботи з учнями з акцентуаціями характеру.

1. Загальними вимогами індивідуального підходу при гіпертичному типі акцентуації є створення умов для прояву ініціативи такого школяра, чітке

та аргументоване визначення кола його обов'язків і меж прийнятної, дозволеної в певних ситуаціях поведінки, уникання гіперопіки, доброзичлива неавторитарна позиція дорослого, підкреслено увічлива форма спілкування, вплив через формування командної думки.

2. Загальні вимоги до індивідуального підходу до представників циклоїдного типу: стимулювання до раціонального розподілу сил, достатнього відпочинку, заходи щодо профілактики перевтомлювання; встановлення з таким школярем теплих і доброзичливих стосунків – можна, наприклад, «поговорити по душах»; здійснювати тактичне підкріплення успіхів учня; з усім тим, категорично не бажано провокувати конфлікти в період так зв. «спаду» його психіки.

3. Загальні вимоги до індивідуального підходу при лабільному типі акцентуації: створювати комфортний психологічний мікроклімат у класі та, за можливості, у сім'ї учня; надавати йому регулярні позитивні підкріплення, схвалення, заохочення; не можна виявляти навіть найменшу грубість, категоричність, жорсткість, вказувати на його реальні чи гіпотетичні погані риси, докоряти в несерйозності, навіть невербально виявляти негативне до нього ставлення; натомість необхідно демонструвати симпатію та емпатію.

4. Вимоги до індивідуального підходу до школярів з астено-невротичним типом акцентуації: виховувати в умовах піклування, любові, оптимізму, згоди та єдності вимог до нього з боку різних дорослих; здійснювати належну профілактику і лікування хронічних захворювань, які призводять до астенізації; раціональна організація режиму дня; не можна використовувати жартівливо-насмішливу «стимуляцію» такого типу.

5. Вимоги до індивідуального підходу до школяра із сензитивним типом акцентуації: намагатися встановити довірливий контакт з таким учнем, відповідні взаємостосунки з ним; створювати належні умови для самореалізації у цікавих саме для кожного конкретного старшокласника видах діяльності, сприяючи розвитку його чи її загальних і спеціальних здібностей; з усім тим, не забувати і про можливість та достатній час для спілкування.

6. Вимоги індивідуального підходу до тривожно-педантичного типу: у такої дитини необхідно формувати оптимістичні настановлення, розвивати її емоційність, образність, уяву; створювати умови для підвищення самооцінки через позитивне співробітництво з дорослим; формувати уміння виокремлювати головне і не тривожитися через кожні дрібниці, знижувати почуття сорому та провини.

7. Вимоги індивідуального підходу до інтровертованого типу: включення у певну групу (навчальну, туристичну тощо) лише за згодою самого школяра; його необхідно навчати адекватно висловлювати свої почуття і водночас розуміти почуття інших людей, формувати уміння спілкуватися; назагал важливо пам'ятати, що інтровертований учень при самостійній роботі швидше досягне поставлених цілей, аніж у контексті групової.

8. Вимоги індивідуального підходу до збудливого типу: необхідно стимулювати розвиток навичок саморегуляції та самоконтролю, уміння відмовлятися від нерозумних бажань, які приносять шкоду не тільки іншим, а і самому такому акцентанту; доцільно залучати школяра до взаємодії зі значущими для нього дорослими на досягнення певної спільної привабливої мети; позиція дорослого при цьому – всіма доступними засобами не провокувати конфліктів.

9. Вимоги індивідуального підходу до демонстративного типу: створення оптимальних умов для розвитку його загальних і спеціальних здібностей; важливо дотримуватися принципу об'єктивного ставлення до успіхів такого школяра; правило вибіркової уваги, коли дорослий підкріплює своєю увагою тільки позитивні реакції поведінки, намагаючись ігнорувати рецидиви демонстративності.

10. Вимоги індивідуального підходу до нестійкого типу: необхідно встановити в міру можливості максимальний контроль за поведінкою такого школяра, але не принижуючи при цьому особистісної гідності, чітко регламентувати його навчальну і позанавчальну, позашкільну діяльність, дозвілля, стимулювати дотримуватися режиму дня, виключаючи можливості

появи неструктурованого і неконтрольованого так зв. «вільного часу»; стимулювати ініціативу і надавати нескладні, але різні та цікаві завдання; також важливо підштовхувати до осмислення неминучості покарання за ймовірні погані вчинки.

Отже, загальні засади індивідуального психологічного підходу до представника будь-якого типу акцентуації характеру: скорегувати, в міру можливості зменшити відповідні акцентовані риси характеру, а те, що залишатиметься, спрямувати у продуктивне, позитивне річище активностей, у тому числі, пов'язаних із професійним самовизначенням людини. При цьому важливо пам'ятати, що все це вимагає чимало часу, витримки, відповідальності та фаховості, а особливо від психолога.

Висновки до 3 розділу

1. Профорієнтаційна діяльність у сучасній школі проводиться через комплекс профорієнтаційних заходів, що включають: професійну інформацію – документовані або публічно оголошувані відомості про трудову діяльність та її роль у професійному самовизначенні особистості; інформацію про стан, потребу і динаміку сучасного ринку праці; можливості професійно-кваліфікаційного зростання та побудови професійної кар'єри й ін.; професійну консультацію – організовану взаємодію практичного психолога та школяра, спрямовану на оптимізацію професійного самовизначення на основі виявлення й опису індивідуально-психологічних характеристик та з урахуванням потреб сучасного ринку праці; професійну діагностику – вивчення характерних особливостей особистості, її професійної спрямованості, рис характеру, темпераменту, стану здоров'я тощо.

2. За результатами проведеного теоретичного аналізу й емпіричного дослідження, ми розробили профорієнтаційне заняття з елементами тренінгу на тему «Моє місце у світі професій» для учнів старших класів та провели його зі старшокласниками. Метою заняття була активізація процесів професійного самовизначення учнів старших класів. Завданнями стали: привернути увагу

учнів до питання важливості вибору професії, навчити їх бачити свої реальні перспективи й можливості, нести особисту відповідальність за своє майбутнє, розвивати вміння планувати й досягати поставлених професійних цілей.

3. На початку заняття було використано метод брейнстормінгу та обговорено правила групової роботи. В ході практичної роботи ми використали низку активізувальних профорієнтаційних вправ, завдань та ігор. Зокрема, було проведено КВК на тему «Світ сучасних професій» – гра, яка по-особливому активізувала учасників та учасниць. Такий інтерес укотре переконав нас у тому, що ознайомлення зі світом професій навіть у старших класах школи варто проводити не в «повчальній» манері уроку, а у формі гри. На завершення заняття ми провели узагальнювальну рефлексію думок, усвідомлень і почуттів, які виникали в ході заняття, а також роздали психологічні рекомендації для учнів, учителів і психологів. Рекомендації власне для психологів включали в себе поради та правила індивідуального підходу при взаємодії з учнями з різними акцентуаціями характеру.

ВИСНОВКИ

Здійснене нами теоретичне й емпіричне дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення особистості старшокласника в його взаємозв'язку з акцентуаціями характеру дає змогу зробити наступні важливі висновки:

1. Професійне самовизначення є одним із найважливіших складових життєвого, особистісного самовизначення людини назагал та, зокрема, комплексною психологічною проблемою. Воно передбачає більш або менш свідомий вибір професії суб'єктом життєдіяльності, але не обмежується власне лише цим вибором. Професійне самовизначення – це комплексна і непроста медико-фізіологічна, психолого-педагогічна, а також суспільно-історична проблема. Адже результати професійного самовизначення, врешті-решт, позначаються не тільки на індивідуальному розвитку та благополуччі, а й на становленні та добробуті усієї країни.

Професійне самовизначення, в ідеалі, повинне корелювати як з поточними запитами держави та ринку праці, так і з індивідуально-психологічними рисами, якостями, здібностями самої особистості. Його сутність полягає, отже, в усвідомленні особистістю як цих зовнішніх вимог і запитів, з одного боку, так і власного внутрішнього світу через самопізнання і саморозуміння. Серед таких індивідуальних якостей та рис, які необхідно враховувати та знати – це риси характеру, зокрема, його акцентуації.

2. Характер у психології визначається як сукупність відносно стабільних індивідуальних особливостей особистості, які визначають типові способи поведінки людини в типових ситуаціях. В окремих випадках, у деяких людей певні з таких рис виявляються настільки яскраво, що їх носії стають по-своєму «особливими», а ці риси – «загостреними». Така загостреність, своєю чергою, виявляється у певних ситуаціях, що вказує на акцентуацію відповідної риси характеру. Вона розглядається, отже, як крайній варіант норми, який може провокувати подеколи певний розлад, хоча й не завжди.

3. У нашій роботі ми підкреслюємо вагому роль впливу акцентуацій характеру на професійне самовизначення учнів. Вибір майбутньої професії значною мірою залежить і від належності учня до певного соціально-демографічного прошарку населення, зокрема, від його гендеру. Виходячи з цього, у дослідженні психологічної ролі проявів акцентуацій характеру в процесі професійного самовизначення старшокласників, ми вирішили порівняти, чи відрізняються професійні інтереси в учнів із гіпертимними та дистимними такими акцентуаціями, а також у старшокласників чоловічої та жіночої статей.

За отриманими емпіричними результатами констатовано наступне: в учнів із дистимними акцентуаціями характеру найсильніше виражена схильність до роботи на виробництві та до екстремальних видів діяльності. А в учнів із гіпертимними акцентуаціями ці схильності, навпаки, слабо розвинені; проте у них добре розвинені схильності до роботи з людьми, дослідницької діяльності, естетичних видів діяльності та планово-економічних видів діяльності. Також, порівнюючи результати учнів-«дистиміків» та учнів-«гіпертиміків», ми виявили, що найбільший інтерес у старшокласників із дистимними акцентуаціями характеру проявляється всього лише до двох видів діяльності: до радіотехніки й електроніки, а також до спорту та військової справи, тоді як в учнів із гіпертимними проявами – до значно більшого кола спеціалізацій: фізики й математики, літератури та мистецтва, історії та політики, педагогіки й медицини, підприємництва і домогосподарства, також до спорту та військової справи.

Згідно з гендерним розподілом емпіричних даних, у старшокласників-хлопців найбільшою мірою виражений нахил до роботи на виробництві та до екстремальних видів діяльності. Найбільшою мірою не виражений у них нахил до роботи з людьми. У старшокласниць, на відміну від старшокласників, найбільшою мірою виражений нахил до роботи з людьми та до естетичних видів діяльності. Натомість найбільшою мірою не виражений у них нахил до екстремальних видів діяльності.

4. Реалізація успішного та ефективного професійного самовизначення потребує створення оптимальних психолого-педагогічних умов для активізації відповідних процесів. На основі аналізу спеціальної психологічної літератури та досвіду практичної роботи у сучасних школах, можна зробити висновок про те, що найбільш адекватним підходом до надання реальної допомоги старшокласникам у період їх професійно-особистісного самовизначення є використання активних методів профорієнтаційної роботи. Метою-орієнтиром відповідного психологічного супроводу особистості є створення внутрішніх умов дійсно свідомого професійного самовизначення, ознайомлення із сучасними професіями та їхніми характеристиками, а також із вимогами кожної конкретної професії до якостей особистості.

Ми розробили й апробували профорієнтаційне заняття з елементами тренінгу на тему «Моє місце у світі професій» для учнів старших класів. Зокрема, в ході його практичної частини було використано низку активізувальних профорієнтаційних вправ та ігор. Дане заняття отримало схвалення практичного психолога загальноосвітньої школи й надалі може використовуватися фахівцями у процесі профорієнтаційної роботи з учнями старших класів – для допомоги їм краще розібратися у своїх інтересах і потребах, що сприяє успішному професійному самовизначенню. Також ми розробили, систематизували й роздали методичні рекомендації – окремо для учнів, батьків, вчителів і психологів, для підтримки й активізації процесу професійного самовизначення школярів.

Отже, вдосконалення профорієнтаційної роботи зі старшокласниками повинно відбуватись на основі виявлення їх реальних професійних інтересів, нахилів, здібностей та із врахуванням попиту сучасного ринку праці у кваліфікованих кадрах. Тому надзвичайно актуальною є подальша розробка й удосконалення психологічних методів діагностики тих властивостей та функцій особистості, які відіграють суттєву роль у формуванні стійких професійних інтересів старшокласників, зокрема, їх акцентуацій характеру, що, за даними нашого емпіричного дослідження, є доволі поширеними.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акцентуації характеру учнів та студентів сучасних навчальних закладів різних типів у контексті стресостійкості / О. Тимощук та ін. *International Academy Journal Web of Scholar*. 2019. № 4(34). С. 26–31.
2. Балл Г. Психолого-педагогічні засади професійної орієнтації школярів. *Психолог*. 2004. № 8. С. 2–11.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: В 2-х кн. К.: Либідь, 2003. Книга 1. 278 с.; Книга 2. 342 с.
4. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Акцентуації характеру особистості керівника. *Психологія і особистість*. 2016. № 2(2). С. 189–198.
5. Бужинська С. М., Кривошей К. Ю., Джаббарова Л. В. Особливості взаємозв'язку акцентуацій характеру із захисними механізмами психіки у процесі професіоналізації студентів-психологів. *Габітус*. 2022. Вип. 33. С. 41–45.
6. Булгакова О. Ю., Азаркіна О. В. Рефлексивний портрет педагога з гіпертимною акцентуацією характеру. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія Психологія*. 2020. № 4. С. 191–195.
7. Варій М. Й. Психологія особистості: Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
8. Вачевський М. В. Підготовка молоді до вибору професії в сучасних умовах. *Молодь і ринок*. 2002. №1. С. 72–75.
9. Вікова та педагогічна психологія: навч. посібник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. К.: Просвіта, 2018. 416 с.
10. Вірна Ж. П. Професійна ідентифікація: побудова і валідація тесту кольорових відношень (для діагностики усвідомлення професійного образу). *Практична психологія та соціальна робота*. 2002. № 3. С. 8–13.

- 11.Вітковська О. І. Дослідження психологічних факторів професійного самовизначення особистості в професійній консультації. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*. 2002. Випуск 1 (5). С. 141–147.
- 12.Вітковська О. І. Професійне самовизначення як життєва проблема особистості. *Педагогіка і психологія*. 1998. № 3. С. 171–179.
- 13.Власко Т. Своя справа: вибір професії. *Психолог*. 2008. № 17. С. 11–17.
- 14.Гірняк А. Н., Гірняк Г. С. Формовияви девіантної поведінки у сучасних молодіжних субкультурах та їх соціально-психологічний аналіз. *Психологія і суспільство*. 2023. № 1. С. 199–204.
- 15.Головкін Б. М. Акцентуації характеру. *Вісник Асоціації кримінального права України*. 2017. Вип. 1. С. 289–291.
- 16.Гончарова Н. О. Методика профконсультативного тренінгу з орієнтації учнів 7-9 класів на майбутню професію. *Імідж сучасного педагога*. 2005. № 5. С. 26–28.
- 17.Гончарова Н. О. Основи професійної орієнтації: Навч. посібник / За ред. В. Ф. Моргуна. К.: Видавничий Дім «Слово», 2010. 168 с.
- 18.Гуляс І. А. Життєва перспектива особистості як предмет теоретико-методологічного аналізу. *Проблеми сучасної психології*. 2011. Вип. 12. С. 315–324.
- 19.Джура О. Д. Взаємозв'язок основних факторів професійного самовизначення особистості. *Мультиверсум. Філософський альманах*. Випуск 33. К.: Український центр духовної культури. 2003. С. 11–19.
- 20.Джура О. Д. Теоретико-методологічні проблеми дослідження процесу професійного самовизначення особистості. *Вища освіта України. Теоретичний і науково-методичний часопис*. 2003, № 4. К.: Інститут вищої освіти АПН України. С. 32–40.
- 21.Дубровіна Е. А. Особливості адаптації до умов професійної діяльності військовослужбовців з різним типом акцентуації характеру. *Нотатки сучасної науки*. 2023. № 5. С. 13–14.

22.Дубчак Г. М. Акцентуації характеру в контексті стресостійкості особистості. Технології розвитку інтелекту. 2016. Т. 2, Вип. 2. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_2_4

23.Єльчанінова Т. М., Жванія Т. В., Бабкіна Д. В. Захисні механізми акцентуєваних особистостей. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2020. Вип. 62. С. 123–143.

24.Журба К. С., Кріпак В. В. Теоретичний аналіз проблеми акцентуацій характеру. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Вип. 9. С. 19–24.

25.Запухляк О.З. Блок-тест акцентуацій характеру як нова авторська методика. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. К., 2006. Т. 7, вип. 7. С. 110–120.

26.Козуб Ю., Бурдун В. Сучасні проблеми трудового виховання старшокласників і формування в них позитивного ставлення до продуктивної праці. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: Зб. наук. пр.* Вип. 6. К.–Вінниця, 2004. С. 14–18.

27.Корнієнко О. І. Професійні орієнтації в системі життєвих стратегій старшокласника. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000, № 5. С. 35–38.

28.Костюк Г. С. Роль професійного самовизначення в формуванні особистості / В кн.: Проф. орієнтація учнів. Упор. З. С. Нечипорук. Київ, 1981. С. 17–26.

29.Котик І. О. Роль рефлексії у формуванні готовності до вибору професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006, № 3. С. 67–71.

30.Кравченко Т. В. Образ майбутнього як фактор особистісного самовизначення старшокласників. *Збірник наукових праць*. 2011. Вип. 15. Ч. 1. С. 36–44.

31.Круцевич Т., Марченко О. Особливості впливу психологічних характеристик юнаків і дівчат різних вікових груп на формування потреби у досягненні успіху. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 4. С. 25–31.

32.Кулікова С. Активізація старшокласників у процесі підготовки до професійного самовизначення. *Психологія: Зб. наукових праць*. Вип. 3. К., 1999. С. 136–142.

33.Лазарук А. Ф. Феноменологія самовизначення особи: базові теоретичні підходи у психології. *Психологія і суспільство*. 2024. № 1. С. 131–148.

34.Левус Н., Ткачук Е. Схильність осіб з різними акцентуаціями характеру до певного стилю поведінки у конфлікті. *Молодий вчений*. 2021. № 8 (96). С. 25–29.

35.Леонгард К. Акцентуйовані особистості. К. [Пер. з нім., передмова і ред. Блейхера В.М.]. 2-е вид. стер К.: Виш. шк.; головне видавництво, 1989. 375 с.

36.Массанов А. В. Професійне самовизначення і психологічні бар'єри особистості. *Наука і освіта*. 2002. № 5. С. 39–42.

37.Массанов А. В. Психологічні бар'єри в професійному самовизначенні особистості: монографія. Одеса: Видавець М. П. Черкасов, 2010. 371 с.

38.Мельничук М. М., Рева М. М. Адаптація до умов професійної діяльності військовослужбовців із різним типом акцентуацій характеру. *Молодий вчений*. 2022. № 5. С. 65–67.

39.Мерзлякова О. Профорієнтація у сучасній школі. *Психолог*. 2011. № 4. С. 18–20.

40.Мірошніченко О. А. Дослідження психологічних особливостей характеру зимівників українських антарктичних експедицій. *Український антарктичний журнал*. 2013. № 12. С. 300–306.

41. Мірошніченко О., Гуцуляк О. Роль акцентуації характеру в адаптації особистості до екстремальних умов життєдіяльності. *Наука і освіта*. 2020. № 3. С. 26–32.
42. Михалевська Н., Тригук О. Вибір професії, або задача з багатьма невідомими. *Психолог*. 2004. № 45. С. 18–22.
43. Михлюк Е. І. Формування професійно обумовлених акцентуацій особистості у працівників державних служб України з надзвичайних ситуацій в процесі професіогенезу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 5. С. 43–50.
44. Невмержицька О.М. Роль професійного самовизначення у формуванні Я-образу в ранньому юнацькому віці. *Соціально-гуманітарний вісник*. 2020. Вип. 36. С. 23–25.
45. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.: Підручник. К.: Либідь, 2001. 678 с.
46. Павлютенков Е. М. Профорієнтація учнів. К.: Наука, 1983. 152 с.
47. Панок В. Г., Рудь Г. В. Психологія життєвого шляху особистості: Монографія. К.: Ніка-Центр, 2006. 280 с.
48. Педагогічне управління професійним самовизначенням учнівської молоді: Посібник / За ред. М. П. Тиценка. К.: Либідь, 2001. 152 с.
49. Педагогічні засоби підготовки старшокласників до професійного самовизначення в умовах профільного навчання / Д. О. Закатнов, О. В. Мельник, О. В. Осипов, О. Л. Морін та ін. К.: ПІВ АПН України, 2005. 215 с.
50. Піговська С. Особливості професійного самовизначення учнів. *Психолог*. 2011. № 14-15. С. 55–60.
51. Підготовка особистості до професійного навчання і праці (психолого-педагогічні основи): навчально-методичний посібник / За ред. Г. О. Балла, П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки. К.: Наукова думка, 2000. 188 с.

52.Потапчук Л. В. Активізація старшокласників у професійному самовизначенні. *Збірник наукових праць НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. Психологія*. Вип. 2 (9). К., 2000. С. 212–217.

53.Потапчук Л. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. *Проблеми педагогічних технологій: Зб. наук. праць ВДУ імені Лесі Українки*. Вип 4. Луцьк, 1999. С. 33–37.

54.Практикум з психології менеджменту та професійної діяльності: навчальний посібник / Под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитрієвої, В. М. Снеткова. СПб.: Речь, 2013. 448 с.

55.Професійна діагностика / Упорядник Т. Гончаренко. К.: Ред. загальнопед. газ., 2004. 120 с.

56.Професійна орієнтація старшокласників: теорія і практика: науково-методичний посібник (для пед. працівників) / За ред. О. В. Мельника. К.: «Четверта хвиля», 2009. 223 с.

57.Профорієнтаційна робота психолога / Упоряд. Т. Гончаренко. К.: Шк. світ, 2007. 128 с.

58.Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / Під кер. канд. псих. наук В. Б. Шапаря. Харків: Фоліо, 2009. 658 с.

59.Радчук Г. К. Особистісне та професійне самовизначення як чинник професійного становлення особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. Вип. 5. С. 47–56.

60.Рєпнова Т. Психологічне дослідження в системі профільного навчання. *Психолог*. 2006. № 1. С. 5–11.

61.Ришовська С. Вибір професії – крок до життєвого успіху. *Психолог*. 2004. № 45. С. 15–17.

62.Савчин М. Загальна психологія. К.: ВЦ «Академія», 2020. 344 с.

63.Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посібник. К.: Академвидав, 2016. 360 с.

64. Сапельнікова Т., Казарова Г. Вплив індивідуально-особистісних якостей на професійне самовизначення старшокласників. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2022. Вип. 12. С. 115–122.
65. Сарібіатов О. Особистий план професійного самовизначення учнів. *Психолог*. 2004. № 35. С. 22–24.
66. Світлична Н. Психологічний супровід професійного самовизначення старшокласників. *Психолог*. 2009. № 17. С. 15–18.
67. Северіна Л. До проблеми профорієнтації. *Психолог*. 2010. № 12. С. 19–20.
68. Ситнік С. В. Акцентуація характеру у структурі детермінант міжособистісних стосунків. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка». Серія «Психологія». Серія «Медицина»*. 2024. № 4. С. 1037–1049.
69. Сорока Т. П. Трудова підготовка школярів в контексті глобалізації. *Проблеми і перспективи наук в умовах глобалізації: Матеріали II Всеукраїнської наукової конференції (7 листопада 2006 р.)*. Тернопіль: Тернопільський нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка, 2006. С. 99–101.
70. Терлецька Л., Чистякова А. Взаємозв'язок між характером і соціально-психологічною адаптацією особистості до навчання у ЗВО. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: психологія*. 2020. Вип. 2. С. 115–119.
71. Титаренко Т. М., Панок В. М. Старший шкільний вік: рефлексія, самовизначення, вибір професії, життєві плани / В кн.: *Основи практичної психології: Підручник*. К.: Либідь, 2001. С. 440–446.
72. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник. К.: Академвидав, 2016. 548 с.
73. Фурман А. А. Аксіопсихологічні засновки смисложиттєвих орієнтацій особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 4. С. 19–25.

74.Хлєстова С. С. Сучасні підходи до трактування поняття «професійне самовизначення». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2022. № 83. С. 62–65.

75.Чорна І. М. Основні принципи організації профорієнтаційної роботи в школі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2014. Вип. 45. С. 219–225.

76.Чорна І. Психологічні особливості професійного самовизначення школярів. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2022. Вип. 12. С. 157–163.

77.Чхаїдзе А. О., Цілінко І. О. Особливості прояву любові у осіб з різними типами акцентуацій. *Психологічний часопис*. 2019. № 3. С. 26–41.

78.Шандрук С., Демків В. Психодіагностика мотивації вибору професії та задоволення базових потреб у роботі дизайнера. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія: Психологія*. 2021. Вип. 64. С. 216–236.

79.Шевенко А. М. Методичне забезпечення відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю. *Метод. рекомендації*. К., 2016. 157 с.

80.Шепелєва Г. А. Акцентуації характеру в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Вип. 9. С. 143–146.

81.Яблонко В. Я. Психолого-педагогічні основи формування особистості: навч. посібник для студентів ВНЗ. К.: Центр учбової літератури, 2008. 257 с.

82.Як допомогти підлітку з «важким» характером. *Шкільний світ*. 1999. № 13–14. С. 12–19.

83.Stanibula S. O. Peculiarities of coping strategies within people with various type of accentuation of character. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. Острог: Вид-во НаУОА, 2020. № 11. С. 77–81.

ДОДАТКИ ДОДАТОК А

І. Анкета-оцінка готовності до професійного самовизначення (Б. О. Федоришин)

Мета: визначення готовності старшокласників до самовизначення

1. Чи вибрали Ви свою майбутню професію?

1. Так 2. Ні

2. Звідки Вам стало відомо про дану професію?

1. Від друзів 2. Із засобів масової інформації 3. Від родичів 4. У школі

3. Ваше ставлення до вибраної професії?

1. Зовсім не подобається
2. Не подобається
3. Скоріше не подобається, ніж подобається
4. Важко відповісти
5. Скоріше подобається, ніж не подобається
6. Подобається
7. Дуже подобається

4. Чи готуєте Ви себе до вибраної професії?

1. Не готую
2. Виробляю в собі професійно важливі якості
3. Читаю відповідну літературу
4. Займаюся у гуртку, секції

5. Пробували Ви працювати по даній професії?

1. Ні 2. Так

6. Як Вам сподобалася перша «проба сил»?

1. Я розчарований 2. Так собі 3. Непогано 4. Я у захваті

7. Чи вважаєте Ви, що підходите для даної професії?

1. Ні 2. Не знаю 3. Так.

8. Чи готові Ви подолати серйозні перешкоди, щоб опанувати дану професію?

1. Ні 2. Не знаю 3. Так.

9. Чи вважаєте Ви, що якщо позбудетеся можливості працювати по даній професії, то життя втратить для Вас сенс?

1. Ні 2. Не знаю 3. Так.

10. Чи здатні Ви ризикнути заради улюбленої справи, навіть якщо шанси не на вашу користь?

1. Ні 2. Не знаю 3. Так.

11. Чи готові Ви довго й копітко працювати для оволодіння улюбленою справою?

1. Ні 2. Не знаю 3. Так

12. Чи впевнені Ви, що в майбутньому працюватимете за обраною професією?

1. Впевнений 2. Не впевнений

13. Як Ви думаєте, чи зміниться Ваш вибір професії до часу закінчення школи?

1. Зміниться 2. Важко сказати 3. Не зміниться

ДОДАТОК Б

II. ОПИТУВАЛЬНИК ПРОФЕСІЙНИХ СХИЛЬНОСТЕЙ Л. ЙОВАЙШИ

Мета: Методика спрямована на виявлення схильностей осіб, котрі вчаться, до різних сфер професійної діяльності: роботі з людьми, практичної, інтелектуальної, естетичної, планово-економічної або екстремальної.

Інструкція: Закінчить вислови, обравши один із варіантів – «а», «б» або «в» - й обвівши відповідну букву в бланку напроти номера питання.

Текст питальника

1. Мені хотілося б у своїй професійній діяльності:

- а) спілкуватися із різними людьми;
- б) що-небудь робити своїми руками – меблі, машини, одяг і т. д.;
- в) знімати фільми, малювати, писати книги, виступати на сцені й т. д.;

2. У книзі або кінофільмі мене найбільше приваблює:

- а) художня форма, майстерність письменника або режисера;
- б) сюжет, дії героїв;
- в) інформація, яка може згодитися у житті.

3. Мене більше обрадує Нобелівська премія:

- а) у сфері науки;
- б) за громадську діяльність;
- в) у сфері мистецтва.

4. Я швидше погоджуся стати:

- а) керівником банку;
- б) головним інженером на виробництві;
- в) начальником експедиції.

5. Майбутнє людей визначає:

- а) досягнення науки;
- б) розвиток виробництва;
- в) взаєморозуміння між людьми.

6. На місці директора школи я, передусім, займуся:

- а) її впорядкуванням (їдальня, спортзал, комп'ютери);
- б) створенням дружного, згуртованого колективу;
- в) розробкою нових технологій навчання.

7. На технічній виставці мене більше приваблюватиме:

- а) зовнішній вигляд експонатів (колір, форма);
- б) внутрішній устрій експонатів;
- в) їх практичне застосування.

8. У людях я ціную, передусім:

- а) мужність, сміливість, витривалість;
- б) дружелюбність, чуйність, добродушність;
- в) відповідальність, чесність, акуратність.

9. У вільний від роботи час я буду:

- а) писати вірші або малювати;
 - б) ставити різні досліди;
 - в) тренуватися.
10. У закордонних поїздках мене більше приваблюватиме:
- а) екстремальний туризм (альпінізм, віндсерфінг, горні лижі);
 - б) ділове спілкування;
 - в) можливість знайомства з історією і культурою іншої країни.
11. Мені цікаво розмовляти:
- а) про машину нового типу;
 - б) про нову наукову теорію;
 - в) про людські взаємини.
12. Якби в моїй школі були всього три гуртки, я б обрав:
- а) технічний;
 - б) музичний;
 - в) спортивний.
13. У школі більше уваги треба приділяти:
- а) покращенню взаєморозуміння між учителями й учнями;
 - б) підтримці здоров'я учнів, заняттям спортом;
 - в) зміцненню дисципліни.
14. Я з великим інтересом дивлюся:
- а) науково-популярні фільми;
 - б) програми про культуру і мистецтво;
 - в) спортивні програми.
15. Мені було би цікаво працювати:
- а) з машинами, механізмами;
 - б) з об'єктами природи;
 - в) з дітьми або однолітками.
16. Школа в першу чергу повинна:
- а) давати знання й уміння;
 - б) вчити спілкуванню з іншими людьми;
 - в) навчати навичкам роботи.
17. Кожна людина повинна:
- а) вести здоровий спосіб життя;
 - б) мати можливість займатися творчістю;
 - в) мати зручні побутові умови.
18. Для благополуччя суспільства в першу чергу необхідне:
- а) захист інтересів і прав громадян;
 - б) турбота про матеріальне благополуччя людей;
 - в) наука і технічний прогрес.
19. Мені найбільше подобаються уроки:
- а) фізкультури;
 - б) математики;
 - в) праці.
20. Мені цікавіше було би:
- а) планувати виробництво продукції;

- б) виготовляти вироби;
 - в) займатися збутом продукції.
21. Я вважаю за краще читати статті:
- а) про визначних учених та їх відкриття;
 - б) про творчість митців і музикантів;
 - в) про цікаві винаходи.
22. Вільний час я більш охоче проводжу:
- а) роблячи що-небудь по господарству;
 - б) із книгою;
 - в) на виставках і концертах.
23. Більший інтерес у мене викличе повідомлення:
- а) про художню виставку;
 - б) про ситуацію на фондових біржах;
 - в) про наукове відкриття.
24. Я вважаю за краще працювати:
- а) у приміщенні, де багато людей;
 - б) у незвичайних умовах;
 - в) у звичайному кабінеті.

Обробка і аналіз результатів:

Після заповнення бланка учні повинні підрахувати число обведених букв в кожній із шести колонок бланка та записати ці шість чисел у порожніх клітинках нижньої строки.

- 10 – 12 балів – яскраво виражені професійні нахили.
- 7 – 9 балів – середньо виражені професійні нахили.
- 4 – 6 балів – слабо виражені професійні нахили.
- 0 – 3 бали – професійна схильність не виражена.

ДОДАТОК В

III. Орієнтаційно-діагностична анкета інтересів (ОДАНІ-2)

(створена С. Я. Карпіловською і Б. О. Федоришиним)

Інструкція: Уважно прочитайте кожне запитання та усвідомте, про що в ньому йдеться. Свою відповідь проставте у клітинці цього бланку. При цьому потрібно стежити, щоб номер клітинки збігався з номером запитання. Таким чином почергово дайте відповіді на всі запитання.

Якщо Вам дуже подобається робити те, про що йдеться у запитанні, то поставте у відповідній клітинці два плюси (++), а якщо просто подобається — то один плюс (+). Може статися так, що Ви ніяк не можете визначити, чи подобається Вам це робити, чи ні. Тоді поставте у відповідну клітинку нуль (0). Коли ж Ви визначили, що вам зовсім не подобається робити те, про що йдеться у запитанні, то у відповідній клітинці поставте один мінус (-), а коли це Вам дуже не подобається, то два мінуси (- -). Якщо на якесь запитання у Вас виникне одразу дві протилежні відповіді, або відповідь, що залежить від якоїсь додаткової умови. Наприклад: «Якби це було вдома, то мені подобається, а якщо в іншому місці, то зовсім не подобається». У такому разі самостійно і швидко визначте самі, яка з цих позначок — плюс, мінус чи нуль — є, на Вашу думку, найближчою до істини, і її поставте у відповідну клітинку.

Коли відповісте на всі запитання, підрахуйте, будь ласка, скільки всього плюсів і мінусів Ви поставили у кожній вертикальній колонці і запишіть результати внизу під кожною колонкою. На нулі не звертайте уваги, їх підраховувати не потрібно. Якщо зрозуміли завдання, то починайте роботу.

Бланк запитань:

Чи подобається Вам?

1. Читати популярну літературу з фізики.
2. Читати популярні нариси, статті або книжки з математики.
3. Читати науково-популярні журнали, статті з радіотехніки.
4. Читати науково-популярні технічні журнали і статті.
5. Читати науково-популярну літературу з хімії.
6. Читати літературу про рослини або про тварин.
7. Читати популярні статті, нариси з медичних питань.
8. Читати літературу з географії.
9. Читати літературу про історичні події або про відомих історичних діячів.
10. Читати твори класиків світової художньої літератури.
11. Читати літературу з питань мистецтва.
12. Читати літературу з питань педагогіки (про роботу школи, вчителя, вихователя тощо).
13. Читати літературу з питань філософії або психології.
14. Читати літературу (статті, нариси) з питань економіки або фінансів.

15. Читати літературу з питань кулінарії або моделювання одягу, або ведення домашнього господарства.
16. Читати літературу з військової тематики.
17. Читати нариси або статті, або книжки з питань спорту.
18. Вивчати фізичні явища, знайомитися з відкриттями в галузі фізики.
19. Знайомитися з науковими розробками в математиці.
20. Знайомитися з принциповими схемами радіотелевізійної або автоматичної апаратури.
21. Знайомитися з новинами техніки.
22. Знайомитися з питаннями хімічного виробництва або експериментальної хімії.
23. Знайомитися з питаннями біології рослинного або тваринного світу.
24. Знайомитися з питаннями анатомії і фізіології людини.
25. Знайомитися з питаннями географічних або геологічних, або археологічних досліджень.
26. Знайомитися з питаннями історії розвитку різних народів і держав.
27. Знайомитися з роботами літературної критики.
28. Відвідувати театральні вистави або концерти, або художні виставки.
29. Знайомитись із новими досягненнями (новими методами) педагогічної праці.
30. Знайомитись із новими оригінальними філософськими або психологічними концепціями, теоріями.
31. Знайомитись із рекламно-довідковими матеріалами з нової техніки або побутових товарів.
32. Знайомитись із довідками і різними порадами щодо ремонту домашньої техніки, меблів, одягу, виготовлення саморобок або про будь-яку іншу ручну працю для дому.
33. Знайомитись із військовою технікою.
34. Спостерігати спортивні змагання.
35. Проводити досліди з фізики.
36. Розв'язувати математичні задачі.
37. Розбиратися в будові радіотехнічної або електричної, або електронної апаратури.
38. Розбиратися в технічних схемах або кресленнях.
39. Проводити досліди з хімії.
40. Працювати в саду або па городі, або на фермі.
41. Знайомитись із причинами виникнення різних захворювань.
42. Збирати географічні нотатки, схеми, карти або якісь експонати (геологічні, археологічні).
43. Обговорювати політичні події в країні або за кордоном.
44. Вивчати мову (іноземну або рідну).
45. Співати або грати на музичному інструменті, або малювати, або займатись будь-яким іншим видом мистецької діяльності.
46. Піклуватися про малих дітей.
47. Знайомитися з новими теоріями загальної або практичної психології.

48. Стежити за змінами валютних обмінних курсів.
49. Піклуватися про порядок і комфорт у своєму домі.
50. Брати участь у військовій підготовці".
51. Брати участь у спортивних іграх.
52. Працювати у фізичному гуртку або займатися самоосвітою з фізики.
53. Працювати у математичному гуртку або займатися самоосвітою з математики.
54. Ремонтувати або налагоджувати радіотехнічну або електронну апаратуру, або електроприлади.
55. Скласти або ремонтувати різні технічні механізми або пристрої.
56. Працювати у хімічному гуртку або займатися самоосвітою з хімії.
57. Працювати у біологічному гуртку або займатися самоосвітою з біології.
58. Доглядати за хворими.
59. Працювати з географічними картами.
60. Ознайомлюватися з історичними пам'ятками культури різних народів.
61. Вести свій особистий щоденник або в письмовій формі викладати свої спостереження, думки.
62. Брати участь у роботі гуртка або студії художньої самодіяльності.
63. Обговорювати питання педагогічної роботи.
64. Вишукувати (визначати) можливості застосування рекомендацій психологічної або філософської науки в житті людей.
65. Давати поради людям (товаришам, родичам або добрим знайомим) щодо вигідного вкладання грошей у приватні або державні заходи.
66. Надавати людям різні побутові послуги.
67. Брати участь у військових іграх або походах.
68. Брати участь у спортивних змаганнях.
69. Брати участь у конкурсах з фізики.
70. Брати участь у конкурсах з математики.
71. Скласти або ремонтувати радіотехнічні прилади.
72. Робити технічні моделі (літаки, автомобілі або якісь інші конструкції).
73. Брати участь у конкурсах з хімії.
74. Брати участь у конкурсах з біології.
75. Знайомитися з роботою медичного працівника.
76. Користуватися маршрутними схемами або географічними картами.
77. Брати участь у роботі історичного гуртка або самостійно займатися питаннями історії.
78. Брати участь у роботі літературного або лінгвістичного (мовного) гуртка або самостійно займатися проблемними питаннями літератури чи мови.
79. Грати на музичних інструментах або малювати, або займатися різьбленням чи якоюсь іншою творчою практичною діяльністю.
80. Замінювати вчителя в якому-небудь з молодших класів, якщо в цьому виникає потреба.

81. Формулювати (визначати) свої власні погляди на життєві проблеми або на поведінку людей з позицій філософської або психологічної науки.

82. Розраховувати, передбачати, прогнозувати можливості вигідного інвестування (вкладання) грошей у перспективні заходи або вкладання своєї власної праці в такі ж заходи з метою матеріальної або духовної вигоди.

83. Піклуватися про сімейний бюджет (його можливе підвищення або раціональне використання).

84. Брати участь у організації військових тренувань або ігор, або походів.

85. Брати участь у роботі спортивної секції або спортивної школи, або спортивного гуртка, або самостійно займатися спортом.

86. Виступати з інформаційними повідомленнями про нові досягнення у фізиці або про цікаві фізичні явища (ознайомлювати з цим своїх товаришів).

87. Брати участь у проведенні математичних ігор або ознайомлювати своїх товаришів з цікавими питаннями математики.

88. Брати участь у роботі радіотехнічного гуртка або самостійно займатися радіотехнічними розробками.

89. Брати участь у роботі з технічної творчості.

90. Брати участь у експериментальній роботі з хімії.

91. Брати участь у експериментальній роботі з біології.

92. Надавати медичну допомогу людям або тваринам.

93. Брати участь у географічних або геологічних, або археологічних експедиціях, або в туристичних походах з метою вивчення краєзнавства.

94. Брати участь у походах або екскурсіях за історичною тематикою.

95. Брати участь у літературних зустрічах або в обговореннях літературної теми, або в літературному диспуті.

96. Брати участь у конкурсах художньої самодіяльності або самостійно виступати, або демонструвати свої творчі вироби.

97. Брати участь у організації і проведенні ігор і цікавого дозвілля для дітей.

98. Використовувати свої знання психології людини для покращання свого спілкування з людьми або для впливу на людину з метою зміни її поведінки.

99. Самостійно або разом з людиною, якій ви довіряєте, проводити ділові операції з метою одержання матеріальних вигід (в торгівлі або послугах, або у виробництві тощо).

100. Піклуватися про забезпечення своїх друзів або родичів побутовими зручностями, вигодами (зробити необхідну покупку або приготувати їжу, або щось відремонтувати тощо).

101. Вивчати військову справу.

102. Вести тренерську роботу з якого-небудь виду спорту.

Бланк відповідей

Прізвище, ім'я _____ Рік народження _____

Школа _____ Клас _____

Домашня адреса, телефон _____

Дата _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51
52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68
69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85
86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102
+																
-																

Це поле для побудови графіку профільних інтересів

12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17

Після підрахунку балів відмітьте на вертикальних лініях у нижній частині бланку відповідей позитивні значення для тих дисциплін, де вони є, і побудуйте графік виявлених профільних інтересів.

ДОДАТОК Г
Текст опитувальника С. Шмішека:

1. У Вас часто буває веселий та безтурботний настрій?
2. Ви чуттєві до образ?
3. Чи буває так, що у Вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, у бесіді тощо?
4. Зробивши щось, Ви сумніваєтеся, чи все зроблено правильно доти, доки ще раз не переконаєтеся в тім, що усе зроблено правильно?
5. У дитинстві Ви були таким же відчайдухом та сміливцем, як усі Ваші однолітки?
6. Чи часто у Вас міняється настрій від стану байдужості до відрази до життя?
7. Чи є Ви центром уваги в колективі, у компанії?
8. Чи буває так, що Ви безпричинно знаходитеся в такому буркотливому настрої, що з Вами краще не розмовляти?
9. Ви серйозна людина?
10. Чи здатні Ви піднесено виражати захоплення чим-небудь?
11. Чи підприємливі Ви?
12. Ви швидко забуваєте, якщо Вас хтось образить?
13. Чи м'якосердечні Ви?
14. Опускаючи лист у поштову скриньку, чи перевіряєте Ви, проводячи рукою по щілині шухляди, що лист цілком упав?
15. Чи прагнете Ви вважатися в числі кращих співробітників?
16. Чи бувало Вам страшно в дитинстві під час грози або при зустрічі з незнайомим собакою, а може, таке почуття буває і тепер?
17. Чи прагнете Ви в усьому й усюди зберігати порядок?
18. Чи залежить Ваш настрій від зовнішніх обставин?
19. Чи люблять Вас Ваші знайомі?
20. Чи часто у Вас буває почуття сильного внутрішнього занепокоєння, відчуття можливого лиха, неприємності?
21. У Вас часто буває трохи пригнічений настрій?
22. Чи бували у Вас хоча б один раз істерики або нервові зриви?
23. Чи важко Вам усидіти на одному місці?
24. Якщо стосовно Вас несправедливо вчинили, чи енергійно Ви відстоюєте свої інтереси?
25. Чи можете Ви зарізати курку чи вівцю?
26. Чи дратує Вас, якщо вдома штора або скатертина висять нерівно. Чи відразу Ви поправите їх?
27. У дитинстві Ви боялися залишатися один у будинку?
28. Чи часто у Вас безпричинно міняється настрій?
29. Чи завжди Ви прагнете бути досить сильним фахівцем у своїй справі?
30. Чи швидко Ви починаєте злитися або впадати в гнів?
31. Чи можете Ви бути зовсім веселим?
32. Чи буває так, що відчуття повного щастя буквально пронизує Вас?
33. Як Ви вважаєте, чи вийшов би з Вас ведучий концерту, конференс'є?

34. Ви зазвичай висловлюєте свою думку досить відверто та недвозначно?
35. Вам важко переносити вид крові? Чи не викликає це у Вас неприємного відчуття?
36. Чи любите Ви роботу, де необхідна висока особиста відповідальність?
37. Чи схильні Ви захищати тих, стосовно яких вчинили, на Ваш погляд, несправедливо?
38. Вам важко, страшно спускатися в темний підвал?
39. Чи любите Ви роботу, де необхідно діяти швидко, але не потрібно високої якості її виконання?
40. Чи комунікативна Ви людина?
41. У школі Ви охоче декламували вірші?
42. Чи тікали Ви в дитинстві з дому?
43. Чи здається Вам життя важким?
44. Чи буває так, що після конфлікту або образи Ви були до того розбурхані, що займатися справою здавалося просто неможливо?
45. Чи можна сказати, що при невдачі Ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Чи починаєте Ви першим кроки до примирення, якщо Вас хто-небудь скривдив?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Чи повертаєтеся Ви, щоб переконатися, що залишили будинок або робоче місце в порядку?
49. Чи переслідують Вас думки про те, що з Вами або Вашими близькими може статися щось страшне?
50. Чи вважаєте Ви, що Ваш настрій дуже мінливий?
51. Чи важко Вам доповідати, виступати перед аудиторією?
52. Чи можете Ви вдарити кривдника, якщо він Вас образить?
53. У Вас велика потреба у спілкуванні з іншими людьми?
54. Ви відноситеся до тих, хто при розчаруванні вдається до глибокого відчаю?
55. Вам подобається робота, що вимагає енергійної організаторської діяльності?
56. Чи наполегливо Ви домагаєтеся наміченої мети, якщо на шляху до неї доводиться переборювати масу перешкод?
57. Чи може трагічний фільм схвилювати Вас так, що на Ваших очах виступлять сльози?
58. Чи часто Вам важко заснути через те, що проблеми попереднього або майбутнього дня увесь час крутяться у Вас у голові?
59. У школі Ви іноді підказували своїм товаришам або давали їм списувати?
60. Чи потрібна Вам велика напруга, щоб уночі пройти через цвинтар?
61. Чи ретельно Ви стежите за тим, щоб кожна річ у Вашій квартирі була точно на своєму місці?
62. Чи буває так, що перед сном у Вас гарний настрій, а ранком Ви встаєте похмури?
63. Чи легко Ви звикаєте до нових ситуацій?
64. Чи бувають у Вас головні болі?
65. Ви часто смієтеся?

66. Чи можете Ви бути привітним з тими, кого явно не цінуєте, не любите, не поважаєте?
67. Ви рухлива людина?
68. Ви дуже переживаєте через несправедливість?
69. Ви настільки любите природу, що можете назвати себе її другом?
70. Ідучи з будинку або лягаючи спати, Ви перевіряєте чи погашено скрізь світло, чи замкнені двері?
71. Ви дуже боязкі?
72. Чи зміниться Ваш настрій при прийомі алкоголю?
73. Раніше Ви охоче брали участь у гуртках художньої самодіяльності, а може, й зараз приймаєте участь?
74. Ви розцінюєте життя скоріше песимістично, ніж радісно?
75. Чи часто Вас тягне у мандрівку?
76. Чи може Ваш настрій змінитися так різко, що стан радості раптом змінюється похмурою пригніченістю?
77. Чи легко Вам вдається підняти настрій іншим?
78. Чи довго Ви переживаєте образу?
79. Чи переживаєте Ви довгий час прикrostі, які сталися з іншими людьми?
80. Чи часто школярем Ви переписували сторінки у Вашому зошиті, якщо в ньому допускали помарки?
81. Ви ставитеся до людей скоріше з недовірою та обережністю, ніж довіряєте людям?
82. Чи часто Ви бачите страшні сни?
83. Чи буває так, що Ви остерігаєтеся того, що можете кинутися під колеса потяга?
84. У веселій компанії ви зазвичай веселі?
85. Чи здатні Ви відволіктися від важкої проблеми, що вимагає обов'язкового вирішення?
86. Ви стаєте менш стриманим та відчуваєте себе більш вільно, якщо приймете алкоголь?
87. У бесіді Ви скупі на слова?
88. Якби Вам необхідно було грати на сцені, Ви змогли б так увійти в роль, що забули б про те, що це тільки гра?

ДОДАТОК Д

Додаткові психотренінгові вправи

Вправи для згуртування групи:

«Прядіння пряжі» (5 хв.).

Мета: дати можливість учасникам ближче познайомитися в процесі виконання спільної справи.

Необхідні матеріали: клубок довгої мотузки, килим на підлогу. Учасники групи сидять на килимі по колу, у центрі якого лежить клубок мотузки. Педагог пропонує уявити, що група разом зараз прядтиме пряжу. Перший учасник бере клубок, перебирає кінець мотузки пальцями, імітуючи прядіння, та одночасно розповідає про себе. За сигналом педагога кінець мотузки передається сусіду, той розповідає щось про себе, і так далі, доки коло замкнеться.

«Емоції та ситуації» (5 хв.).

Мета: дати можливість учасникам спільно переживати якусь ситуацію.

Учасники стоять у колі. Психолог інструктує: «Зараз ми ходитимемо по кімнаті, і той, чие ім'я я назву, має запропонувати продовження ситуації, яку я розповідатиму, та продемонструвати її. Усі інші повинні повторити рух. Я починаю: «Ми йдемо в гущавину лісу...». Далі, через кожні 20–30 секунд, педагог називає ім'я наступного учасника.

«Щоб говорити правду» (5 хв.).

Мета: дати можливість учасникам, які вже знайомі й були разом упродовж певного часу, дізнатися один про одного щось нове. Учасники розташовані на стільцях по колу, по черзі повідомляють про себе чотири твердження. Три з них – правильні, одне – неправильне. Інші учасники, які слухають повідомлення, занотовують те, що вони вважають неправильним твердженням. Після того, як усі повідомлення зроблено, учасники порівнюють свої здогади. Під час цієї вправи інколи трапляються справжні сюрпризи.

«Чим ми схожі?» (5 хв.).

Мета: дати можливість членам групи відчутти подібність одного до одного.

Учасники сидять на стільцях по колу. Психолог запрошує в центр кола одного з учасників, підкреслюючи його подібність до себе за якоюсь більш чи менш узагальненою ознакою (наприклад, «Надіє, вийди, будь ласка, до мене, тому що в нас із тобою однаковий колір волосся», «Іване, вийди, будь ласка, до мене, тому що ми обидва є жителями Землі» тощо). Означений учасник виходить у центр кола, і своєю чергою запрошує вийти наступного, схожість із яким називає. Вправа триває, поки всі члени групи опиняться разом у центрі кола. Психолог підкреслює, що всі учасники подібні, тобто вони – гурт.

«Перетворення» (5 хв.).

Мета: надати можливість членам групи виразити себе через різні асоціації, підкреслюючи елементи подібності.

Учасники сидять на стільцях по колу. Психолог пропонує завершити кілька речень на кшталт: «Якби я був книгою, то був би...». Усі відповідають по черзі (відповіді, природно, зводяться до небагатьох варіантів, наприклад словник, книга поезій, енциклопедія тощо). Так само педагог пропонує ще кілька речень, замінюючи ключове слово, яким є узагальнена категорія (книга, пісня, музика, явище природи тощо). Наприкінці вправи педагог підкреслює, що при всій індивідуальній різниці асоціативного ряду відповіді належать до спільних категорій, тобто всі учасники – особистості, але вони подібні один до одного, тому являють собою команду.

Вправи, що сприяють засвоєнню нових знань і навичок:
Завершення речення» (10 хв.).

Мета: забезпечити зворотний зв'язок щодо основних моментів вивченого матеріалу.

Психолог пропонує учасникам по черзі дати відповідь на незавершені речення, наприклад: «Я дізнався що...», «Мене здивувало, що...», «Мені сподобалося, що...». Так можна обговорити та узагальнити найбільш актуальні відповіді, дізнатися про думки більшості учасників, виявити нез'ясовані питання.

«Оцінювання» (15 хв.).

Мета: вивільнити творчу енергію групи, оцінити ефективність засвоєння матеріалу силами самих учасників.

Необхідні матеріали: приладдя для письма, ресурсні матеріали (роздаткова інформація, документи тощо) за темою матеріалу.

Психолог розподіляє учасників на три малі групи, присвоює кожній групі власний символ (номери – від 1 до 3; літери – від А до В; назви, які групи самі собі оберуть, наприклад «професори», «магістри», «бакалаври» тощо); пропонує кожній малій групі сформулювати запитання за тематикою заняття. Коли запитання підготовлено, перша мала група ставить своє запитання другій, яка має сформулювати максимально повну відповідь. Третя група після відповіді критикує другу й оцінює її відповідь за десятибальною шкалою, обґрунтовуючи свою оцінку. Далі групи міняються ролями: друга ставить третій своє запитання, а перша оцінює відповідь і пояснює, як її можна поліпшити. Потім своє запитання третя група ставить першій, а друга оцінює відповідь. Корисно влаштувати символічний приз для членів групи, яка набере найбільшу загальну кількість балів, виставлених колегами.

Рухавки. Рухові вправи є обов'язковою частиною будь-якого тренінгу, адже, окрім того, що вони активізують психофізіологічні процеси організму, підвищують увагу учасників, сприяють створенню невимушеної довірливої атмосфери тренінгу, певні рухавки демонструють людям форми й методи фізичної активності, які варто застосовувати в житті постійно. Існує кілька загальних порад щодо проведення рухавок. Небажано, щоб рухавки виконувало лише кілька учасників, а інші виступали в ролі спостерігачів. Корисно кожний черговий блок (частину) тренінгу (заняття) починати й завершувати руховими вправами. Рухавки допомагають тоді, коли група

стомлена або малоактивна. Не варто одразу після рухової вправи пропонувати міні-лекцію: учасникам потрібен деякий час, щоб заспокоїтися, налаштуватися на інтелектуальну працю. Краще після рухавки влаштувати групову дискусію або іншу вправу, яка не вимагає фізичної активності. Рухові вправи можуть виконуватися в різних формах: у парах; усіма учасниками групи, які стоять колом; усіма учасниками групи, які хаотично пересуваються в приміщенні тощо. Основне завдання педагога щодо рухавок – дати учасникам чітку інструкцію та стежити за дотриманням умов безпеки.

«Загальний ритм»: Психолог кілька разів поспіль плескає в долоні з певною швидкістю, задаючи тим самим ритм, який учасники, розташовані колом стоячи, повинні відтворити й підтримувати в такий спосіб: учасник, який стоїть праворуч від тренера, робить один оплеск, наступний за колом учасник також один оплеск, і так далі, кожен по черзі робить один оплеск у ритмі, заданому тренером. Правильне виконання вправи справляє враження, начебто в заданому ритмі плескає одна людина, а не всі члени групи по черзі. Варіант виконання вправи. Ведучий виконує оплесками нескладну музичну композицію – коротку, з чітким ритмом. Потім кожен учасник по черзі повторює її. Ще варіант: можна одночасно вибивати композицію всією групою.

«Шикуймося за зростом»: Психолог розміщує учасників колом і пропонує заплющити очі. Не розплющуючи очей, учасники мають вишикуватися за зростом. Можна робити кілька спроб.

«Порадуй мене»: Психолог розміщує учасників на стільцях колом, у центр якого запрошує одного члена групи; решті учасників пропонує уявити, що в цієї людини сьогодні день народження. Завдання групи – порадувати його подарунками. Один із членів кола мовчки презентує свій подарунок протягом 5–10 секунд, користуючись рухами, мімікою, позами тіла тощо. Потім називає, що він хотів зобразити, міняється місцями з «іменинником». Далі кожен учасник по черзі повторює вправу. Якщо подарунок учасника виявився зрозумілим іншим членам групи, вони нагороджують цього учасника бурхливими гучними оплесками. Якщо ні – оплески лунають тихо.

«Заморожений»: Психолог розміщує учасників на стільцях колом, пропонує розділитися на пари. У кожній парі один учасник відіграє роль «замороженого», а другий – «реаніматора». За сигналом тренера «заморожений» завмирає, а «реаніматор» упродовж хвилини має «оживити» його, не торкаючись, не звертаючись до нього словами. Можна діяти тільки за допомогою рухів, погляду, міміки, рекомендується користатися засобами веселої, смішної пантоміми. Критерій «розморожування» – зміни виразу обличчя, посмішка, особливо цінно, якщо буде викликано сміх «замороженого».

«Оплески»: Психолог розміщує учасників на стільцях колом, послідовно кілька разів пропонує підвестися тим, хто має певне вміння чи якість, щось любить або бажає чогось навчитися; інші учасники групи активно аплодують тим, хто підвівся. (Наприклад, «Підведіться з місць усі ті, хто вміє вишивати». Оплески! «Дякую, сідайте». «Підведіться з місць усі ті, хто вміє кататися на

гірських лижах». Оплески! «Дякую, сідайте». Далі: «Підведіться з місць усі ті, хто любить дивитися серіали...», «Підведіться з місць усі ті, хто мріє навчитися грати у великий теніс...» тощо). «Броунівський рух» Педагог розміщує учасників стоячи колом; роздає шарфи, хустинки, якими можна зав'язати очі (якщо їх немає, можна заплющити очі); пропонує повільно розпочати рух у будь-якому напрямі, змінюючи його, як завгодно, намагаючись нікого не штовхнути; попереджає, що рух припиняється за його сигналом. Протягом трьох хвилин тренер стежить за безпекою виконання вправи, потім дає сигнал до завершення. Учасники повертаються на свої місця; коротко обговорюють, що вони відчували під час руху, яку роль відіграє групова довіра для створення безпечного середовища.

«Оптимальна дистанція»: Психолог розміщує учасників стоячи колом; пропонує розділитися на пари; повідомляє завдання: спілкуючись у парах, постійно змінюючи партнерів, знайти з кожним оптимальну відстань. Через одну-дві хвилини тренер дає сигнал припинити рух, зберігаючи оптимальні дистанції. Вправа повторюється кілька разів.

«Перебудова»: Психолог пропонує учасникам безперервно хаотично рухатися; попереджає, що кожні 10–15 секунд за сигналом потрібно негайно утворити пару з тим, хто опиниться найближче, зупинитися й виконати одну з наступних інструкцій: а) узятися за руки; б) стати ногою впритул до ноги партнера; в) стати носом упритул до носа партнера; г) стати спиною впритул до спини партнера. Коли учасники добре засвоїли вправу, можна ускладнити її дуже веселим компонентом: після того, як пари утворили певну позицію, запропонувати рухатися в парах, не змінюючи позиції протягом 5–10 секунд.

«Тиснемо – висімо!»: Психолог просить учасників стоячи колом торкнутися долонями один одного та за сигналом спробувати розсунути своїх сусідів за три секунди. Педагог попереджає, що учасники відчуватимуть опір сусідів, але й самі докладатимуть зусилля, щоб не зрушити з місця. Вправа повторюється 2–3 рази. Потім завдання змінюється: педагог просить учасників узятися під руки, міцно затиснути руки сусідів та спертися на цю зчіпку з рук. Учасники відчуватимуть підтримку сусідів, дехто може й «зависнути» на руках сусідів, підігнувши ноги. Педагог виконує вправу разом з усією групою, потім, під час короткого обговорення, наголошує на проблемах опору та підтримки.

«Ситуації та емоції»: Учасники стоять колом; педагог просить кожного по черзі назвати одну емоцію, почуття тощо й одночасно спрямувати м'яч комусь іншому. Кожний учасник має запам'ятати ту емоцію, яку йому передав одночасно з кидком м'яча інший учасник. Коли всі по одному разу назвали якусь емоцію, передали її іншим, які запам'ятали сказане, тренер змінює завдання, наприклад: «А тепер кожен одночасно з киданням м'яча іншому називає не емоцію, а ситуацію. Той, хто спіймав м'яча, має повторити ситуацію та назвати емоцію, яку запам'ятав раніше». Тепер можливі веселі сюрпризи щодо повторюваних речень, наприклад: «Коли я стою в черзі (ситуація), то відчуваю любов (емоція)» тощо. Ця вправа, окрім рухового компонента, корисна ще й для тренування навички внутрішнього контролю емоцій, незалежно від зовнішніх ситуацій.