

Зміст

<i>БАМБУРАК Н.</i> Методи профілактики виникнення професійних ризиків та деформацій у професійній діяльності працівників медичної та соціальної сфери.....	5
<i>ВОЛИНЕЦЬ Н.</i> Професійна діяльність персоналу Державної прикордонної служби України як визначальна характеристика його особистісного психологічного благополуччя.....	16
<i>ВОЛОБУЄВА О.</i> Про результати діагностики рівня сформованості та розвитку організаторських здібностей офіцерів-прикордонників	30
<i>ГАНАБА С.</i> Психологічні аспекти творчої діяльності людини.....	44
<i>ГОЛЯРДИК Н.</i> Психологічні особливості конкурентної поведінки у стосунках та навчанні студентів вищого навчального закладу	55
<i>КАЛЮЖНА І.</i> Особливості організації та проведення профорієнтаційного тренінгу зі старшокласниками.....	70
<i>КОЛЕСНИЧЕНКО О.</i> Типологія цінностей у військовослужбовців з різними ознаками посттравматичного стресового розладу	83
<i>КОШОНЬКО Г., ЛУЖЕЦЬКА О.</i> Професійна комунікативна компетентність психолога як умова його успішної діяльності	102
<i>КОШОНЬКО Г., ЛУЦЕНКО Н.</i> Феномен гендерно-рольової поведінки у психологічних дослідженнях	115
<i>КОШОНЬКО Г., ПОРОВОК О.</i> Прогностичні вміння у структурі професійної діяльності майбутніх психологів	130

Ірина Петрівна Калюжна,

Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОГО ТРЕНІНГУ ЗІ СТАРШОКЛАСНИКАМИ

В даній статті описується досвід реалізації профорієнтаційної тренінгової програми для десятикласників спрямованої на формування психологічних чинників професійного самовизначення.

Ключові слова: вибір професії, тренінгова програма, професійне самовизначення, профорієнтаційна робота зі старшокласниками, психологічні чинники професійного самовизначення.

Постановка проблеми. Сьогоднішні умови швидкозмінного середовища ініціюють певні вимоги до сучасного випускника: не просто обрати один варіант із безлічі професій, а мати внутрішню готовність приймати рішення, робити свідомий та самостійний вибір, брати на себе відповідальність за власне життя. Тому для ефективної профорієнтаційної роботи зі старшокласниками доцільно впроваджувати в навчальний процес тренінгові програми, які своєю метою ставлять не лише ознайомлення зі світом професій та обрання однієї спеціальності, а спрямовані на формування психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженням професійного самовизначення займалися багато вітчизняних та зарубіжних науковців, зокрема були проаналізовані наступні аспекти: створення умов для обґрунтованого вибору особистістю професії (Е. Гінзберг, Ф. Парсонс, Д. Сьюпері, К. Хорні); теоретико-методологічні основи професійного самовизначення особистості (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, Л. Анциферова, Г. Балл, А. Голомшток, В. Мясіщев, Н. Пряжніков, К. Платонов та ін.); особливості організації профорієнтаційної роботи у школі (О. Гагола, Р. Ємельянов, Л. Журавльова, О. Царенко К.Червоненко);

впровадження методів профорієнтаційної роботи в школі (М. Анісімов, Н. Остапчук та інші).

Незважаючи на існуючі розробки профорієнтаційних тренінгів (О. Маріунушкіна, Т.Борисенко, В. Козіна, Т. Сухенко та інші), актуальною залишається розробка профорієнтаційної тренінгової програми професійного самовизначення, адаптованої до впровадження в навчальний процес закладів середньої освіти.

Саме тому, **мета** нашої публікації полягає в обґрунтуванні запровадження тренінгової програми професійного самовизначення старшокласників та презентації її результатів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Професійне самовизначення – це процес прийняття особистістю рішення про вибір майбутньої трудової діяльності - ким стати, і з ким працювати до якої соціальної групи належати. Вибір професії може бути самостійним та усвідомленим або не усвідомленим та залежним. Свідомий вибір особистості спрямований на визначення себе стосовно цілей і цінностей, враховуючи вимоги групи, колективу, суспільства. А також врахування власних можливостей та умов середовища з метою реалізації обраних цінностей і самоактуалізацію. Самостійний вибір професії включає в себе відповідальність за нього. Коли ж особистість очікує, що вибір здійснить за неї хтось інший та перекладає відповідальність або ж піддається впливу групи або певних осіб - в такому випадку вибір професії є не усвідомленим та залежним [3].

Проаналізувавши психологічні чинники вибору професії ми розробили модель професійного самовизначення, яка містить три блоки: когнітивний, ціннісно-мотиваційний та процесуальний.

Когнітивний блок включає в себе чинники професійного самовизначення: знання про свої внутрішні можливості та знання про світ професій, ринок.

Показники, що зумовлюють характер прояву когнітивних чинників професійного самовизначення: рівень рефлексивності та критичне (раціональне мислення).

Рефлексивність дозволяє особистості визначати ціннісну позицію по відношенню до самої себе і, виходячи із такої позиції, формувати власне професійне становлення. А розвинене критичне мислення дозволить старшокласнику провести аналіз та самостійно і усвідомлено зробити вибір професії.

Ціннісно-мотиваційний блок включає в себе: ціннісне ставлення особистості до професії та актуалізацію мотивів вибору професії.

Показники, що зумовлюють характер прояву чинників професійного самовизначення у ціннісно-мотиваційному блоці: актуалізовані цінності професійного самовизначення та внутрішні мотиви вибору професії. Усвідомлення власних цінностей та мотивів дозволяє старшокласнику на основі вибіркового та диференційованого власного ставлення до світу професій здійснити свідомий вибір майбутньої сфери діяльності.

Процесуальний блок включає в себе: вибір і прийняття рішення.

Показники, що зумовлюють характер прояву чинників професійного самовизначення у процесуальному блоці: розвинені вольові якості та інтернальний локус контролю [3].

Воля, за В. Селівановим, це певна сукупність психічних властивостей, яка характеризує досягнутий рівень свідомої саморегуляції особистості [6]. А інтернальний локус контролю свідчить про схильність людини брати на себе відповідальність за результати власної діяльності [3].

Для розвитку зазначених показників нами була розроблена тренінгова програма спрямована на професійне самовизначення десятикласників. Адже, вибір професії є надзвичайно актуальним саме для них. В одинадцятому класі на початку року учні вже повинні знати свою майбутню професію для того щоб обрати предмети для ЗНО. Переважна більшість одинадцятикласників відвідують курси або ж займаються з репетитором. Отже, в одинадцятому класі вже варто діяти, нема часу на роздуми та пошуки майбутньої професій. Саме тому профорієнтаційна робота зі старшокласниками має відбуватися раніше – в десятому класі.

Рішення про запровадження тренінгової програми було прийнято на основі результатів проведеного дослідження на базі школи I-III ступенів №286 м. Києва. Не зважаючи на проведені профорієнтаційні заходи учні демонстрували невизначеність у своєму майбутньому через не сформованість внутрішніх чинників професійного самовизначення. Тому опинившись в ситуації вибору професії здійснювали його не свідомо та самостійно, а під зовнішнім тиском (позиція батьків та однолітків, ситуацією на ринку праці та вибором спеціальності за якими легше написати ЗНО) [4].

Розуміючи необхідність створення умов для самопізнання та самовиявлення кожного учня, враховуючи вікові особливості та можливість реалізації у шкільному середовищі ми вирішили, що найбільш оптимальним буде застосування тренінгової форми роботи.

Тренінг – це форма соціально-педагогічної діяльності, спрямована на набуття життєвої компетентності шляхом збагачення як знаннями, так і життєво-практичним та емоційно-особистісним досвідом завдяки використанню інтерактивних засобів навчання[1].

На думку С. Гладишева, тренінг особливий метод отримання знань, особливістю якого є навчання учасників на власному досвіді в даний момент[2]. Це спеціально створене сприятливе середовище, де кожен може отримати знання та застосувати їх на практиці.

Тренінгова програма складається з 10 занять, які являють собою цілісну систему, спрямовану на досягнення єдиної мети. Методика проведення тренінгу ґрунтується на принципах поетапності розвитку групи і наступності у самопізнанні та самовдосконаленні. Кожне наступне заняття є логічним продовженням попереднього. Заняття складається з двох частин — 2 уроки по 45 хвилин з обов'язковою перервою.

Зміст тренінгової програми професійного самовизначення старшокласників поданий у табл.1.

Зміст тренінгової програми

№	Тема заняття	Мета заняття	Методи та прийоми
1.	Знайомство. Типологія професій	<ul style="list-style-type: none"> - створити сприятливі умови для роботи групи; - познайомити учасників з правилами та можливостями даного тренінгу; - встановити контакт з групою; - ознайомити з професійними типами особистості за Дж. Голландом. 	<ul style="list-style-type: none"> - повідомлення мети тренінгу - прояснення очікувань - вправи: «Фігури», «Контакт» , «Синквейн» ; - вправа «Групи професій» , теоретичний блок, вправа «Визначаємо власний професійний тип»
2.	Поняття про сфери суспільного життя де реалізуються типи професій	<ul style="list-style-type: none"> - сформувати уявлення про сфери суспільного життя де реалізуються типи професій. 	<ul style="list-style-type: none"> - профорієнтаційна гра "Спляче місто"
3.	Поняття про власний професійний вибір	<ul style="list-style-type: none"> - сформувати в групі спільні уявлення про цінності, сприяти розкриттю учасників та встановленню атмосфери довіри, дізнатися хто з учасників вже обрав професію та що, на їхню думку, може їм в цьому допомогти. 	<ul style="list-style-type: none"> - тематичне коло «Мій професійний вибір»
4.	Формування «Я-образу» для професійного самовизначення	<ul style="list-style-type: none"> - виявити змістовні характеристики ідентичності особистості; - усвідомити важливість знань та внутрішніх характеристик, які допомагають досягнути успіху в майбутній професії. 	<ul style="list-style-type: none"> - тест Куна «Хто Я?»; - вправа «XVIII століття»

5.	Поняття про умови правильного вибору професії	- усвідомити та обговорити умови правильного вибору професії: «Хочу. Можу. Потрібно».	- мозковий штурм « Фактори, що необхідно враховувати при виборі професії»; теоретичний блок; вправа «Умови правильного вибору професії»
6.	Поняття про мотиваційну сферу особистості. Мотиви вибору професії	- усвідомити власні мотиви вибору професії.	- вправа «Без маски», вправа «Гра в лотерею», вправа «У моїй майбутній професії для мене важливо...», теоретичний блок, вправа «Змагання мотивів», мозковий штурм
7.	Поняття про ціннісну сферу особистості. Професійні цінності	- сформувані уявлення учнів про взаємозв'язок ціннісної сфери та майбутньої професії	- гра «Аукціон цінностей», вправа «Мої цінності», теоретичний блок
8.	Розвиток вольової сфери особистості	- створити алгоритм розвитку власної сили волі.	- вправи: «Піраміда Ділтса», «Біографії» ,теоретичний блок, вправа «Світове кафе»
9.	Планування майбутнього. Аналіз власних ресурсів	- аналіз власних сильних та слабких сторін; - планування професійного майбутнього	- вправа «SWOT- аналіз»; - вправа « Мій вибір»
10.	Розвиток навичок прийняття рішень	- ознайомити учасників з алгоритмом прийняття рішення, - формування навички ставити цілі.	- вправи: «План дій»; «Лист самому собі в майбутнє», рефлексивне коло, теоретичний блок; - «Техніка S.M.A.R.T»

Кожне тренінгове заняття складається з трьох частин: вступної, основної та заключної частини.

Основними методами роботи вступної частини є вправи, спрямовані на знайомство, прийняття правил роботи у групі; прояснення очікувань; психогімнастичні вправи та вправи на рефлексію.

Методи роботи в основній частині: міні-лекції, мозкові штурми, дискусії, індивідуальні вправи, психогімнастика, рольові ігри.

На заключному етапі актуальними є вправи на рефлексію та відновлення сил учасників.

Наведемо як приклад алгоритм проведення частини тренінгу, яка дозволяє старшокласникам усвідомити власні мотиви вибору професії.

1. Вправа «У моїй майбутній професії для мене важливо...»

Мета: актуалізувати ціннісно-мотиваційну сферу особистості.

Необхідні матеріали: стікери для кожного учасника.

Зміст: учасникам потрібно написати 3-5 варіантів продовження речення «У моїй майбутній професії для мене важливо...»

Тренер спонукає учасників до роздумів, що є найбільш важливим для них в їхній майбутній професії.

2. Вправа «Змагання мотивів»

Мета: допомогти учасникам на практиці зрозуміти особливості свідомого вибору професії. Визначити головну причину (мотив), за якою обирається професія.

Необхідні матеріали: роздатковий матеріал.

Зміст: кожен учасник отримавши список мотивів має обрати переважаючий мотив в кожній парі і записати номер в колонці 1/8. Потім порівняти мотиви-переможці і записати чотири головних мотиви вибору професії. Потім із чотирьох обрати два, а потім один.

3. Мозковий штурм

Мета: виявити професії, які відповідають мотивам.

Необхідні матеріали: аркуші формату А-4 за кількістю команд.

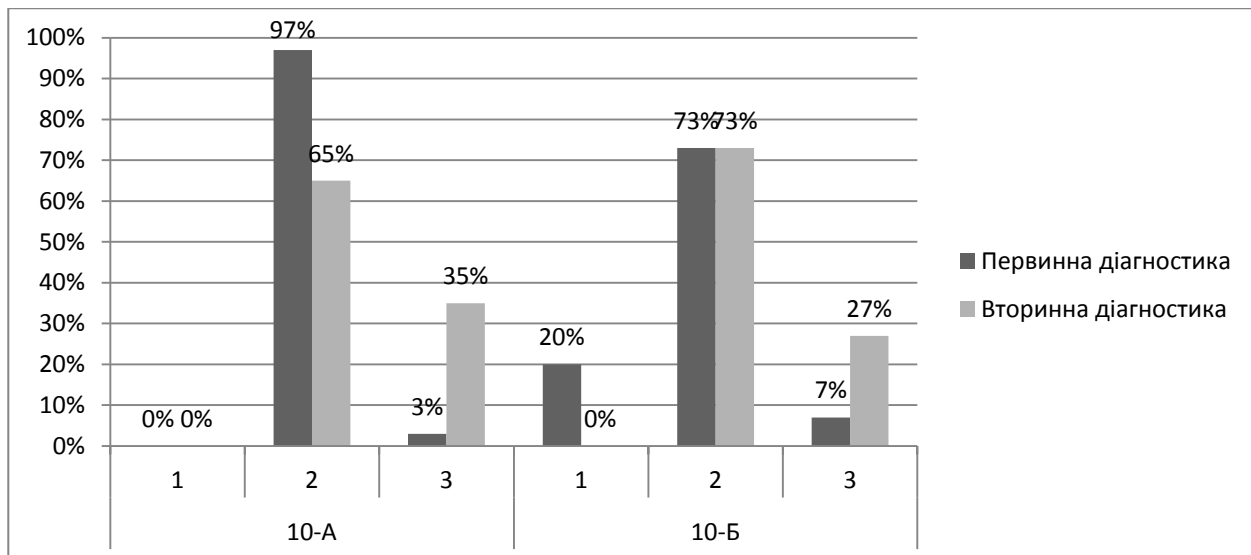
Зміст: учасники об'єднуються у групи по головним мотивам вибору професії. Та створюють список професій або рід діяльності, які задовольняють обраний мотив. Потім обговорюють в групі, яка із запропонованих професій найбільше підходить кожному учаснику. Після того, як групи закінчать роботу в загальному колі кожна група презентує свій мотив, зачитує список професій. Кожен учасник групи називає професію, яка для нього є найближчою.

Зазначений алгоритм дозволяє старшокласникам виділити власні мотиви вибору професії.

Далі будуть проаналізовані результати проведення тренінгової програми реалізованої на базі школи I-III ступенів № 286 міста Києва протягом 2015-2016рр.. До проведення формувального експерименту були залучені учні десятих класів, до складу експериментальної групи (n= 24) та контрольної груп (n=24). профорієнтаційної роботи в школі.

Для визначення ефективності тренінгової програми до та після формувального експерименту була проведена діагностика спрямована на професійне самовизначення учнів. Методики: «Ціль-Засіб-Результат (А. Карманов) та анкета.

Отримані результати первинної та вторинної діагностики суттєво відрізняються у експериментальному класі. Якщо спочатку тільки 3% досліджуваних мали реальні цілі та спрямованість на їх досягнення, обґрунтовані мотиви, систематичну діяльність, то після проведення тренінгової програми значно збільшилась кількість таких учнів (35%). Відповідно зменшилась кількість учнів, які мали не завжди обґрунтовані, нестійкі цілі (на 32%). В контрольному класі ці показники залишилися незмінними (73%).



1 - неможливість ставити конструктивні цілі, мотиви безсистемні;
 2 - цілі не завжди обгрунтовані, нестійкі, приймаються цілі «ззовні», потрібне вольове зусилля для початку реалізації мети;
 3 - цілі реальні, існує спрямованість на їх досягнення, мотиви обгрунтовані, діяльність систематична.

Рис. 3 Результати діагностики за методикою «Структура діяльності» шкала «Ціль»

Також результати діагностики показали, що майже всі учні експериментального класу (10-А) визначились з майбутньою професією. В контрольній групі (10-Б) тільки на 10% збільшилась кількість учнів, які обрали професію.

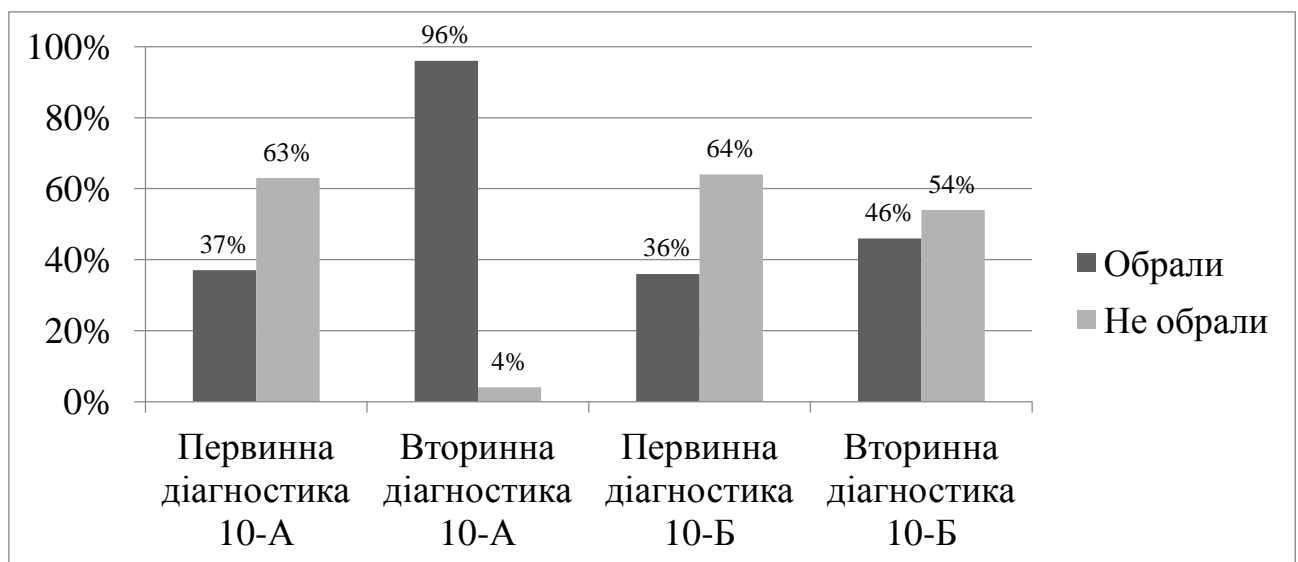


Рис. 1 Вибір професії (питання анкети)

Після того як старшокласники визначились з професією вони вже можуть робити певні кроки (дізнатись умови вступу, обрати ВНЗ, визначитись з предметами, які потрібно здавати для ЗНО, піти на курси або

додаткові заняття). На початку року 67% учнів 10-А класу нічого не робили для того щоб освоїти майбутню професію. В кінці року 71% учнів почали робити певні кроки. В той час як результати в контрольному класі майже не змінились.

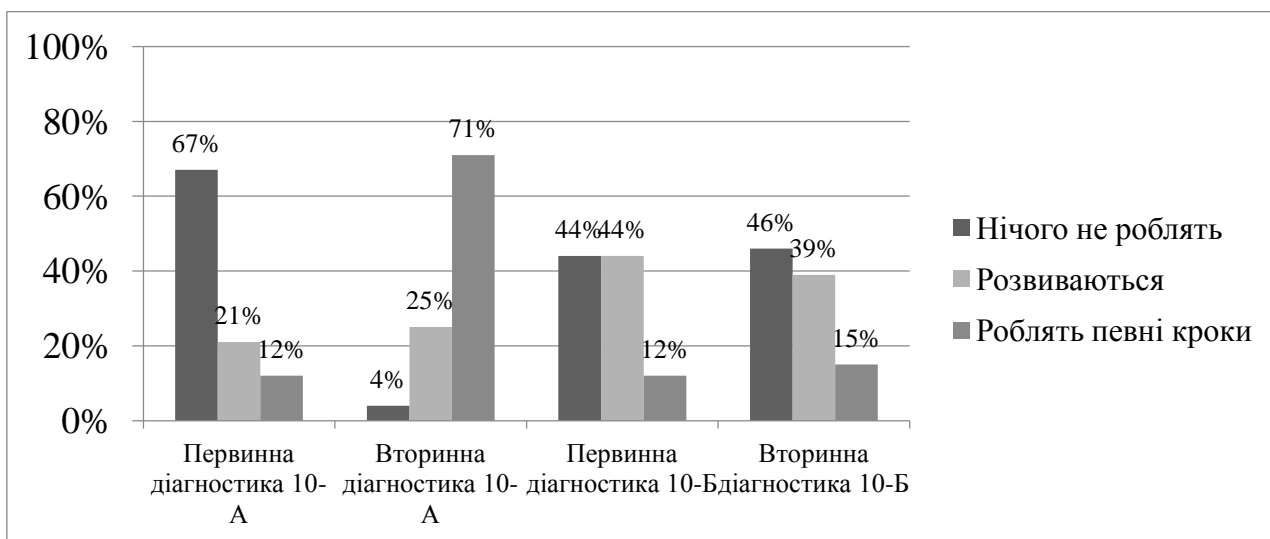


Рис. 2 Що зараз ви робите для того щоб освоїти майбутню професію? (питання анкети)

Тренінгова програма була включена до комплексної програми для учнів 8-10-х класів «Особистісне становлення», погодженої для впровадження у навчальний процес як вибіркової дисципліни Вченою радою Інститут післядипломної педагогічної освіти імені Бориса Грінченка.

Таким чином, проаналізувавши результати впровадження тренінгової програми можна стверджувати її результативність та доцільність впровадження в навчальний процес.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Було розроблено тренінгову програму спрямовану на розвиток психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників для свідомого та самостійного вибору професії. Тренінгова програма ґрунтується на принципах поетапності та наступності розвитку внутрішніх характеристик, а також розроблена з урахуванням вікових особливостей та можливістю реалізації у шкільному середовищі. Результати її апробації засвідчили ефективність тренінгового впливу на вибір професії. Проте досліджувана

проблема має багато аспектів, що потребує розширення наукових досліджень у створенні системи профорієнтаційної роботи з учнями, батьками та вчителями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бопко І. З. Роль інноваційних технологій у формуванні педагогічної техніки майбутніх учителів іноземних мов / І.З. Бопко // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. – 2015. – Випуск 2 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http:// C:/Users/pc1/Downloads/Vnadps_2015_2_7.pdf](http://C:/Users/pc1/Downloads/Vnadps_2015_2_7.pdf).
2. Гладишев С. А. Як поводитися на тренінгу? / С. Гладишев // Навчання & кар'єра. – 2005. – № 35. – С. 70.
3. Калюжна І.П. Теоретичний аналіз психологічних чинників професійного самовизначення старшокласників / І.П. Калюжна // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». – 2017. – №74. – С.350-359.
4. Калюжна І. П. Психологічні особливості профорієнтаційної роботи зі старшокласниками в загальноосвітніх навчальних закладах / І.П. Калюжна // *Pedagogy and Psychology* ». – 2017. – №129. С. 65-68.
4. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу : монографія /Л. А. Гуцан, О. Л. Морін, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко, Л. І. Гриценко ; І. І. Ткачук , за ред. О. Л. Моріна. – Харків: «Друкарня Мадрид», – 220 с.
5. Тренінг самопізнання: методичний посібник/авт.кол.; під наук.ред. В.Р. Міляєвої. – К.: Альфа Реклама, 2015. – 82 с.
6.
http://www.ebk.net.ua/Book/psychology/vinoslavska_psihologiya/part3/3203.htm

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОФИОРИЕНТАЦИОННОГО ТРЕНИНГА СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ

В данной статье описывается опыт реализации профориентационной тренинговой программы для десятиклассников направленной на формирование психологических факторов профессионального самоопределения.

Ключевые слова: выбор профессии, тренинговая программа, профессиональное самоопределение, профориентационная работа со старшеклассниками, психологические факторы профессионального самоопределения

PARTICULARITIES OF ORGANISATION AND CONDUCTING PROFESSIONAL TRAINING WITH HIGH SCHOOL STUDENTS

The given article describes the experience of implementing a vocational guidance for tenth grade students aimed at shaping the psychological factors of professional self-determination.

The current conditions of a rapidly changing environment initiate certain requirements for a modern graduate: not just choose one option from a multitude of professions, but have an internal willingness to make decisions, to make a conscious and independent choice, to take responsibility for their own lives.

The development of vocational guidance training today is carried out by: O. Mariunushkina, T. Borisenko, V. Kozina, T. Sukhenko and others. However, the elaboration of vocational guidance training, aimed at the formation of psychological factors of professional self-determination, being adapted to the peculiarities of the school environment, remains a pressing issue nowadays.

Thus, the purpose of our publication is to substantiate the introduction of the training program for the professional self-determination of high school students and the presentation of the results of its implementation.

The article presents the training program, which refers to the professional self-determination of tenth grade students. The basis of the training program is the

developed model of factors of professional self-determination, which contains three blocks: cognitive, value-motivational and processual.

The training program consists of 10 practices, which represent a coherent system aimed at achieving the same goal. The methodology of conducting the training is based on the principles of stage-by-stage development of the group and continuity in self-knowledge and self-perfection. Each subsequent lesson is a logical continuation of the previous one. The practice consists of two parts - 2 lessons of 45 minutes with a obligatory break.

To determine the effectiveness of the training program before and after the formation experiment, the diagnosis of the students professional self-determination was carried out. Methods applied: "Purpose-Means-Result" (A. Karmanov) and the questionnaire.

The obtained results of diagnostics showed that almost all students of the experimental class (10-A) were determined with the future profession. In the control group (10-B) only 10% increased the number of students, who chose the profession.

The training program was included in the comprehensive program for students of the 8th-10th forms "Personal Becoming", agreed by the Academic Council for implementation into educational process as a selective discipline for the Institute of Postgraduate Pedagogical Education named after Borys Grinchenko.

Therefore, the results of the training program approbation displayed the effectiveness of the training effect on the choice of profession. However, the problem under study has many aspects that require expansion of scientific research in creating a system of vocational guidance work with students, parents and teachers.

Key words: choice of profession, training program, professional self-determination, vocational guidance with senior pupils, psychological factors of professional self-determination.