

Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний технічний університет
імені Івана Пулюя

Факультет економіки та менеджменту
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня «магістр»
на тему: **«СУЧАСНИЙ СТАН ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ
РОБОТИ В ШКОЛІ»**

Виконала: студентка групи БПмд-61
спеціальності 053 Психологія
_____ Ковальчук-Олійник С. П.
Керівник _____ Чорна І.М.
Нормоконтроль _____ **Періг І.М.**
Завідувач кафедри _____ Вишньовський В.В.
Рецензент _____ **Луциків І. В.**

Тернопіль
2024

Завдання

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ.....	10
1.1. Аналіз основних підходів до вивчення проблеми професійної орієнтації учнів в школі у вітчизняній та зарубіжній науці й практиці	10
1.2. Нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти	20
1.3. Психологічні аспекти профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти	30
Висновки до розділу 1.....	40
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ СУЧАСНОГО СТАНУ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	42
2.1. Діагностичний інструментарій для вивчення сучасного стану здійснення профорієнтаційної роботи в школі.....	42
2.2. Аналіз результатів дослідження сучасного стану профорієнтаційної роботи в школі.....	51
Висновки до розділу 2.....	70
РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ	72
3.1. Обґрунтування тренінгової програми професійного самовизначення старшокласників	72
3.2. Психологічні рекомендації щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі.....	78
Висновки до розділу 3.....	95
РОЗДІЛ 4. БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ОСНОВИ ОХОРОНИ ПРАЦІ.....	97
4.1. Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі	97
4.2. Особливості охорони праці у процесі профорієнтаційної роботи в школі...	101
Висновки до розділу 4.....	106
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	107
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	111
ДОДАТКИ.....	120

ВСТУП

Актуальність дослідження. Профорієнтаційна робота в закладах загальної середньої освіти є надзвичайно актуальною в сучасних умовах швидких змін на ринку праці та глобалізації економічних процесів. Вибір професії – це одне з ключових рішень у житті молодої людини, яке визначає її майбутнє, соціальний статус і фінансову стабільність. Для того щоб цей вибір був усвідомленим, важливо починати профорієнтаційну діяльність ще в шкільному віці. Сучасний світ пропонує безліч професій, і кожна з них вимагає певних знань, умінь та навичок. Проте не всі учні мають чітке уявлення про те, чим саме вони хочуть займатися. Відсутність орієнтирів може призвести до того, що учні обирають професії випадково або під впливом моди чи стереотипів. Це знижує ймовірність успішної самореалізації та професійної задоволеності.

Зазначимо, що сучасна школа є важливим середовищем для формування уявлення про різноманіття професій та необхідні компетентності для їх освоєння. В умовах зростання безробіття серед молоді профорієнтаційна робота набуває ще більшого значення. Школа повинна готувати учнів до життя в конкурентному середовищі, формуючи навички, які відповідають сучасним потребам роботодавців. У цьому контексті профорієнтація є засобом зменшення дисбалансу між попитом і пропозицією на ринку праці. Завдяки цій роботі учні дізнаються про перспективні професії, пов'язані з технологічними інноваціями, такими як ІТ-сфера, біоінженерія, енергетика, екологія. Це дозволяє школярам краще зрозуміти, які знання та навички будуть потрібні у майбутньому.

Значущість профорієнтації зростає і через необхідність підготовки випускників до безперервного навчання. Окрім того, профорієнтаційна робота сприяє формуванню здорової самооцінки та впевненості у власних силах. Учні краще усвідомлюють свої сильні сторони та можливості, що позитивно впливає на їхню мотивацію. Профорієнтаційна робота допомагає учням оцінити власні здібності, нахили та інтереси, а також співвіднести їх із запитами ринку праці. Особливо актуально це для старшокласників, які стоять на порозі вибору майбутньої спеціалізації. Не менш важливою є роль профорієнтації у формуванні

життєвих цінностей і планів учнів. Вона сприяє розвитку відповідальності за власне професійне майбутнє, мотивує до навчання та особистісного зростання. Завдяки цьому знижується ризик відчуття розгубленості після закінчення школи.

У сучасних умовах важливо враховувати, що профорієнтаційна робота повинна бути адаптована до індивідуальних потреб учнів. Використання психологічних тестів, анкетувань, консультацій із фахівцями допомагає глибше зрозуміти здібності кожної дитини. Ефективна профорієнтаційна робота вимагає співпраці школи, батьків і громадськості. Залучення до цього процесу представників різних професій, роботодавців та центрів зайнятості підвищує рівень обізнаності учнів про реалії професійного життя. Особливу роль у профорієнтаційній роботі відіграють класні керівники, психологи та соціальні педагоги. Вони допомагають учням усвідомити свої інтереси, вибудувати стратегію досягнення мети та надати підтримку в разі виникнення труднощів.

Констатуємо, що профорієнтаційна робота в школі – це не лише підготовка до вибору професії, а й формування ключових компетентностей для успішної самореалізації в сучасному світі. Вона допомагає учням уникнути помилок у виборі професійного шляху, забезпечуючи їм якісну основу для побудови майбутнього життя. Варто зазначити, що профорієнтація – це не разова акція, а системний процес. Вона повинна починатися з початкових класів у вигляді ігор, бесід та екскурсій і поступово поглиблюватися у старших класах через проєкти, семінари, тренінги. Особливої актуальності профорієнтаційна робота в школі набуває в умовах цифрової трансформації освіти. Використання онлайн-платформ, профорієнтаційних тестів та вебінарів дозволяє зробити цей процес доступнішим і цікавішим для учнів.

Аналіз наукової літератури показує, що проблема профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти останнім часом викликає інтерес дослідників й практиків, про що свідчить зростання кількості досліджень і публікацій. Що стосується психологічного напрямку досліджень, то ключовим аспектом профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти є питання професійного самовизначення старшокласників. Воно розглядається в контексті формування життєвих перспектив особистості, її соціального та

життєвого самовизначення (О. Арцишевська, Є. Головаха, К. Мілютіна та ін.) та як складова професійного вибору (І. Нікітіна, Р. Пасічняк, Л. Потапчук, Т. Титаренко та ін.). У рамках освітнього процесу професійне самовизначення пов'язується із життєвим покликанням, що досліджували Л. Сердюк, І. Данилюк, В. Турбан та інші. Як елемент професійного самовизначення старшокласників розглядається професійний вибір (М. Корольчук, Ю. Дроздова, В. Корольчук та ін.), а сучасні дослідження акцентують увагу на готовності старшокласників до професійного самоздійснення (Д. Закатнов, М. Скиба та ін.). Важливу роль відіграють також ціннісні орієнтації, які істотно впливають на здійснення професійної орієнтації сучасної молоді (О. Сердюк, О. Щокіна та ін.). Науковці аналізують чинники, що визначають ефективність здійснення професійної орієнтації учнів (Т. Єлова, І. Калюжна, Ю. Кейдун, Р. Мотрук, Н. Сердюк, О. Серєда, Л. Федоренко, А. Шевенко та ін.). У рамках профорієнтаційної роботи особливу увагу приділяють ефективним методам сприяння професійному самовизначенню, таким як тренінги, корекційно-розвивальні програми, профорієнтаційні заняття, інтерактивні ігри та ін. (Ю. Бреус, О. Вітковська, О. Гомонюк, І. Калюжна, Н. Лебідь, А. Мазур, А. Шевенко, А. Якименко та ін.). Відтак вивчення проблеми організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти базується на багатогранному аналізі індивідуально-психологічних, соціально-психологічних та освітньо-виховних чинників, що забезпечує комплексний підхід до вирішення цього важливого завдання.

Незважаючи на достатню кількість наукових праць, проблеми організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти, зокрема її психологічного аспекту, залишаються недостатньо розробленими у сучасній теорії і освітній практиці, що вплинуло на вибір теми кваліфікаційної роботи – **«Сучасний стан профорієнтаційної роботи в школі»**.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити сучасний стан організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз теоретичних підходів до вивчення проблеми профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти у зарубіжній та вітчизняній науково-психологічній літературі.
2. Виявити нормативно-правові засади організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.
3. Визначити психологічні аспекти організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.
4. Емпірично дослідити сучасний стан організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.
5. Розробити систему заходів з підвищення ефективності організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.
6. Обґрунтувати специфіку безпеки життєдіяльності та особливості охорони праці у процесі профорієнтаційної роботи в школі

Об'єкт дослідження – профорієнтаційна робота у закладах загальної середньої освіти як психологічна проблема.

Предмет дослідження – сучасний стан організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.

У процесі роботи було застосовано низку теоретичних й емпіричних **методів дослідження**: *теоретичні*: аналіз та синтез, індукція й дедукція, систематизація, класифікація, узагальнення даних психологічної літератури для визначення теоретичних засад проблеми профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти, теоретичного її осмислення та формулювання висновків; *емпіричні*: тестування учнів старшого шкільного віку (використано такі діагностичні методики, як опитувальник професійної готовності (ОПГ) Л. Кабардової та опитувальник професійних схильностей Л. Йовайши; анкетування учнів, вчителів і батьків (використано анкету для учнів «Мої життєві та професійні плани», анкету для батьків щодо професійного самовизначення учнів й анкету для вчителів щодо професійного самовизначення учнів старших класів); *статистичні*: кількісно-якісний аналіз, метод середнього арифметичного, графічна інтерпретація здобутих емпіричних даних.

Експериментальна база дослідження – заклад загальної середньої освіти «Підволочиська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів Підволочиської селищної ради Тернопільської області». Вибірку склали 50 учнів 10-х класів, 20 батьків і 20 вчителів.

Теоретична та методологічна основа дослідження: теорія професійного самовизначення (І. Нікітіна, Р. Пасічняк, Л. Потапчук, Т. Титаренко), яка обґрунтовує механізми формування уявлень учнів про майбутню професійну діяльність, розвиток їхніх професійно важливих здібностей та інтересів; психологічні теорії розвитку особистості (Т. Єлова, І. Калюжна, Ю. Кейдун, Р. Мотрук, Н. Сердюк, О. Середа, Л. Федоренко, А. Шевенко та ін.) – враховують вікові та індивідуальні особливості розвитку учнів старшого шкільного віку, їх потреби у самореалізації та виборі життєвого шляху; державні нормативно-правові акти України, зокрема Закони України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про зайнятість населення», а також постанови Кабінету Міністрів України щодо реалізації програми профорієнтації молоді. Обґрунтовані теоретичні та методологічні засади забезпечують цілісність та ефективність організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти, спрямованої на підтримку учнів у свідомому виборі майбутньої професії, адаптації до вимог суспільства та ринку праці.

Теоретична значущість дослідження полягає в комплексному вивченні проблеми організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Зокрема, здійснено аналіз основних теоретичних підходів до вивчення профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти; виявлено нормативно-правові засади організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти; визначено психологічні аспекти організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти; запропоновано систему роботи з підвищення ефективності організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти.

Практична значущість результатів проведеного дослідження в тому, що вони можуть бути використані соціальними педагогами й практичними психологами під час організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної

середньої освіти. Апробовані методики діагностики сучасного стану організації профорієнтаційної роботи у закладах середньої освіти, а також запропонована система роботи й відповідні рекомендації можуть застосовуватися класними керівниками та іншими педагогами для підвищення ефективності організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Крім цього, результати дослідження можуть використовуватись для підготовки студентів – майбутніх психологів до практичних занять із психології розвитку.

Структура та обсяг дослідження. Кваліфікаційна робота складається із вступу, чотирьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків. Основний зміст дослідження викладено на 98 сторінках, загальний обсяг роботи складає 139 сторінок. Список використаних джерел налічує 109 позицій, а кількість додатків – 2.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

1.1. Аналіз основних підходів до вивчення проблеми професійної орієнтації учнів в школі у вітчизняній та зарубіжній науці й практиці

Актуалізація дослідження проблеми професійної орієнтації учнів у школі обумовлена необхідністю підготовки молоді до свідомого вибору майбутньої професії в умовах динамічних змін на ринку праці. Питання профорієнтації традиційно пов'язане з розвитком системи освіти, що орієнтована на інтеграцію особистісного розвитку учнів із соціально-економічними потребами держави. Тому проблема професійної орієнтації учнів є вагомим науковим і практичним пріоритетом як у вітчизняному, так і в зарубіжному контексті, оскільки визначає майбутню соціальну та економічну стабільність суспільства.

Зазначимо, що поняття «профорієнтація» має багатогранний зміст і розглядається як складний, динамічний і багаторівневий психологічний об'єкт, вивчення якого здійснюється з різних точок зору. Його широке застосування розпочалося після Міжнародної конференції в Барселоні у 1921 році, де термін було протиставлено поняттю «відбір» [64]. Учасники конференції акцентували увагу на тому, що відбір орієнтований на потреби професії, тоді як профорієнтація спрямована на задоволення інтересів людини. Згодом на XV Генеральній конференції ЮНЕСКО у Братиславі у 1970 році було затверджене робоче визначення профорієнтації, в якому її окреслили як «допомогу особистості в усвідомленні та розвитку власних здібностей з метою вибору напрямку навчання або професійної діяльності в умовах змінного середовища, одночасно сприяючи досягненню особистих прагнень» [93, с. 12].

Сучасні дослідники пропонують різні інтерпретації феномену профорієнтації. Одні зосереджуються на ознайомленні молоді з професіями, інші додають до цього допомогу у формуванні інтересів і здібностей [59]. Деякі автори розглядають профорієнтацію як комплекс заходів, спрямованих на узгодження професійного вибору учнів із потребами суспільства в кадрах [48].

Інші ж визначають її як систему управління мотивами вибору професії, яка базується на принципах, формах, методах і прийомах впливу [29]. Крім того, профорієнтація розглядається як інтеграція психологічних, педагогічних, соціальних заходів, спрямованих на підтримку молоді у процесі професійного самовизначення [11]. У психологічному аспекті цей процес включає когнітивний компонент (знання про професію), оцінювальний етап (формування ставлення до професії) і ціннісний аспект (вибір найбільш відповідного напрямку діяльності) [79]. У підсумку, профорієнтація формує усвідомлене прагнення, готовність і установку до вибору професії, які базуються на самооцінці, особистісних прагненнях, інтересах та можливостях.

Професійна орієнтація розглядається Н. Швець, Т. Третьяковою як системна діяльність, яка включає цільові установки, завдання, принципи, форми й методи, а також критерії ефективності та інші системоутворюючі елементи. Вона є невід'ємною частиною загальної системи професійного становлення й розвитку особистості, а також одним із ключових процесів, що супроводжують людину протягом усього життя [84]. Цей процес обумовлений багатьма об'єктивними та суб'єктивними чинниками, які впливають на формування професійної ідентичності, її стійкість та адаптивність у змінних умовах.

Професійна орієнтація, як доводить В. Синявський, здійснюється через виконання конкретних функцій. Серед основних функцій можна виділити соціальну, економічну, психолого-педагогічну та медико-психофізіологічну. Соціальна функція полягає у формуванні системи знань, норм і цінностей, що допомагають особистості здійснювати професійну діяльність як члена суспільства, удосконалюючи її відповідно до вимог держави та суспільства. Економічна функція спрямована на покращення складу робочої сили, зниження плинності кадрів, підвищення ефективності праці та забезпечення економічного зростання. Психолого-педагогічна функція допомагає виявляти і формувати професійні інтереси та нахили особистості, а також у підготовці до адекватного вибору професії, що відповідає її здібностям. Медико-психофізіологічна функція реалізується через спостереження за фізичним і психофізіологічним розвитком

особистості, що дозволяє визначити, чи відповідає стан здоров'я вимогам обраної професії [79].

До основних завдань професійної орієнтації І. Старікова відносить забезпечення можливості вільного вибору професії, формування активності та самопізнання особистості, створення умов для професійного зростання, а також оптимізація відповідності між індивідуальними можливостями та вимогами ринку праці. Важливою складовою є також формування у молоді розуміння значення професійної підготовки як способу самореалізації [70].

О. Ігнатович стверджує, що особливе значення має професійна орієнтація учнів, яка має на меті допомогти кожному учневі зрозуміти, як він може продовжити свій розвиток, реалізувати свої ресурси та отримати професійну підготовку, яка відкриває йому можливості для самореалізації на ринку праці. В умовах економічних змін важливо своєчасно виявляти та розвивати потенціал молоді, готуючи її до професійного вибору та адаптації до ринку праці [64].

Професійна орієнтація, на думку А. Смиколаєнко, є однією з найважливіших технологій, спрямованих на професіоналізацію особистості, оскільки вона поєднує гуманізацію та технологізацію процесу професійного вибору. Як технологія, профорієнтація включає сукупність методів, прийомів, принципів і засобів, які формуються відповідно до її мети, завдань, послідовності реалізації та наявного інструментарію. Цей підхід дозволяє обґрунтувати поняття професійної орієнтації як комплексу науково обґрунтованих форм, методів і засобів допомоги особистості у виборі або зміні професії та працевлаштуванні з урахуванням її індивідуально-психологічних характеристик, інтересів, можливостей та актуальних потреб ринку праці [48].

Головним завданням професійної орієнтації, як стверджує О. Зотова, є подолання розриву між професійними намірами молоді та потребами ринку у фахівцях. Структура профорієнтації складається з трьох основних компонентів: професійної інформації, консультації та відбору. Кожен із цих елементів виконує власну функцію, водночас перебуваючи у тісному взаємозв'язку з іншими. Ігнорування одного з компонентів знижує ефективність профорієнтаційної роботи. Наприклад, інформація про професії втрачає актуальність і практичну

цінність, якщо не враховує результати консультацій, спрямованих на вивчення інтересів, здібностей і нахилів особистості, або ж висновки профвідбору, засновані на професіографічних даних і вимогах професії до людини [24].

Т. Волобуєва стверджує, що, попри визначену послідовність компонентів профорієнтації, на практиці їхні функції часто перетинаються. Так, під час профвідбору може здійснюватися консультування особистості та надання інформації про професії. Однак переважною залишається структура, в якій елементи реалізуються у чіткій послідовності. Такий підхід дозволяє забезпечити системність і ефективність профорієнтаційної діяльності [9].

У центрі професійної орієнтації, як стверджує Н. Близнюк, перебуває особистість як цілісна психологічна система. Це зумовлює спрямованість профорієнтаційної діяльності на розвиток самосвідомості, корекцію ставлень, інтересів, мотиваційної сфери та когнітивних потреб, а також на виявлення та оцінку професійно важливих якостей. У цьому процесі особистість перестає бути лише об'єктом і засобом профорієнтації, а стає її суб'єктом і предметом. Такий підхід сприяє гармонійному поєднанню інтересів особистості та суспільства, забезпечуючи їхній взаємний розвиток і вдосконалення [1].

Функціональна структура профорієнтації, за словами Є. Єгорової, формується відповідно до поставлених завдань, які визначають її сутність і зміст. Кожен структурний елемент профорієнтації набуває нового значення порівняно з традиційним підходом. Наприклад, функцією професійної інформації є не лише популяризація професій, а розвиток особистості, формування її готовності до самостійного та свідомого вибору професійного шляху [16].

О. Коропецька узагальнює, що профорієнтація як науково обґрунтована система охоплює кілька специфічних структурних елементів. По-перше, це професійна інформація, яка є окремою складовою, що має відносну самостійність і спрямована на забезпечення особистості необхідними знаннями про професійний світ. Вона охоплює вимоги професій до працівників, умови їх освоєння, потреби ринку праці, а також правила правильного вибору професії і можливості професійного розвитку. Ефективність такої роботи залежить від

достовірності, об'єктивності та повноти наданої інформації, що вимагає відповідного підходу до її формування і подання.

По-друге, це професійна консультація, яка становить сукупність спеціалізованих заходів, спрямованих на вивчення й оцінку індивідуально-психологічних особливостей, інтересів та здібностей особистості. Метою є допомога у виборі професії або зміні професійного напрямку, враховуючи як особисті характеристики, так і потреби ринку праці. Консультація сприяє усвідомленню суб'єктом своїх інтересів, нахилів і мотивів вибору, а також аналізу можливостей і потреб ринку праці. Вона виконує чотири основні функції: інформаційну, психодіагностичну, прогностичну та корекційну.

По-третє, це професійний відбір, який виступає в якості діагностичного обстеження, спрямованого на визначення ступеня відповідності особистісних характеристик вимогам професії. Цей елемент забезпечує підбір оптимального напрямку діяльності або конкретного місця роботи, враховуючи індивідуальні психологічні особливості, здібності та інтереси людини, а також актуальні запити ринку праці. Його реалізація залежить від складності професійних здібностей, багатогранності завдань і мети. Відбір ґрунтується на комплексному аналізі особистості та прийнятті рішень щодо її професійної придатності [35].

Усі зазначені елементи профорієнтації функціонують у взаємозв'язку, доповнюючи один одного. Вони формують цілісну систему, спрямовану на допомогу особистості в усвідомленні свого професійного потенціалу та реалізації його відповідно до вимог сучасного суспільства.

С. Яланська констатує, що цілісна система професійної орієнтації формується на основі низки принципів, які забезпечують її ефективність і відповідність сучасним вимогам. Загальні принципи профорієнтації включають принцип свідомості, що акцентує увагу на прагненні особистості враховувати як власні інтереси, так і потреби держави при виборі професії. Принцип активності передбачає активну участь людини у процесі професійного самовизначення, а принцип розвитку орієнтує особистість на постійний професійний і особистісний розвиток. Разом із загальними принципами профорієнтація спирається на: принцип гуманізації зосереджується на особистісному підході, включаючи

профорієнтаційні методи у систему соціальних гарантій через надання послуг з вибору або зміни професії; принцип неперервності забезпечує зв'язок профорієнтаційної роботи на різних етапах освіти, інтегруючи загальнокультурні й особистісні запити. Принцип інтеграції сприяє об'єднанню зусиль суб'єктів профорієнтаційної діяльності, що спрямовані на підготовку особистості до професійного самовизначення; принцип системності, наступності й послідовності, що дозволяє впорядковувати профорієнтаційні заходи на всіх рівнях; принцип урізноманітнення форм і методів діяльності враховує необхідність діяльнісного підходу, що впливає на розвиток усіх аспектів особистості: розумових, емоційних і поведінкових, які важливі для професійного вибору; принцип емоційної насиченості професійного самовизначення сприяє формуванню мотивів, що направляють активність особистості до обраної професії; принцип діяльнісного характеру профорієнтації передбачає залучення особистості до професійної або наближеної до неї діяльності на всіх етапах її розвитку, що сприяє виявленню і розвитку здібностей, інтересів та формуванню відповідального ставлення до праці [97].

Ефективність профорієнтаційної роботи, на думку Л. Турчиної, значною мірою залежить від активної участі соціальних інститутів. До таких належать сім'я, яка формує перші уявлення про професійну діяльність; школа, що забезпечує базову підготовку й профорієнтаційну підтримку; професійні навчальні заклади, які допомагають реалізувати освітні й професійні прагнення. Важливими учасниками є підприємства, фірми та організації, які пропонують практичний досвід і можливості працевлаштування, медичні установи, що оцінюють стан здоров'я особистості, військові комісаріати, органи влади та засоби масової інформації, які сприяють поширенню інформації про ринок праці та перспективи професійного розвитку. Таким чином, система професійної орієнтації реалізує цілісний і багатовимірний підхід до підготовки особистості до свідомого вибору професійного шляху [90].

За словами І. Ткачук, професійна орієнтація, у своєму функціональному психолого-педагогічному аспекті, виступає як цілісна система науково-практичної діяльності, спрямованої на підготовку особистості до усвідомленого

вибору професії. Основною метою цієї діяльності є створення умов для розвитку інтересів, формування професійної спрямованості, виявлення й оцінки здібностей, а також аналіз установок і ставлення особистості до майбутньої професійної діяльності. Предметом профорієнтаційної роботи є професійно значущі якості особистості, які визначають її готовність до свідомого прийняття рішень у сфері професійного самовизначення [65].

На думку І. Нікітіної, процес усвідомленого вибору професії полягає в тому, що особистість, спираючись на результати профорієнтаційної роботи, осмислює себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності. Водночас професія розглядається як ключова сфера, яка забезпечує оптимальну реалізацію її потенційних можливостей, схильностей і здібностей. Такий вибір передбачає не лише врахування індивідуальних особливостей, але й аналіз актуальних потреб ринку праці. Особистість, усвідомлюючи власні професійні переваги та перспективи, адаптує свої рішення до умов зовнішнього середовища, коригуючи їх залежно від змін у соціально-економічній ситуації [53]. Так, свідомий вибір професії формується як багатовимірний процес, що поєднує самопізнання, врахування власних можливостей і адаптацію до вимог сучасного ринку праці.

Професійна орієнтація у праці К. Мілютіної базується на ідеї саморозвитку, де її функції полягають у створенні сприятливих умов для стимулювання особистості до самопізнання, самокорекції й самовдосконалення. Це дозволяє особистості приймати обґрунтовані рішення, враховуючи як свої суб'єктивні особливості, так і об'єктивні соціально-економічні умови. Таким чином, свідоме професійне самовизначення є результатом інтеграції зовнішніх впливів і внутрішніх психологічних чинників, що спрямовують особистість до оптимального вибору професії чи профілю освіти. Особливого значення у цьому процесі набуває психологічний аспект, оскільки вплив зовнішніх чинників завжди відбувається через внутрішні умови особистості. Це положення визначає, що професійний вибір не є простою проєкцією зовнішніх впливів, а формується на основі внутрішньої активності особистості. Саме внутрішні чинники, такі як інтереси, нахили, самооцінка, рівень домагань, ціннісні орієнтації, емоційні

установки та вольові якості, є фундаментом, на який впливають школа, сім'я, референтні групи, засоби масової комунікації тощо [49].

Загалом підготовка учнів до професійного вибору, за словами Л. Липової, повинна враховувати як зовнішні детермінанти, так і внутрішню активність особистості. Це дозволяє розглядати професійну орієнтацію як наукове управління процесом вибору професії, що забезпечує оптимальне поєднання особистих інтересів і можливостей з потребами ринку праці. Психологія професійного самовизначення може бути зрозумілою лише у контексті цілісного розвитку особистості, де питання «Ким бути?» нерозривно пов'язане з питанням «Яким бути?». Ці питання інтегруються у зв'язки та стосунки молоді з різними сторонами дійсності, визначаючи її подальший професійний шлях [41].

Професійний вибір А. Миколаєнко розглядає як складну систему, на яку впливає низка чинників, що визначають його ефективність і результативність. Важливо розуміти, якими механізмами ці чинники впливають на формування рішення щодо вибору професії. Одним із ключових аспектів є усвідомлення особистістю власних бажань, прагнень, ціннісних орієнтацій, пізнавальних і інтелектуальних можливостей, а також стійких фізичних, психофізіологічних і характерологічних властивостей. Ці складові визначають три основні компоненти: «хочу» (відповідає за спонукальну роль і забезпечує енергетичну напругу), «можу» (планування та інформаційне забезпечення) і «маю» (виконавчий та регулятивний аспекти). До цього додається врахування потреб ринку праці («потрібно»), що виконує корекційну функцію [48].

Інтегральним показником професійного самовизначення Р. Пасічник називає професійний план, який слугує внутрішнім регулятором поведінки особистості. Професійний план є моделлю майбутнього професійного шляху, що формується в уяві людини через мотиваційну, емоційну та когнітивну обробку знань і досвіду, пов'язаних із професійною сферою. З огляду на регулюючу функцію образу, яку визначає загальна психологія, професійний план стає важливим інструментом у процесі самовизначення, а отже, робота над його формуванням, корекцією та вдосконаленням є основним завданням профорієнтаційної діяльності. Ідеально сформований професійний план включає

визначення основної професійної мети та її відповідності іншим життєвим цілям, постановку конкретних цілей на різні часові перспективи, аналіз власних можливостей у майбутній діяльності, оцінку відповідності цих можливостей вимогам професії, а також виявлення можливих перешкод і шляхів їх подолання. Він також передбачає розробку заходів для підготовки до професійної діяльності, оцінку необхідних зусиль для опанування професії, пошук резервних варіантів на випадок непередбачених ситуацій та усвідомлення відповідальності за прийняті рішення [54].

Важливим аспектом дослідження Я. Камінський визначає методи професійної орієнтації особистості, що виступають як комплекс різноманітних засобів, прийомів і форм, які сприяють вирішенню завдань, що постають перед індивідом у процесі вибору професії. Основною метою таких методів є допомога у розширенні можливостей особистості щодо професійного вибору. Однак для досягнення бажаного результату необхідно враховувати готовність особистості або групи сприймати запропоновані проблеми і активно брати участь у заходах. Важливим є також те, наскільки методи професійної орієнтації відповідають умовам конкретного навчального закладу чи центру зайнятості, а також наскільки вони підтримуються у відповідних соціальних і освітніх умовах [26].

Методи і форми професійної орієнтації М. Піддячий класифікує залежно від їх змісту і спрямованості. До основних категорій відносяться: інформаційно-довідкові методи, діагностичні методи, методи морально-емоційної підтримки, методи активізації професійного самовизначення та методи надання допомоги у виборі професії [56].

Так, інформаційно-довідкові методи орієнтовані на надання учасникам інформації через професіограми, спеціалізовану літературу, інформаційно-пошукові системи, професіографічні екскурсії, зустрічі з фахівцями та профорієнтаційні уроки. Вони сприяють формуванню уявлення про різні професії, навчальні заклади, вакансії та майбутні можливості працевлаштування.

Діагностичні методи спрямовані на самопізнання особистості, виявлення її індивідуальних особливостей, здібностей, інтересів та можливостей. До таких методів належать бесіди-інтерв'ю, опитувальники професійних інтересів і

здібностей, особистісні тести, проєктивні тести та професійні проби, що дозволяють виявити ключові психологічні характеристики, які можуть вплинути на професійний вибір. Методи морально-емоційної підтримки забезпечують психологічну допомогу особистості, особливо під час вибору професії або працевлаштування. Вони включають різноманітні форми психотренінгів, «Клуби пошуку роботи», святкування професійних досягнень, що сприяють підвищенню престижу професій та мотивують до професійного самовизначення.

Методи активізації професійного самовизначення допомагають учням набути необхідних навичок для самостійного вибору або зміни професії. Це можуть бути профорієнтаційні ігри, ціннісно-сміслові опитувальники, активізуючі вправи та інші методи, які стимулюють процес прийняття рішення щодо кар'єри. Вони сприяють розвитку самостійності та здатності до планування і коригування своїх професійних перспектив. Методи надання допомоги у виборі професії передбачають підтримку при конкретизації вибору професії та закладу освіти, учням особистості оцінити можливі варіанти і прийняти обґрунтоване рішення. Вони включають застосування схем альтернативного вибору, допомогу у визначенні конкретних професійних шляхів та етапів навчання [56].

Н. Побірченко аналізує різні форми профорієнтаційної роботи, які мають важливе значення у професійній орієнтації. Це індивідуальні, групові або колективні заняття, які проводяться за різними методиками: бесіди, дискусії, конкурси, семінари, рольові ігри та інші інтерактивні заходи. Вони можуть проводитись як у навчальних закладах, так і в співпраці з роботодавцями та професіоналами, що сприяє залученню батьків та інших зацікавлених сторін. Усі форми професійної орієнтації мають активізуючий потенціал, сприяючи розвитку професійної спрямованості особистості, готовності до професійного самовизначення та розвитку емоційно-вольових якостей, таких як наполегливість і емоційна стійкість. Важливо, щоб зміст профорієнтаційної роботи відповідали віковим і психологічним можливостям особистості [58].

Для успішного самостійного вибору професії, пише А. Гончар, особистість повинна мати певну інформацію про світ професій, про свої психологічні особливості та професійно важливі якості, а також знати, як ефективно оволодіти

певною професією. Така база формується за допомогою професіографії та психодіагностики, що є основою для обґрунтованого вибору професії, відповідного до особистих можливостей і майбутніх кар'єрних перспектив [7].

Отже, професійна орієнтація є багатогранним явищем, яке інтегрує економічні, соціальні, освітні та психологічні аспекти. Вона поєднує виховні й навчальні впливи, спрямовані на формування усвідомленого професійного вибору, опанування професії та успішну реалізацію професійної діяльності, яка відповідає потребам суспільства та дозволяє максимально реалізувати свій потенціал. Загальна мета профорієнтації полягає у створенні умов для усвідомленого вибору чи зміни професії, а також у забезпеченні розвитку соціально-психологічних навичок учнів для професійної самореалізації. Вона охоплює також завдання підвищення конкурентоспроможності працівників на ринку праці, а в разі потреби – здійснення переорієнтації особистості на інші професії з урахуванням попереднього досвіду і психологічних особливостей.

1.2. Нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти

Нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти в Україні становлять основу для реалізації ефективних механізмів професійного самовизначення молоді. Вони сприяють формуванню у учнів чітких уявлень про різноманіття професійних можливостей, допомагають оцінити свої здібності та інтереси, а також визначити шлях до успішної кар'єри. Задля досягнення цих цілей розроблено низку нормативних документів, що регулюють процес профорієнтації на всіх етапах навчання – від початкової школи до випускних класів. Вказані документи забезпечують правову та організаційну основу для системної роботи з учнями, сприяють інтеграції профорієнтації в навчальні плани та програми, а також визначають важливість співпраці педагогічного колективу, батьків та представників бізнесу.

Конвенція Міжнародної організації праці про професійну орієнтацію та професійну підготовку в галузі розвитку людських ресурсів №142, ратифікована

Україною 03 травня 1979 року, наголошує членам Організації на необхідності розвитку скоординованих політики та програм професійної орієнтації та професійної підготовки, що тісно пов'язані із зайнятістю. Конвенція рекомендує країнам-членам Організації розширювати системи професійної орієнтації і професійної інформації, щоб вони були доступні дітям, молодим людям і дорослим, враховуючи відповідні програми для осіб з особливими освітніми потребами. Такі системи професійної орієнтації і професійної інформації повинні охоплювати вибір професії, професійну підготовку і пов'язані з нею можливості освіти, становище й перспективи у галузі зайнятості, інші аспекти трудового життя в різних галузях економічної, соціальної і культурної діяльності та на всіх рівнях відповідальності [31].

Нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти в Україні охоплюють кілька ключових законодавчих актів, які регулюють різні аспекти цієї діяльності, включаючи права на освіту, організацію навчального процесу, а також впровадження профорієнтаційних заходів. Одним з документів є Конституція України. Цей основоположний закон визначає права громадян на освіту, яка повинна бути доступною і рівною для всіх. Згідно з Конституцією, кожен має право на вільний вибір професії, що є важливим аспектом для здійснення профорієнтаційної роботи в школах. Конституція також гарантує рівність у доступі до освітніх ресурсів, що є необхідною умовою для ефективної профорієнтації, адже вона передбачає, що всі учні мають однакові можливості для самореалізації та професійного вибору, незалежно від соціального становища або інших зовнішніх факторів [32].

Іншим важливим документом є Закон України «Про освіту» (2017), який регламентує функціонування освітньої системи в Україні. Цей закон визначає основні принципи, на яких базується освіта в країні, і забезпечує її доступність та рівність. У контексті профорієнтаційної роботи закон наголошує на важливості надання учням всебічної інформації щодо професій та можливостей для самореалізації. Він визначає, що навчальні заклади повинні організовувати профорієнтаційну діяльність як невід'ємну частину освітнього процесу. Закон «Про освіту» підкреслює необхідність надання підтримки учням у процесі їх

професійного самовизначення, що є основою для розвитку таких компетентностей, як критичне мислення, здатність до самовизначення, а також навичок планування майбутньої професійної діяльності [20].

Окрім цього, Закон України «Про повну загальну середню освіту» (2020) деталізує питання організації освіти на рівні загальної середньої освіти. Цей закон передбачає, що профорієнтація повинна бути інтегрована в навчальний процес на всіх етапах середньої освіти, починаючи з молодших класів. Він визначає, що освітній процес має включати елементи профорієнтації, що дозволяє учням краще зрозуміти свої можливості, інтереси та здібності в контексті вибору майбутньої професії. Закон акцентує, що профорієнтаційна діяльність має проводитися з урахуванням потреб і можливостей кожного учня, забезпечуючи індивідуальний підхід у виборі професійної діяльності. Згідно з цим законом, у закладах освіти повинні створюватися умови для реалізації профорієнтаційної роботи, що включають як теоретичне навчання, так і практичні заходи, спрямовані на розвиток у дітей, підлітків і старшокласників необхідних навичок для професійного самовизначення [21].

Закон України «Про зайнятість населення» (2013) визначає право особи на професійну орієнтацію, що забезпечується шляхом надання послуг з професійної орієнтації з метою обрання виду діяльності, вибору або зміни професії тощо. У Законі охарактеризовано зміст поняття «професійна орієнтація населення» як комплекс взаємопов'язаних економічних і соціальних, медичних, психологічних та педагогічних заходів, спрямованих на активізацію процесу професійного самовизначення та реалізацію здатності до праці особистості, виявлення її здібностей, інтересів, можливостей, що впливають на вибір або зміну професії та виду трудової діяльності. Закон встановлює основних суб'єктів, які здійснюють професійну орієнтацію населення: навчальні заклади, заклади охорони здоров'я, реабілітаційні установи, медико-соціальні експертні комісії, центри професійної орієнтації населення, молодіжні центри праці, підприємства, установи та організації, що надають послуги з професійної орієнтації [20].

Здійснення профорієнтаційної роботи з учнівською молоддю в Україні регулюється цілим рядом підзаконних нормативно-правових актів, кожен з яких

має свою специфіку, але всі вони спрямовані на забезпечення ефективної підготовки учнів до професійної діяльності та підтримку їхнього професійного самовизначення. Одним із основних документів є Стратегія розвитку освіти і науки до 2030 року, яка визначає ключові напрямки розвитку системи освіти в країні, зокрема в контексті підготовки учнів до професійної діяльності. У цій стратегії наголошується на важливості розвитку професійної орієнтації як одного з основних елементів, що допомагає учням усвідомити свої здібності, інтереси та можливості у виборі професії. Важливою частиною стратегії є орієнтація на індивідуальний підхід до кожного учня, врахування його потенціалу та допомога у знаходженні найбільш відповідної професії. Стратегія також передбачає інтеграцію профорієнтації в усі етапи навчального процесу, починаючи з початкової школи і до випуску, із залученням новітніх методик, що сприяють розвитку професійних компетентностей [83].

Концепція державної системи професійної орієнтації населення, затверджена Постановою КМУ від 17 вересня 2008 р. №842, наголошує, що профорієнтація є важливою складовою системи освіти, спрямованою на формування трудового потенціалу суспільства. В умовах глобалізації та конкуренції особливо актуальним є забезпечення ефективності професійного самовизначення учнів, що визначає їхню здатність до праці. Державна система професійної орієнтації базується на науково обґрунтованих заходах, які сприяють оптимізації вибору професії. Важливими аспектами є активізація роботи з учнями, залучення громадськості та роботодавців, а також підготовка кадрів для організації профорієнтаційної діяльності. Профорієнтаційна робота має враховувати регіональні особливості ринку праці та галузеві потреби [33].

У Концепції державної системи професійної орієнтації населення, стверджується, що основні напрями профорієнтаційної роботи включають професійну інформацію, консультації, відбір, адаптацію. Професійна інформація надає учням дані про стан ринку праці, актуальні професії, вимоги до спеціалістів і можливості кар'єрного росту. Консультації спрямовані на виявлення індивідуальних інтересів, здібностей та врахування особливостей здоров'я. Професійний відбір дозволяє оцінити придатність до певної діяльності,

а адаптація допомагає учням ефективно інтегруватися у професійне середовище. Використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій розширює доступність профорієнтаційних послуг для учнів. У закладах загальної середньої освіти профорієнтаційна робота реалізується через тренінги, екскурсії на підприємства, зустрічі з фахівцями, професіоналами та спеціальні уроки. Вчителі й соціальні педагоги відіграють ключову роль у формуванні професійних інтересів учнів, допомагаючи їм усвідомлено обирати майбутню професію [33].

Важливо, що Концепція державної системи професійної орієнтації населення передбачає інтеграцію профорієнтаційної діяльності в усі рівні освіти, зокрема в загальноосвітні навчальні заклади, і підкреслює необхідність залучення усіх учасників освітнього процесу до цього процесу. Вона визначає ключові принципи організації профорієнтації, такі як індивідуальний підхід, доступність інформації про професії, а також практичне спрямування профорієнтаційної роботи. Концепція акцентує на важливості використання сучасних методів профорієнтації, що включає інтерактивні форми роботи, застосування інформаційно-комунікаційних технологій, а також активне залучення бізнесу та виробництва до процесу профорієнтації учнів [33].

Концепція профільного навчання у старшій школі, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 21 жовтня 2013 року № 1456, визначає основні напрями розвитку профільного навчання як складової частини системи загальної середньої освіти. Документ акцентує увагу на індивідуалізації освітнього процесу та орієнтації учнів на майбутній професійний вибір. Основною метою концепції є створення умов для забезпечення особистісно орієнтованого навчання та виховання учнів шляхом розширення можливостей вибору профілів навчання. Вона окреслює принципи, на яких має базуватися профільне навчання, включаючи доступність, наступність, гнучкість та варіативність. У документі також визначено основні механізми впровадження профільного навчання, такі як інтеграція загальноосвітніх і професійних програм, посилення співпраці закладів освіти з роботодавцями та соціальними партнерами. Концепція підкреслює важливість співпраці між школою, сім'єю та суспільством для створення умов, що сприяють успішній соціалізації учнів.

Увага приділяється питанням забезпечення якісного навчально-методичного та кадрового супроводу профільного навчання. Документ передбачає використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у навчанні, що сприяє підготовці учнів до життя в умовах інформаційного суспільства. Важливим аспектом є орієнтація на розвиток ключових компетентностей, зокрема здатності до самостійного навчання, критичного мислення та ефективної комунікації. Концепція також наголошує на важливості формування у випускників відповідального ставлення до професійного вибору [34].

Положення про організацію професійної орієнтації населення, затверджене наказом Міністерства праці та соціальної політики України від 27 вересня 2010 року № 356, встановлює загальні підходи до організації та проведення профорієнтаційної роботи для різних категорій населення, включаючи учнів закладів загальної середньої освіти. Документ визначає, що професійна орієнтація є комплексом заходів, спрямованих на виявлення інтересів, здібностей і можливостей особистості з урахуванням потреб ринку праці. У ньому зазначено основні етапи профорієнтаційної роботи, включаючи діагностику професійної придатності, інформування про професії, професійне консультування та адаптацію до вибору професії. Особливу увагу приділено взаємодії між освітніми закладами, службами зайнятості та роботодавцями, що має сприяти забезпеченню якості профорієнтаційної роботи. Положення наголошує на необхідності системного підходу до профорієнтаційної діяльності, яка має базуватися на аналізі соціально-економічної ситуації та потреб регіонального ринку праці. У документі зазначено про важливість використання сучасних методик і технологій у процесі профорієнтації, включаючи тренінги, тестування, індивідуальні та групові консультації. Особливий акцент зроблено на підвищенні професійної компетентності педагогів та фахівців, які здійснюють профорієнтаційну роботу. Документ передбачає активну участь батьків у процесі професійного визначення їхніх дітей, що сприяє більш усвідомленому вибору професії. Також у Положенні визначено необхідність забезпечення рівного доступу до профорієнтаційних послуг для всіх категорій населення [61].

Державний стандарт профільної середньої освіти (2024) є ще одним важливим документом, що впливає на організацію профорієнтаційної роботи в школах. Цей стандарт визначає вимоги до навчальних планів та програм, зокрема щодо інтеграції елементів профорієнтації в навчальний процес. Він вимагає, щоб в курсах загальноосвітніх дисциплін було передбачено не лише академічне навчання, але й розвиток у учнів компетентностей, які сприяють їхньому професійному самовизначенню. У зв'язку з цим стандарт визначає, що в шкільних програмах мають бути присутні модулі та курси, які допомагають учням зрозуміти свої інтереси, оцінити власні здібності, а також ознайомитися з різними напрямками професійної діяльності. Це дозволяє школярам розвивати вміння, необхідні для успішного вибору майбутньої професії, та адаптуватися до вимог сучасного ринку праці [14].

Методичні рекомендації щодо проведення профорієнтаційної роботи в закладах загальної середньої освіти, надані листом Інституту модернізації змісту освіти від 4 грудня 2020 року № 22.1/10-2496, містять практичні поради для педагогічних працівників щодо організації та проведення профорієнтаційних заходів. У документі наголошується на важливості інтеграції профорієнтаційної роботи у виховний процес школи та залучення всіх учасників освітнього процесу до її реалізації. Рекомендації передбачають використання інноваційних форм і методів роботи, таких як профорієнтаційні квести, бізнес-ігри, тренінги та майстер-класи. Значна увага приділяється питанням індивідуального підходу до кожного учня, врахуванню його інтересів, здібностей і можливостей. У документі окреслено алгоритм дій педагогів для організації профорієнтаційної роботи, починаючи з аналізу потреб учнів і закінчуючи оцінюванням результатів проведених заходів. Особливий акцент зроблено на необхідності співпраці закладів освіти з місцевими громадами, бізнесом і соціальними партнерами для забезпечення реальних можливостей для професійного самовизначення учнів. Методичні рекомендації також містять пропозиції щодо використання сучасних інформаційних ресурсів, таких як профорієнтаційні платформи та онлайн-сервіси. У документі визначено важливість підвищення кваліфікації педагогів, які здійснюють профорієнтаційну роботу, через участь у семінарах, тренінгах та

інших формах навчання. Передбачено залучення батьків до профорієнтації, що сприяє створенню єдиного виховного простору навколо учня [47].

Лист Міністерства освіти і науки України від 10 серпня 2022 року №1/9105-22 «Щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 навчальному році» акцентує увагу на нових викликах, пов'язаних із війною та необхідністю адаптації освітнього процесу до сучасних умов. У листі зазначено важливість виховної роботи, яка має сприяти формуванню в учнів громадянської свідомості, патріотизму та здатності до самостійного прийняття рішень. Особлива увага приділена питанням психолого-педагогічної підтримки учнів, які опинилися в складних життєвих обставинах, зокрема дітям-переселенцям. Документ передбачає активне використання сучасних технологій для організації виховної роботи, включаючи дистанційні формати. У ньому наголошується на необхідності співпраці закладів освіти з громадськими організаціями, волонтерами та соціальними службами для надання допомоги учням та їхнім родинам. Лист також містить рекомендації щодо організації профорієнтаційної роботи, яка має враховувати нові реалії ринку праці. У документі підкреслено важливість формування в учнів життєвих компетентностей, що забезпечують їхню готовність до активної участі в суспільному житті. Також увага приділена питанням безпеки в освітньому середовищі, зокрема щодо створення умов для фізичного та емоційного захисту учнів. Лист передбачає посилення ролі класних керівників і педагогів-організаторів у виховній роботі через інтеграцію виховних заходів у навчальний процес. Важливим аспектом є розвиток навичок критичного мислення, самоорганізації та командної роботи, що сприяє формуванню успішної особистості [96].

Існують також різноманітні інструктивно-методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України щодо проведення профорієнтаційної роботи в загальноосвітніх навчальних закладах, які надають конкретні вказівки та рекомендації для організації профорієнтаційної роботи в навчальних закладах. Ці рекомендації мають на меті допомогти педагогам, соціальним працівникам та психологам правильно організувати профорієнтаційні заходи, щоб вони були максимально ефективними та корисними для учнів. Вони містять поради щодо

використання різних форм і методів профорієнтації, таких як індивідуальні консультації, групові заняття, проведення тестувань для визначення професійних схильностей та інтересів, а також організацію зустрічей з представниками різних професій. Рекомендації також звертають увагу на важливість співпраці з батьками учнів, залучення їх до процесу профорієнтації для створення єдиного підходу до вибору майбутньої професії для кожного учня.

Координацію організаційних питань професійної орієнтації молоді, яка навчається, на загальнодержавному рівні здійснюють Міністерство освіти і науки України (стосовно дітей дошкільного, шкільного віку та учнівської молоді), Міністерство соціальної політики України (щодо всіх соціальних груп незайнятого та зайнятого працездатного населення), Міністерство охорони здоров'я України (відносно осіб з інвалідністю), Міністерство молоді та спорту України (стосовно молоді, що має певний професійний досвід або освіти) та Міністерство оборони України (з допризовною молоддю) [97].

Професійну орієнтацію учнівської молоді здійснюють усі заклади на всіх ступенях освіти. Діяльність зі сприяння професійному самовизначенню дітей, підлітків та молоді, яка навчається, виконують фахівці психологічної служби в системі освіти і науки. У закладах загальної середньої освіти суб'єктами виконання функцій профорієнтації та самовизначення школярів є працівники психологічної служби, профконсультанти і класні керівники, педагоги та бібліотекарі, керівники гуртків і методичні працівники.

Зокрема, у Положенні про класного керівника навчального закладу системи загальної середньої освіти зазначено, що класний керівник здійснює педагогічну діяльність з учнівським колективом, окремими учнями, їх батьками, організовує проведення позаурочної та культурно-масової роботи, сприяє створенню належних умов для виконання завдань навчання і виховання, самореалізації та розвитку учнів, їх соціального захисту. Класний керівник сприяє забезпеченню умов для засвоєння учнями рівня та обсягу освіти, а також розвитку їх здібностей; проводить виховну роботу з урахуванням вікових та індивідуально-психологічних особливостей учнів, їх нахилів, інтересів,

здатків, готовності до певних видів діяльності; співпрацює з вчителями, психологом, батьками та іншими учасниками освітнього процесу [60].

До професійної орієнтації учнівської молоді залучаються також професійні консультанти. Профконсультант – це спеціаліст, який надає допомогу у виборі професії та напрямку навчання у формі групових та індивідуальних консультацій, враховуючи психофізичні можливості і життєву ситуацію клієнта, а також потреби ринку праці і можливості системи освіти. Це фахівці, які мають вищу (педагогічну, психологічну, медичну) освіту, кваліфікацію спеціаліста і необхідний досвід діагностичної роботи у галузі професійної орієнтації [40].

Послуги з надання професійної інформації, професійної консультації, проведення професійної діагностики школярів здійснюються закладами освіти спільно з батьками учнів, підприємствами, установами і організаціями різних форм власності, фахівцями центрів зайнятості та соціальних служб для молоді. До штатних розписів закладів загальної середньої освіти можуть бути введені посади психологів-професійних консультантів або методистів з професійної орієнтації. Серед основних видів роботи, які реалізують суб'єкти виконання функцій із профорієнтації та самовизначення школярів, виділяють такі:

- забезпечення безкоштовного надання профорієнтаційних послуг учням;
- здійснення професійного інформування про професії, що мають попит на регіональному ринку праці;
- надання індивідуальних професійних консультацій з використанням елементів психологічної підтримки;
- ознайомлення з правилами вибору професії, виховання спрямованості на самопізнання і особисту активність як основи професійного самовизначення;
- проведення групових професійних консультацій серед школярів;
- проведення діагностичних заходів для вивчення особистісних якостей, професійних інтересів і нахилів учнів тощо [52].

Констатуємо, що зазначені документи регламентують основи організації профорієнтаційної роботи в школах, визначаючи порядок проведення профорієнтаційних заходів у навчальних закладах, в тому числі у школах, ліцеях та гімназіях. Документи передбачають створення спеціалізованих програм та

заходів для учнів, що включають різноманітні форми роботи, такі як лекції, семінари, тренінги, зустрічі з представниками різних професій, а також екскурсії на підприємства. Вони також визначають активну участь у профорієнтаційній роботі не лише педагогічного персоналу, а й соціальних працівників, психологів, представників місцевих органів влади та бізнесу. Наголошується на необхідності забезпечення учнів доступною та актуальною інформацією щодо світу професій, надаючи їм можливість ознайомитися з сучасними тенденціями на ринку праці та з умовами працевлаштування в різних сферах діяльності.

Зазначимо, що перелічені нормативно-правові акти є основою для реалізації профорієнтації в загальноосвітніх школах і є ключовими для забезпечення учнів якісною і доступною освітою, що відповідає їхнім інтересам і потребам. Вони сприяють розвитку навичок саморозуміння учнями своїх професійних інтересів, створюють умови для отримання практичного досвіду в різних сферах діяльності, що важливо для подальшого вибору професії. У цілому, ці документи визначають необхідність інтеграції профорієнтаційної роботи в систему освіти та формують правову основу для її ефективного впровадження в закладах загальної середньої освіти України.

Отже, нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти є важливим елементом системи освіти України, оскільки вони визначають основи та принципи організації професійної орієнтації для учнів. Встановлені закони, постанови та методичні рекомендації забезпечують правову основу для впровадження профорієнтаційних заходів у школах, сприяють розвитку особистості учня, формуванню його професійних навичок і компетентностей, що відповідають вимогам сучасного ринку праці. Профорієнтаційна робота, яка регламентується відповідними нормативно-правовими актами, надає учням можливість усвідомити свої здібності, інтереси та потенціал, а також зробити свідомий вибір професії, який відповідатиме їхнім індивідуальним характеристикам.

1.3. Психологічні аспекти профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти

Психологічний контекст дослідження профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти передбачає аналіз соціально-психологічних факторів та умов, що організовують цей процес. Основою профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти є особливості психосоціального розвитку, які визначають здатність молоді самостійно обирати життєвий шлях. Важливими новоутвореннями, що сприяють здійсненню профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти, є усвідомлення внутрішнього «Я» та формування цілісного уявлення про себе. Проте найголовнішим психологічним аспектом організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти є професійне та особистісне самовизначення учнів.

Так, Л. Ткачук виокремила об'єктивні та суб'єктивні детермінанти професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Об'єктивні аспекти відображають необхідність переходу до «дорослого» життя, що включає професійну активність. Суб'єктивні детермінанти характеризують перехід когнітивної сфери й самовизначення на якісно новий рівень: потребу в переоцінці цінностей та пошуку сенсу життя, ієрархію та стабільність мотиваційної сфери, а також ідентифікацію з майбутньою професійною діяльністю; потребу в самореалізації та самовираженні в цій діяльності [87].

О. Пінська зазначає, що у сучасному суспільстві спостерігається суперечливий характер професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Зокрема, самовизначення учнів відбувається в умовах нестабільної економічної ситуації. Багато з них стикаються з «непривабливими сторонами» життя батьків, такими як тривога за майбутнє, постійна втома, роздратованість, байдужість до проблем дітей та відчуття безпорадності. Нестабільність і невизначеність життя, а також неясність перспектив соціального розвитку суспільства призводять до того, що молоді люди з тривогою дивляться в майбутнє. Проблема професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці загострюється також існуючими протиріччями між: неготовністю випускників зробити усвідомлений вибір професійного шляху та потребою роботодавців у

професійно орієнтованій особистості, здатної до соціальних перетворень; існуючими методами самовизначення у ранньому юнацькому віці та відсутністю ефективних програм психолого-педагогічного супроводу у закладах загальної середньої освіти [57].

В. Рибалка визначає кілька ключових чинників, що впливають на професійне самовизначення у ранньому юнацькому віці: знання про економічну структуру, потреби ринку праці, зміст і умови праці за вибраною професією, а також про заклади освіти, які надають можливість отримання професії; сформованість професійних інтересів і намірів; розвиток мотиваційної сфери при виборі професії; наявність спеціальних здібностей; практичний досвід у обраній сфері; відповідність інтересів, здібностей і нахилів вимогам професії; стан здоров'я, що не має протипоказань [74].

Л. Гуцан виділяє основні чинники професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, серед яких: наявність установки на активність та самопізнання, що є основою професійного самовизначення; знання про світ професій, ринок праці і правила вибору професії; здатність до самопізнання та сформованість «образу-Я» як суб'єкта професійної діяльності; уміння аналізувати різні види професійної діяльності, враховуючи їх психологічну спорідненість і подібність вимог до особистості; навички співставлення «образу-Я» з професійними вимогами та ринковою кон'юнктурою для створення професійного плану; умови для перевірки можливостей самореалізації через професійні проби; розвиток професійно важливих якостей; готовність до зміни професії та переорієнтації на нову діяльність; вихованість загально-людських і загальнопрофесійних якостей та розумних потреб [67].

Наукові роботи, присвячені основним чинникам вибору професії, чітко характеризують ситуацію професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. О. Середа зазначала, що професійне самовизначення є тривалим, багатоплановим процесом самореалізації в професії, що детермінується соціально-економічними, соціально-психологічними, суб'єктно-особистісними, індивідуально-особистісними та демографічними чинниками [77].

Дослідження вчених (М. Боришевський, В. Семиченко, О. Бондарчук та ін.) підтверджують, що на успішність професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці впливають численні умови і чинники як психологічного, так і соціального характеру. До соціальних чинників відносять: соціальний статус, позитивні результати навчання, територіальний чинник; локальний чинник, що включає місце проживання та членство у формальних і неформальних групах; вік вибору професії, рівень обізнаності та прагнень молодшої людини. Психологічні чинники охоплюють потреби, інтереси, цінності особи, а також особливості ціннісно-мотиваційної сфери [81].

З. Становських уточнила психологічні властивості та характеристики особистості, що впливають на процес професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Зокрема, дослідниця виділила такі чинники: рівень суб'єктивного контролю, ціннісні орієнтації, мотивацію досягнення, самооцінку, загальні інтелектуальні здібності, темперамент та характер. Соціальні умови для професійного вибору включають місце проживання, специфіку закладу освіти, де навчається молодь, та освіту батьків [82].

Деякі науковці вважають, що професійне самовизначення у ранньому юнацькому віці визначається специфікою самооцінки. Зокрема, Л. Федоренко підтвердив, що психологічною особливістю формування самооцінки підлітків, яка впливає на їхню здатність до професійного самовизначення, є рівномірне зростання її диференційованості та адекватності протягом навчання у школі. Таким чином, ключові елементи самосвідомості, зокрема самооцінка та рівень домагань, є необхідною умовою та джерелом професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Їхній взаємозв'язок формує суб'єктивну картину бажаного майбутнього. Узгодженість (коерентність) та неузгодженість (дивергенція) самооцінки, рівня домагань і готовності до професійного самовизначення створюють «трикутник», взаємозв'язок складових якого визначає гармонійні, розбалансовані й дисгармонійні типи професійного самовизначення в ранній юності [91].

Окремі дослідники психології стверджують, що рефлексія є важливим чинником професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Зокрема,

дослідження З. Становських, яка аналізувала самовизначення старшокласників як триступеневий процес: спонтанного, профільного та конкретно-професійного самовизначення, викликало особливий інтерес. На стадії спонтанного професійного самовизначення відбувається первинна рефлексивна орієнтація у різних видах діяльності. На стадії профільного самовизначення учень, виходячи з рефлексії своїх інтересів і здібностей, робить початковий вибір професійної сфери. Завершальна стадія, конкретно-професійного самовизначення, передбачає рефлексію широкого кола внутрішніх та соціальних чинників, які впливають на вибір професії, а також ухвалення остаточного рішення та складання професійного плану [82].

Л. Федоренко виділила два типи умов, які впливають на процес професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці: зовнішні (престиж професії, її затребуваність, предмет праці, реальні можливості вступу до навчального закладу, вплив сім'ї) та внутрішні (індивідуально-психологічні особливості особистості, соціально-психологічні установки, система ціннісних орієнтацій і мотивів) [91].

Узагальнюючи наукові дослідження щодо детермінації професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, М. Корольчук, Ю. Дроздова та В. Корольчук виділили систему зовнішніх і внутрішніх мотиваційних чинників професійного вибору. Зокрема, до зовнішніх чинників відносять:

1. Тиск: рекомендації, поради, вказівки з боку оточуючих, а також приклади героїв кіно і літературних персонажів; об'єктивні вимоги (служба в армії, матеріальне становище сім'ї тощо); індивідуальні об'єктивні обставини (стан здоров'я, здібності тощо).

2. Тяжіння–відштовхування: приклади, які пропонує оточення; загальноприйняті еталони соціального успіху (мода, престиж, забобони).

3. Інерція: стереотипи, пов'язані з наявними соціальними ролями (сімейні, членство в неформальних групах); звичні заняття, що виникають під впливом шкільних предметів та захоплень [73].

Внутрішніми мотиваційними чинниками професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, згідно з дослідженнями М. Корольчука, Ю. Дроздової та В. Корольчука, є:

1. Власні мотиваційні чинники професії: предмет праці; процес праці (привабливість, естетичні аспекти, різноманітність, індивідуальна або колективна праця, можливості розвитку у професії); результати праці.

2. Умови праці: фізичні (кліматичні, динамічні характеристики роботи); територіально-географічні (близькість розташування, необхідність відряджень); організаційні умови (самостійність чи підпорядкованість, об'єктивність або суб'єктивність оцінки праці); соціальні умови (трудність або легкість отримання професійної освіти, можливості подальшого працевлаштування, надійність становища працівника, режим роботи, соціальний мікроклімат).

3. Можливості для реалізації позапрофесійних цілей: для громадської діяльності; досягнення бажаного соціального статусу; для матеріального добробуту; для відпочинку і розваг; для підтримки здоров'я; для психічного самозбереження і розвитку; для спілкування [73].

Однією з найвідоміших моделей вибору професії у ранньому юнацькому віці є модель Є. Клімова, яку згадує В. Теслюк. Він підкреслює, що старшокласник, обираючи професію, має враховувати три основні аспекти: те, що він хоче (свої бажання), що він може (свої здібності) та що потрібно (потреби ринку). Автор пропонує такі чинники, які школяр має враховувати при виборі професії: 1) врахування власних схильностей; 2) врахування здібностей і можливостей; 3) престижність обраної професії; 4) поінформованість про професію; 5) позиція батьків; 6) позиція однокласників і друзів; 7) потреби виробництва (ринку); 8) наявність програми дій щодо вибору та досягнення професійних цілей з особистої перспективи [85].

І. Старікова вивчила проблематику професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці, конкретизувавши фактори та умови, що впливають на цей процес. Вона виділила такі фактори, як: престиж професії, рівень оплати праці фахівців у певній галузі, становище професії на ринку праці та її актуальність в сучасних умовах, можливість отримання допомоги в навчанні,

включаючи матеріальну, розташування навчального закладу, специфіка предмета та умов праці, думки значущих оточуючих, вплив засобів масової інформації, а також соціально-економічні обставини. Умови, що впливають на самовизначення, охоплюють особистісну зрілість, адекватність самооцінки здібностей та інтересів для оволодіння майбутньою професією, рівень усвідомлення змісту професійної діяльності, а також психолого-педагогічний супровід формування професійного самовизначення учнів старшої школи [70].

Досліджуючи детермінацію професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці, М. Савчин і П. Василенко зазначили, що на початкових етапах старшокласники при виборі професійного шляху більше зважають на думку своїх однолітків та вчителів, а менше – на думку батьків. З віком вплив оточуючих на вибір професії зменшується, і підлітки у віці 16-17 років демонструють більшу самостійність та усвідомленість у цьому питанні, ніж у 14-15 років. Вчені також вважають, що вибір професії у ранньому юнацькому віці може бути пов'язаний з гендерними особливостями, оскільки дівчата виявляють більшу активність у цьому процесі порівняно з юнаками. Загалом, школярки є більш гнучкими в професійному та особистісному самовизначенні, а також краще пристосовані до соціально-економічних умов [75].

Н. Токарбева, А. Шамне підкреслюють, що основою професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці є психологічні чинники, серед яких: усвідомлення цінності суспільно корисної праці, загальна орієнтація на соціально-економічну ситуацію в країні, усвідомлення необхідності загальної та професійної підготовки для повноцінного самовизначення й самореалізації, орієнтація у світі професійної праці, визначення подальшої професійної мети (мрії), узгодження цієї мрії з іншими важливими життєвими цілями (сімейними, особистими), знання про вибрані цілі, а також усвідомлення внутрішніх бар'єрів, що ускладнюють досягнення обраної мети [88].

Проблему вибору професії також розглядали Л. Гуцан, О. Морін та З. Охріменко, які виділили соціально-психологічні та внутрішньопрофесійні критерії професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці. Соціально-психологічні критерії охоплюють аспекти міжособистісної взаємодії (пов'язані з

соціальним оточенням, таким як сім'я, школа та друзі) та статусні критерії (суспільно значимі характеристики професії, які не пов'язані безпосередньо зі змістом професійної діяльності, наприклад, престиж професії та попит на фахівців). Внутрішньопрофесійні критерії включають характеристики, що стосуються змісту професійної діяльності та усвідомлення власних здібностей до неї (вимоги, що ставляться до здібностей, труднощі, які можуть виникнути під час роботи та навчання). Встановлено, що для старшокласників найбільш важливими є статусні критерії, за ними йдуть внутрішньопрофесійні, тоді як критерії міжособистісної взаємодії мають менш значущу роль. Також були виокремлені два емпіричних типи старшокласників в залежності від значущості критеріїв вибору професії: перший тип – соціально-орієнтований, другий – професійно-орієнтований [67].

Теоретичний аналіз факторів, що визначають професійне самовизначення в ранньому юнацькому віці, дозволив Р. Мотрук створити детальну систему, у якій усі чинники класифіковані на дві основні групи. Першу, суб'єктивну, складають такі чинники: а) психофізіологічні: генетичні задатки, статеві та вікові особливості, тілесна конституція; б) ціннісно-мотиваційні: інтереси, бажання, нахили, життєві цілі, перспективи, плани, соціальні установки, ціннісні орієнтації, потреба в самоактуалізації; в) рефлексивно-феноменологічні: его-ідентичність, самоприйняття, самооцінка, образ «Я», рівень домагань; г) ортобіотичні: стресостійкість, фрустраційна толерантність, внутрішня картина здоров'я; д) психодинамічні: психологічний захист, копінг-поведінка, особливості морально-вольової саморегуляції. Об'єктивні чинники включають: а) економічні та соціально-політичні: стан суспільства, ринок праці та попит на професії, рівень заробітної плати; б) соціально-педагогічні: інститути соціалізації (сім'я, дитячі садки, школи, заклади вищої освіти тощо); в) соціокультурні: традиції, менталітет, фольклор; г) екологічні: стан природного середовища, умови праці; д) інтерактивно-символічні: престиж, імідж, соціальний статус, мода, реклама [91].

О. Серeda вважає, що професійне самовизначення в ранньому юнацькому віці слід аналізувати відповідно до особливостей світогляду, моральних позицій

і життєвого сенсу, а також з точки зору соціального самовизначення (вибір соціального середовища, спрямованість на розширення соціальної взаємодії, «приєднання» до професії як сфери соціальної активності). Вчений зазначає, що основними ознаками готовності учнів старших класів до професійного самовизначення є: усвідомлення ситуації професійного вибору, активний пошук засобів для здійснення професійного самовизначення, розуміння специфіки професій і адекватне співвідношення власних можливостей і інтересів [78].

Дослідження А. Шевенко виявило відмінності в особистісному самовизначенні підлітків та юнаків. Для підлітків важливими умовами професійного вибору є умови праці. Для юнаків значущим є те, наскільки обрана професія сприятиме їхньому розвитку. Юнаки зазвичай керуються зовнішніми мотивами, акцентуючи увагу на умовах роботи. Дівчата обох досліджуваних груп прагнуть професій, пов'язаних з людським фактором, тобто таких, що передбачають передачу знань і надання допомоги. Хлопці ж зацікавлені в спорті, технічних напрямках та військовій справі. Більшість молодих людей бажає займатися бізнесом. Також зафіксовані відмінності між професійним середовищем молодих людей і їхніми професійними типами. Більшість юнаків обирають професійне середовище, що відповідає їхнім професійним типам. Проте підлітки ще не здатні зіставити свої професійні бажання та можливості, тоді як юнаки вже зробили свій вибір професії і уявляють реальне професійне середовище, де планують працювати [94].

У дослідженні С. Болтівця встановлено зв'язок між професійною спрямованістю та гендерною ідентичністю. Згідно з опитувальником професійних схильностей, старшокласники з маскулінною ідентичністю частіше обирали діяльності, пов'язані з технікою та знаковими системами; старшокласники з амбівалентною і фемінною ідентичністю – з людським фактором, тобто роботою з природою й людьми [2].

О. Пінська, узагальнивши наукові дані, виділила чинники, що впливають на правильний професійний вибір у ранньому юнацькому віці: внутрішні (потреби, нахили, установки, професійний інтерес, інтелектуальний розвиток, специфіка ціннісно-мотиваційної сфери, знання про зміст і умови праці,

сформованість професійно важливих якостей) та зовнішні (соціально-економічні та соціокультурні характеристики середовища, місце проживання, соціальний статус батьків, рівень освіти, соціальні еталони (мода, престиж), поінформованість про структуру економіки, кон'юнктуру ринку праці, рівень обізнаності про обрану професію, поради від старших членів сім'ї та інших, вплив референтних груп, стиль міжособистісних стосунків, а також динаміка процесу самовизначення в цих групах). На етапі вибору професії у професійному самовизначенні можуть виникати різноманітні суперечності: між соціальною орієнтацією молоді на вибір престижних професій і потребою держави в різних спеціалістах; між прагненням до самостійності та необхідністю кваліфікованої допомоги дорослих під час професійного вибору; між вимогами професійної діяльності та можливостями юнаків ефективно їх виконувати; між професійними намірами молоді та можливостями їх реалізації за різних умов; між станом здоров'я та медико-фізіологічними вимогами професії; між професійними намірами та здібностями. Найсуттєвішою є суперечність між «хочу» і «можу», коли реальні можливості молодої людини не дозволяють досягти бажаного, або, навпаки, маючи значний особистісний потенціал, юнак не бачить адекватних шляхів для реалізації своїх можливостей [57].

Дослідник З. Охріменко акцентує увагу на тому, що професійне самовизначення юнаків і дівчат піддається впливу кількох несприятливих соціально-психологічних факторів: нестабільність на ринку праці, а також невизначеність змісту та умов праці сучасних професій, зміни в професійно-ціннісних орієнтаціях. Крім того, на особистісному рівні виникають конфлікти між бажанням учня професійно розвиватися і рівнем його домагань, між відсутністю досвіду професійної діяльності та необхідністю вибрати майбутню професію, а також між суспільною потребою у висококваліфікованих спеціалістах та неготовністю учнів до професійної діяльності в умовах конкуренції. Науковець зазначає, що подолання цих суперечностей має здійснюватися відповідно до сучасних умов ринку праці та вимог часу [67].

І. Ткачук аналізує професійне самовизначення старшокласників, які переживають складні життєві обставини через військові конфлікти, як процес їх

психологічної реабілітації. Він акцентує увагу на умовах психолого-педагогічного супроводу професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, серед яких: 1) зміст супроводу має формуватися відповідно до специфіки ситуації; 2) супровід повинен сприяти особистісному розвитку учнів, зберігаючи їх як ефективних суб'єктів діяльності, які здатні сформувати та досягти образ власного професійного майбутнього; 3) важливо підтримувати формування в учнів оптимістичного ставлення до створення життєвих перспектив, а також спрямованість на майбутній професійний успіх [87].

Отже, в основі профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти постає професійне самовизначення, яке у ранньому юнацькому віці характеризується як тривалий, динамічний, багатогранний процес самореалізації в професії, що визначається різноманітними соціально-економічними, соціально-психологічними, суб'єктно-особистісними, а також індивідуально-особистісними та індивідуально-демографічними факторами. Серед соціально-психологічних чинників, що впливають на професійне самовизначення в цей період, виділяють соціальний статус, позитивні успіхи, вік, рівень домагань, потреби, інтереси, особливості ціннісно-мотиваційної сфери, власну активність, самопізнання, знання про світ професій та ринок праці, наявність умов для перевірки можливостей самореалізації в різних видах професійної діяльності, а також розвиток професійно важливих якостей особистості та інші чинники.

Висновки до розділу 1

1. Професійна орієнтація є багатогранним явищем, яке інтегрує економічні, соціальні, освітні та психологічні аспекти. Вона поєднує виховні й навчальні впливи, спрямовані на формування усвідомленого професійного вибору, опанування професії та успішну реалізацію професійної діяльності, яка відповідає потребам суспільства та дозволяє максимально реалізувати свій потенціал. Загальна мета профорієнтації полягає у створенні умов для усвідомленого вибору чи зміни професії, а також у забезпеченні розвитку соціально-психологічних навичок учнів для професійної самореалізації. Вона

охоплює також завдання підвищення конкурентоспроможності працівників на ринку праці, а в разі потреби – здійснення переорієнтації особистості на інші професії з урахуванням попереднього досвіду і психологічних особливостей.

2. Нормативно-правові засади здійснення профорієнтації учнів у закладах загальної середньої освіти є важливим елементом системи освіти України, оскільки вони визначають основи та принципи організації професійної орієнтації для учнів. Встановлені закони, постанови та методичні рекомендації забезпечують правову основу для впровадження профорієнтаційних заходів у школах, сприяють розвитку особистості учня, формуванню його професійних навичок і компетентностей, що відповідають вимогам сучасного ринку праці. Профорієнтаційна робота, яка регламентується відповідними нормативно-правовими актами, надає учням можливість усвідомити свої здібності, інтереси та потенціал, а також зробити свідомий вибір професії, який відповідатиме їхнім індивідуальним характеристикам. Загалом, нормативно-правова база є основою для розвитку профорієнтації в Україні, сприяючи її інтеграції в систему загальної середньої освіти. Вона забезпечує створення чіткої і стабільної організаційної структури для реалізації профорієнтаційних заходів, а також визначає роль педагогів, батьків, а також соціальних партнерів у цьому процесі.

3. В основі профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти постає професійне самовизначення, яке у ранньому юнацькому віці характеризується як тривалий, динамічний, багатогранний процес самореалізації в професії, що визначається різноманітними соціально-економічними, соціально-психологічними, суб'єктно-особистісними, а також індивідуально-особистісними та індивідуально-демографічними факторами. Серед соціально-психологічних чинників, що впливають на професійне самовизначення в цей період, виділяють соціальний статус, позитивні успіхи, вік, рівень домагань, потреби, інтереси, особливості ціннісно-мотиваційної сфери, власну активність, самопізнання, знання про світ професій та ринок праці, наявність умов для перевірки можливостей самореалізації в різних видах професійної діяльності, а також розвиток професійно важливих якостей особистості та інші чинники.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ СУЧАСНОГО СТАНУ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

2.1. Діагностичний інструментарій для вивчення сучасного стану здійснення профорієнтаційної роботи в школі

Для дослідження актуального стану профорієнтаційної роботи у закладі загальної середньої освіти було обрано низку діагностичних методик. Важливо врахувати, що проблема профорієнтаційної роботи у закладі освіти є складною та багатоаспектною, тому для її вивчення необхідно застосовувати комплекс діагностичних інструментів, зокрема: 1) анкета для учнів «Мої життєві та професійні плани» [68]; 2) опитувальник професійної готовності Л. Кабардової [50]; 3) опитувальник професійних схильностей Л. Йовайши [95]; 4) анкета для батьків щодо професійного самовизначення учнів [7]; 5) анкета для вчителів щодо професійного самовизначення учнів старших класів [11].

Розглянемо діагностичні методики, запропоновані для емпіричного дослідження актуального стану профорієнтаційної роботи у закладі загальної середньої освіти. Так, анкета для учнів «Мої життєві та професійні плани» призначена для збору інформації про погляди та плани учнів щодо їхнього майбутнього після закінчення школи. Вона складається з 14 запитань, що охоплюють різні аспекти вибору професії, навчання та життєвих цінностей. Заявлені питання сприяють самоусвідомленню учнів і допомагають виявити їхні професійні орієнтації, інтереси та мотиви. В анкеті містяться питання про вибір майбутньої професії, оцінку власної поінформованості про різні фахи і спеціальності, а також про наявність планів на власне професійне майбутнє. Перше питання анкети стосується того, чи учень вже визначився з професією, чи має конкретні плани щодо подальшого навчання. Наступні питання анкети визначають основні фактори, що впливають на вибір професії, такі як особисті уподобання, заробіток або престиж професії. Окреме питання стосується джерел, з яких учень отримує інформацію про професії, що допомагає виявити, чи

надається перевага порадами родини, друзів чи навчальним установам. Запитання також включають оцінку рівня поінформованості учня про обрану професію, його ставлення до процесу вибору майбутньої кар'єри, а також ступінь активності в пошуку додаткової інформації. Важливим аспектом є ставлення родичів до професійних планів учня, а також їхня підтримка у виборі майбутнього. Окрім того, анкета містить питання про схильність учня до певного виду діяльності, його стиль роботи (як підлеглого чи керівника), а також критерії, які, на його думку, впливають на успіх у житті. Останнє питання пропонує учневі розставити пріоритети серед життєвих цінностей, таких як кар'єрний успіх, особисте щастя та фізичне здоров'я. Заповнюючи цю анкету, учні мають можливість глибше осмислити свої плани та прагнення, а також отримати допомогу у визначенні життєвих орієнтирів.

Опитувальник професійної готовності (ОПГ), розроблений Л. Кабардовою, спрямований на визначення рівня готовності досліджуваного до успішного функціонування (навчання, роботи) у вибраній професійній сфері. Основою цього інструменту є принцип самооцінки, який передбачає одночасну оцінку досліджуваним своїх можливостей у реалізації визначених опитувальником умінь (учбових, творчих, трудових, соціальних тощо), а також емоційного ставлення, що виникає під час виконання зазначених видів діяльності, і його схильності чи небажання включати ці види діяльності у майбутню професію.

Опитувальник професійної готовності Л. Кабардової дозволяє отримати достатньо достовірну інформацію про наявність, взаємозв'язок, успішність реалізації та емоційне підкріплення професійно орієнтованих умінь і навичок у досліджуваних. На початку дослідження важливо, щоб респонденти уважно ознайомилися з інструкцією: «Уважно прочитайте кожне висловлювання. Вам потрібно дати три відповіді та оцінити їх у балах (від 0 до 2):

1. Наскільки добре Ви вмієте виконувати те, що написано в питанні?: «роблю, як правило, добре» – 2 бали; «посередньо» – 1 бал; «погано (зовсім не вмію)» – 0 балів. 2. Які відчуття виникали у Вас під час виконання цього? – позитивні (приємно, цікаво, легко) – 2 бали; нейтральні (все одно) – 1 бал; негативні (неприємно, нецікаво, важко) – 0 балів. 3. Хотіли б Ви, щоб описані в

питанні дії були частиною Вашої майбутньої роботи: так – 2 бали; все одно – 1 бал; ні – 0 балів. Свої оцінки в балах Ви заносите в таблицю відповідей (номер клітини у таблиці відповідає номеру питання). У кожному клітині таблиці відповідей Ви повинні поставити бали, що відповідають Вашим відповідям на всі три питання. Спочатку оцініть Ваше «вміння», потім «ставлення», а потім «бажання». В цій же послідовності проставляйте оцінки у відповідну клітинку таблиці. Якщо Ви ніколи не виконували те, що написано в питанні, ставте в клітинку прочерки в перших двох питаннях і намагайтеся відповісти тільки на третє питання. Читаючи питання, звертайте увагу на слова «часто», «легко», «систематично» тощо. Ваша відповідь повинна враховувати зміст цих слів. Якщо з декількох дій вмієте робити лише щось одне, оцініть тільки це трьома оцінками. Працюйте уважно, не поспішаючи».

Після ознайомлення респондентів з інструкцією, важливо акцентувати увагу на наступному: 1) Відповідати «добре вмію робити» (тобто ставити 2 бали) можна лише у випадку, якщо особа виконувала цю дію неодноразово і зазвичай робила це добре. 2) Ставити «0» балів у категорії «вміння» потрібно, якщо респондент виконує дію погано або не вміє її виконувати (тобто пробував, але безуспішно). 3) Якщо респондент ніколи не намагався виконувати те, що написано в питанні, то він ставить прочерки у відповідних клітинках для оцінки вмінь та ставлення, а якщо зможе, відповідає тільки на третє питання щодо своїх професійних переваг. Якщо не вдається, ставить прочерк і для третьої оцінки.

У ході роботи з опитувальником опитуваний заповнює спеціально розроблену таблицю відповідей, яка складається з п'яти стовпців. Нумери та літерні позначення у клітинках відповідають номерам і позначенням запитань. У кожній клітинці таблиці респондент ставить три оцінки в балах: 1) оцінка власних умінь; 2) оцінка емоційного ставлення; 3) оцінка професійних уподобань. Обробка отриманих результатів виконується наступним чином. Верхні клітинки п'яти стовпців необхідно позначити відповідно до типів професій зліва направо: 1 – Л–З (людина – знак); 2 – Л–Т (людина – техніка); 3 – Л–П (людина – природа); 4 – Л–ХО (людина – художній образ); 5 – Л–Л (людина – людина) [15, с. 100].

При обробці результатів першочергово слід виявити в таблиці відповіді ті запитання (клітини), для яких респондент надав оцінку 0 балів або залишив прочерк. У разі такої оцінки, наступні дві оцінки з цього ж запитання не беруться до уваги при підрахунку загальної суми балів за цими шкалами (їх можна умовно викреслити в таблиці). Вони враховуються лише при якісному аналізі кожної сфери. Загальна сума балів підраховується окремо для кожної професійної сфери за категоріями «уміння», «ставлення» та «професійні побажання». Завдяки цьому підрахунку формується наочна картина співвідношення оцінок за трьома шкалами: умінь респондента, його емоційного ставлення та професійних уподобань як у кожній професійній сфері, так і за кожним конкретним запитанням (видами діяльності).

Порівняння та вибір найбільш прийнятної для даного респондента професійної сфери (або кількох) здійснюється на основі зіставлення сум балів, набраних різними професійними сферами окремо за шкалою «професійна перевага». Важливо звертати увагу на ті професійні сфери, де суми балів є найвищими. Далі проводиться порівняння у кожній сфері сум балів, отриманих за трьома шкалами. Позитивно оцінюється поєднання, при якому оцінки за 2-ю і 3-ю шкалами кількісно узгоджуються з реальними вміннями респондента, тобто з 1-ою оцінкою. Наприклад, співвідношення трьох оцінок типу 10–12–11 є сприятливішим, ніж 3–18–12, оскільки в першому випадку уподобання респондента підкріплені наявністю відповідних умінь.

Обов'язковому аналізу підлягають у всіх сферах запитання, на які респондент дав найвищу оцінку, а також питання, в яких дві найвищі оцінки поєднуються із середньою («2–2–1» або «1–2–2»). Це робиться, по-перше, щоб звузити всю професійну сферу до певних спеціальностей. Наприклад, діяльність у галузі Л–З може бути пов'язана з «буквами, словами, текстами» (філолог, історик, редактор), зі знаками та текстами іноземними мовами (технічний перекладач, гід-перекладач), з математичними знаками (програміст, математик, економіст). По-друге, щоб «вийти за межі» однієї сфери на професії, що займають проміжні позиції між різними сферами. Наприклад, вчитель математики (Л–Л і Л–З), модельєр (Л–ХО та Л–Т) тощо. За результатами

відповідей досліджуваного на запитання цієї методики робиться висновок про його схильність до певної сфери професійної діяльності.

Процес роботи з опитувальником і форми фіксації результатів забезпечують можливість кількісної оцінки співвідношення «умінь», «емоційних ставлень» і «професійних уподобань» респондента як усередині кожної професійної сфери, так і між різними сферами. Це дозволяє диференціювати отримані результати, навіть якщо кількісно (за загальною сумою балів) вони збігаються у кількох професійних сферах.

Найбільш оптимальна сфера професійної діяльності (або декілька сфер) визначається за найбільшим сумарним балом. У випадку, якщо суми балів у кількох категоріях не суттєво відрізняються, пріоритет надається тій сфері, де оцінки за «ставлення» та «бажання» збігаються з оцінкою за «вмінням». Наприклад, співвідношення «16–15–16» є більш сприятливим, ніж «5–19–20», оскільки в першому випадку ви маєте більший практичний досвід, що підтверджує обґрунтованість вибору професії. Опитувальник дозволяє під час аналізу відповідей виявити професії (як у всіх сферах, так і в кожній окремо), що найбільше вас приваблюють. Для цього необхідно знайти пункти тексту ППГ, за якими ви отримали найвищі бали («2–2–2», «2–2–1», «2–1–2», «1–2–2»).

Застосування опитувальника ОПГ дозволяє оцінити обґрунтованість або необґрунтованість професійних виборів учня, що в поєднанні з іншими методиками дослідження професійної спрямованості особистості сприяє підвищенню ефективності професійної консультації. При опрацюванні опитувальника слід враховувати можливість співпадіння результатів за типами діяльності, адже частина професій може належати до різних типів. Наприклад, професія вчителя математики може відповідати типам «людина – людина» та «людина – знакова система», а провідника пасажирського вагону – типам «людина – людина» і «людина – техніка».

Методика професійних схильностей Л. Йовайши дозволяє виявити нахили учнів до різних сфер діяльності, таких як сфера мистецтва (людина – художній образ), техніка (людина – техніка), робота з людьми (людина – людина), розумова праця (нахили до розумової діяльності), фізична праця (нахили до

рухливої, фізичної роботи) та матеріальні інтереси (виробництво та споживання матеріальних благ, діяльність у сфері економіки) [87, с. 152]. Учасникам надається інструкція, що вимагає вибрати з двох варіантів відповідь, яка найбільше відповідає їхній особистій позиції. Вони мають зафіксувати відповідь у відповідній клітинці бланка. Якщо два запитання здаються однаково цікавими, респонденту слід все ж віддати перевагу одному з них. Оцінка відповідей здійснюється за шкалою від 0 до 3: якщо учасник погоджується з твердженням а), але не з б), він ставить 3 у клітинці а) та 0 у клітинці б); якщо навпаки – 0 у клітинці а) та 3 у клітинці б); при незначній перевазі а) над б) ставиться 2 у клітинці а) та 1 у б); якщо ж перевага б) над а), то 1 у клітинці а) та 2 у б). Загалом відповіді в сумі мають дорівнювати 3 бали. Респонденти мають відповідати щиро, дотримуючись наданих інструкцій.

Обробка та інтерпретація результатів дослідження професійних схильностей за методикою Л. Йовайши здійснюється наступним чином. Замість літер «а» та «б» біля кожного запитання в таблицю-ключ потрібно внести відповідну цифру з аркуша відповідей. У таблиці застосовані такі позначення: А – схильність до діяльності з людьми; Б – схильність до інтелектуальних видів праці; В – схильність до роботи з людьми в промисловості; Г – схильність до естетичної діяльності та мистецтва; Ґ – схильність до активних видів діяльності; Д – схильність до планово-економічних робіт, спрямованих на задоволення матеріальних потреб. Чим вищий бал отриманий, тим краще розвинута схильність до конкретної сфери діяльності.

1) сфера роботи з людьми: включає професії, такі як учитель, вихователь, екскурсовод, соціолог, психолог, менеджер з персоналу, слідчий. Ці професії пов'язані з навчанням, вихованням, наданням побутових, торгових, медичних, довідково-інформаційних послуг, а також управлінням людьми під час організації виробництва. Особи, що обирають ці професії, повинні володіти товариськістю, здатністю встановлювати контакт з різними людьми, швидко розуміти їхній настрій і наміри, а також добре запам'ятовувати їхні індивідуальні особливості;

2) сфера розумової праці: представлена професіями вчених-дослідників (математиків, фізиків, хіміків, кібернетиків, археологів, геологів), інженерів, юристів, лікарів, екологів, архітекторів, продюсерів. Це переважно професії, пов'язані з науковою діяльністю. Цю сферу повинні обирати ті, хто має високий рівень інтелекту, характеризується раціональним мисленням, незалежністю та оригінальністю суджень, а також аналітичним складом розуму. Як правило, такі особи надають перевагу аналізу проблеми, а не її реалізації;

3) сфера технічних інтересів: охоплює професії програмістів, електротехніків, радіотехніків, Web-майстрів, статистиків, водіїв, технологів, диспетчерів, секретарів-друкарок. Для людей, які обирають ці професії, важливим є інтерес до технічних об'єктів (машин, механізмів, матеріалів, видів енергії). Ця група професій включає виробництво та обробку металів, механічне складання, монтаж та ремонт машин і механізмів, обслуговування механічного обладнання, а також роботи з неметалічними матеріалами (шкіра, тканина, дерево) і використання підйомних та транспортних засобів;

4) сфера естетики та мистецтва: представлена професіями художників, дизайнерів, письменників, поетів, режисерів, акторів, архітекторів, косметологів, костюмерів, гримерів, кондитерів, кравців-кутюр'є, квітникарів. Ці професії творчого характеру пов'язані з образотворчою, музичною, літературною та акторською діяльністю. Особи, що обирають ці професії, повинні мати спеціальні здібності (музичні, художні, літературні, акторські) та часто вирізняються оригінальністю. У стосунках з оточуючими вони можуть займати дещо відсторонену позицію;

5) сфера фізичної праці та рухової діяльності охоплює професії, такі як спортсмен, фотограф, експедитор, перукар, бармен, офіціант, стюардеса, продавець, закрійник, спеціаліст з ремонту, касир, медичний персонал, бригадир, комірник, листоноша, фермер, водій-далекобійник, поліцейський, військовий. Ця група професій також включає заняття фізичною культурою та спортом, подорожі, експедиційно-пошукову діяльність тощо. Вони висувають підвищені вимоги до фізичної підготовки людини;

б) сфера матеріальних інтересів і економічних видів діяльності представлена такими професіями, як економіст, адміністратор, менеджер, підприємець, аудитор, спеціаліст з реклами, брокер, страховий агент, комерсант, завгосп. Ці професії зосереджені на роботі з числовими даними та виявленні кількісних співвідношень (бухгалтер, економіст), веденні діловодства, аналізі текстів та їх перетворенні, а також системами умовних знаків, схемами, кресленнями, картами тощо. Професії обирають люди, які мають старанність, точність, математичні здібності та практичний підхід до вирішення проблем.

Анкета для батьків щодо професійного самовизначення учнів має на меті зібрати інформацію про думки батьків щодо вибору професії та підготовки дітей до майбутньої професійної діяльності. У ній містяться питання, які допомагають оцінити, наскільки дитина вже визначилася з майбутнім навчанням або професією, а також які рекомендації батьки готові надати для професійного розвитку своєї дитини. Перше питання анкети стосується того, чи вибрала дитина навчальний заклад або майбутню професію. Відповіді варіантами «так», «вагається», «не вибрала» або «не знаю» дають уявлення про ступінь визначеності учня. Наступні питання анкети визначають, який шлях здобуття освіти батьки рекомендують своїй дитині: заклад професійної чи передвищої освіти, робота на виробництві або заклад вищої освіти. Це питання дозволяє зрозуміти, який тип освіти батьки вважають найкращим для свого сина чи дочки. Наступне питання стосується співпадіння думки батьків та дитини щодо вибору навчального закладу чи професії. Варіанти відповіді: повністю співпадає, в основному співпадає, не співпадає або не знаю. Відповіді на питання, як батьки готують дитину до майбутньої професії, розкривають способи знайомства з професіями через розповіді про свою професію, відвідування музеїв та виставок, рекомендації літератури чи участь у гуртках. Це дозволяє побачити активність батьків у формуванні професійних інтересів дитини. Анкета також містить питання щодо участі батьків у роботі школи, зокрема в організації екскурсій, виступах про професії, проведенні гуртків або організації суспільно корисної праці. Такі варіанти відповіді допомагають визначити готовність батьків активно долучатися до професійної орієнтації дітей. Окремо оцінюється рівень знань

батьків щодо вибору професії для дитини. Це включає питання про наявність спеціальних знань з профорієнтації, загальних психолого-педагогічних знань та участі у педагогічній самоосвіті. Питання щодо того, що, на думку батьків, потрібно зробити педагогам для покращення підготовки дітей до вибору професії, дозволяє зібрати пропозиції від батьків щодо покращення профорієнтаційної роботи в школі. Нарешті, анкета завершується питанням про те, що важливо враховувати при допомозі дитині у виборі професії, наприклад, її здібності, бажання, суспільну ситуацію або результати профдіагностичних обстежень. Це питання дає можливість батькам висловити свою думку щодо комплексного підходу до професійного самовизначення дітей. Аналізована анкета є корисним інструментом для виявлення потреб та думок батьків щодо професійного самовизначення їх дітей і сприяє покращенню співпраці між батьками та школою в цьому важливому процесі.

Анкета для вчителів щодо професійного самовизначення учнів має на меті зібрати думки педагогів про те, як вони допомагають своїм вихованцям у виборі майбутньої професії та підготовці до професійної діяльності. Вона складається з кількох блоків питань, що стосуються як рекомендацій для учнів, так і оцінки рівня професійної підготовки самих педагогів у цьому напрямку. Початкове питання анкети стосується того, який шлях здобуття освіти вчитель рекомендує учням, серед варіантів – професійно-технічне училище, технікум, робота на виробництві чи вищий навчальний заклад. Це питання дозволяє оцінити, який тип освіти педагог вважає найкращим для своїх учнів. Наступне питання зосереджене на тому, як саме вчитель готує учнів до майбутньої професійної діяльності. Тут розглядаються різні варіанти, зокрема, розповіді про професії, знайомство з особливостями професії вчителя, рекомендації літератури, участь у гуртках, відвідування музеїв та підприємств, а також консультації з психологами та спеціалістами з профорієнтації. Одне з важливих питань анкети стосується наявності у вчителя знань для надання кваліфікованої допомоги учням у виборі професії. Вчителі мають оцінити, чи є у них достатньо знань з профорієнтації, чи необхідні додаткові спеціалізовані знання. В наступному питанні розглядається, як вчитель підвищує власний рівень знань із профорієнтації, зокрема через

участь у семінарах, лекціях, читання спеціальних видань чи самостійне навчання за допомогою Інтернет-ресурсів. Крім того, анкета містить питання про те, що, на думку вчителя, батьки повинні зробити для покращення підготовки дітей до вибору професії. Це дозволяє виявити потенційні проблеми у взаємодії школи і родини в професійному вихованні дітей. Важливим питанням є також те, що вчитель вважає важливим враховувати при допомозі учням у професійному виборі. Це включає в себе здібності та інтереси учнів, їх бажання, ситуацію на ринку праці, можливості школи, а також результати профдіагностичних обстежень. Загалом, аналізована анкета сприяє виявленню важливих аспектів роботи вчителя щодо професійної орієнтації учнів старших класів, визначенню необхідних ресурсів для покращення цієї роботи, а також розвитку співпраці з батьками у питаннях вибору професії.

Отже, для дослідження актуального стану профорієнтаційної роботи у закладі загальної середньої освіти запропоновано низку діагностичних методик: анкету для учнів «Мої життєві та професійні плани», опитувальник професійної готовності Л. Кабардової, опитувальник професійних схильностей Л. Йовайши, анкету для батьків щодо професійного самовизначення учнів та анкету для вчителів щодо професійного самовизначення учнів старших класів. Вважаємо, що їх комплексне застосування дасть змогу всебічно й повно дослідити актуальний стану профорієнтаційної роботи у закладі загальної середньої освіти.

2.2. Аналіз результатів дослідження сучасного стану профорієнтаційної роботи в школі

Емпіричне дослідження проводилося на базі закладу загальної середньої освіти «Підволочиська загальноосвітня школа I-III ступенів Підволочиської селищної ради Тернопільської області». Вибірку дослідження склали 50 учнів 10-х класів (24 дівчини і 26 хлопців), 20 батьків і 20 вчителів.

Для визначення особливостей професійного самовизначення у старшому шкільному віці використано комплекс діагностичних методик, серед яких:

анкета «Мої життєві та професійні плани», опитувальник професійної готовності Л. Кабардової, опитувальник професійних схильностей Л. Йовайши.

Результати проведеного опитування учнів за анкетною «Мої життєві та професійні плани» показали, що лише 14% респондентів чітко визначилися з майбутньою професією, тоді як 28% мають певні плани, але ще сумніваються. Значна частка, 36%, зізналися, що поки що тільки розмірковують над своїм вибором, а 18% навіть не замислювалися про це.

При виборі подальшого навчання чи фаху 34% учнів орієнтуються на високий рівень заробітної плати, 26% – на власні інтереси та захоплення, 18% вважають визначальною високою вірогідність працевлаштування, 10% звертають увагу на престиж професії, тоді як 8% зазначили вплив порад батьків, а 4% ще не мають чіткого уявлення.

Щодо джерел інформації про професії, 28% учнів найчастіше отримують її від батьків чи родичів, 20% – із власних життєвих спостережень, 18% – у школі від педагогів чи запрошених фахівців, 14% – із засобів масової інформації, 12% – з книг чи фільмів, а 8% вказали на друзів і знайомих як основне джерело.

Серед чинників, які приваблюють у майбутній професії, 30% назвали можливість матеріальної незалежності, 22% – реалізацію власних здібностей і інтересів, 18% – самостійність і незалежність, 14% – творчий характер праці, 10% – її престижність, і лише 6% цікавлять можливості для самоствердження.

Лише 8% опитаних вважають своє рішення щодо вибору професії остаточним і безповоротним, тоді як 26% називають його серйозним і обґрунтованим, 30% – достатньо серйозним, але не остаточним, 20% – не надто серйозним, 10% – випадковим, а 6% не надають цьому питанню значення.

Рівень поінформованості про обрану професію 10% учнів оцінюють як високий, 20% – як досить високий, 36% – як невисокий, 22% – як низький, а 12% – як майже відсутній. Активно шукати інформацію на цю тему намагаються 18% респондентів, 34% іноді уточнюють певні деталі, 28% не проявляють активності, а 20% вважають це зайвим.

Розмови з батьками про свої плани часто ведуть лише 20% учнів, час від часу – 34%, майже не спілкуються на цю тему 26%, і 20% взагалі не обговорюють

це питання. Щодо ставлення родичів, 12% учнів отримують цілковиту підтримку, 20% відзначають загалом позитивне ставлення, 24% – нейтральне, 18% – байдужість, 16% стикаються з несхваленням, а 10% зазначили, що вдома навіть не знають про їхні плани.

Стосовно схильностей до певного роду діяльності, 22% учнів орієнтовані на творчість, 18% – на організаційну діяльність, 14% – на спокійну роботу за встановленим планом, 12% – на створення речей власноруч, 10% – на педагогічну діяльність, 8% – на рекламування товарів, 6% – на власну справу, і 10% не можуть визначитися з нахилами.

Більшість опитаних (36%) вважають, що успіх у житті залежить від характеру та здібностей, 24% – від спеціальної освіти, 18% – від зв'язків, 14% покладаються на везіння, а 8% не знають, від чого це залежить.

Результати опитування учнів щодо їхніх планів після закінчення школи виявили певні тенденції, які свідчать про невизначеність та розмаїття підходів до вибору майбутнього. Так, 52% респондентів зазначили, що планують продовжувати навчання у закладах вищої освіти, чітко визначившись зі своїми цілями. Ще 14% виявили бажання здобувати професію в закладах професійно-технічної освіти, акцентуючи на практичній спрямованості навчання. 8% учнів висловили намір одразу почати працювати, щоб отримати практичний досвід і швидше інтегруватися в трудовий ринок. Разом із тим 20% учнів поки не мають чіткого плану на майбутнє, що свідчить про потребу в додатковій профорієнтаційній роботі.

Аналіз результатів дослідження за допомогою анкети для учнів «Мої життєві та професійні плани» показано у табл. 2.1.

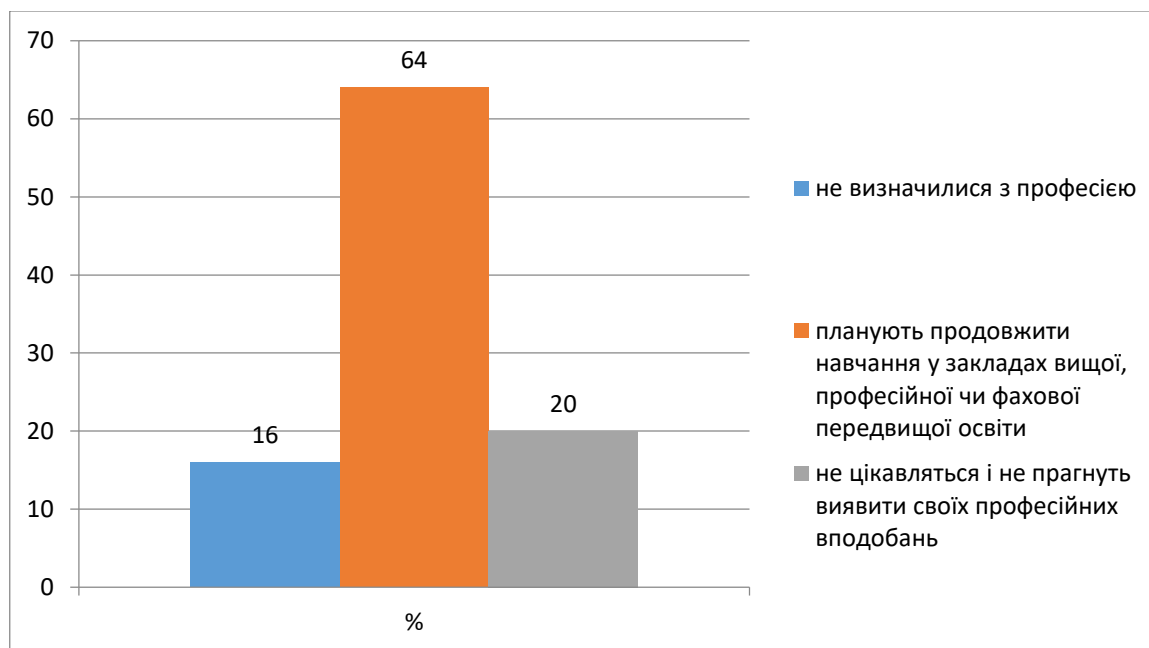
Таблиця 2.1

**Життєві та професійні плани старшокласників
(за результатами анкетування, %)**

Питання	Дівчата		Хлопці		Разом	
	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %
не визначилися з професією	2	8,4	3	11,4	8	16
планують продовжити навчання у закладах вищої,	18	74,8	18	73,4	32	64

професійної чи фахової передвищої освіти						
не цікавляться і не прагнуть виявити своїх професійних вподобань	4	16,8	5	15,2	10	20
Разом	24	100	26	100	50	100

Також інформація про життєві та професійні плани старшокласників, здобута за результатами анкетування, представлена на рисунку 2.1.



**Рис. 2.1. Життєві та професійні плани старшокласників
(за результатами анкетування, %)**

Як бачимо з таблиці і рисунка, значна частина учнів старших класів (36%) перебуває у стані невизначеності щодо свого майбутнього, а ті, хто вже має плани, обирають різні шляхи, які залежать від їхніх пріоритетів, інтересів і рівня підготовки. Здобуті результати свідчать про недостатню визначеність старшокласників у питаннях професійного самовизначення, низький рівень інформованості та слабку активність у пошуку інформації про майбутнє.

Для оцінювання рівня психологічної готовності учнів до професійного самовизначення застосовано методику «Опитувальник професійної готовності Л. Кабардової», яка складається з трьох блоків, кожен з яких містить по вісім тверджень з трьома варіантами відповідей. Перший блок питань спрямований на

дослідження усвідомлення ролі професії в житті старшокласника, зокрема, наскільки професійна сфера інтегрована у його життєві плани та ставлення до життя. Другий блок зосереджується на вивченні обізнаності старшокласника в обраній професії: які знання він має про майбутню професію. Третій блок пов'язаний із дослідженням усвідомлення власних можливостей у контексті обраної професії: наскільки добре старшокласник оцінює свої особистісні та інші якості стосовно майбутньої професії.

Результати аналізу готовності юнаків та дівчат до професійного самовизначення за опитувальником Л. Кабардової наведені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

**Рівні готовності до професійного самовизначення у ранньому
юнацькому віці за опитувальником Л. Кабардової (%)**

Рівні	1-й блок (мотивація)		2-й блок (знання)		3-й блок (практика)		Загальний бал	
	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %
Низький	28	56	24	48	19	38	24	48
Середній	19	38	18	36	14	28	17	34
Високий	3	6	8	16	17	34	9	18
Разом	50	100	50	100	50	100	50	100

Графічно результати дослідження рівнів готовності до професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці, проведеного за допомогою опитувальника Л. Кабардової, представлені на рисунку 2.2.

Аналізуючи результати середніх значень окремо за блоком питань, що стосуються мотиваційної готовності до професійного самовизначення, можна відзначити, що 38% старшокласників вважають професію недостатньо важливою у своєму житті, а 56% не вважають професію цінністю і не усвідомлюють її значення. Лише 6% учнів отримали високі бали.

Розглядаючи результати за блоком питань про знання професій, можна стверджувати, що 48% старшокласників мають низький рівень обізнаності про зміст майбутньої професії. 36% учнів отримали середні бали, а 16% – високі.

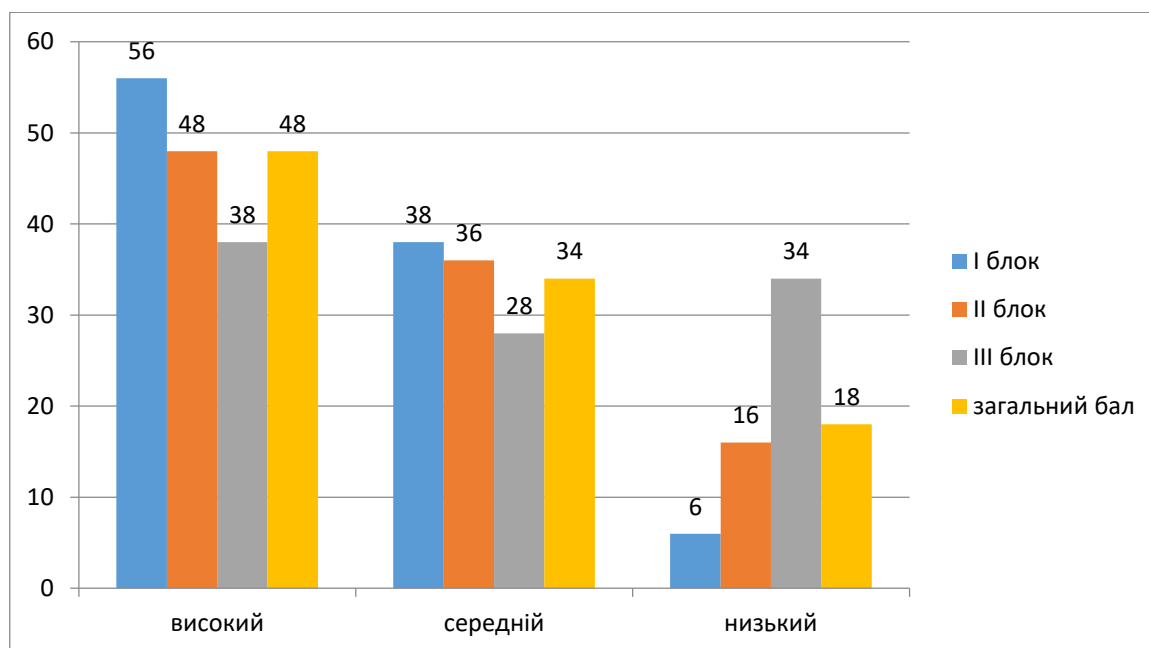


Рис. 2.2. Рівні готовності старшокласників до професійного самовизначення (за опитувальником Л. Кабардової, %)

При аналізі результатів за блоком питань, що стосуються практичних аспектів готовності до професійного самовизначення, встановлено, що 38% старшокласників демонструють низькі бали, що свідчить про недостатнє самопізнання щодо майбутньої професії та нездатність співвіднести свої особистісні якості з професійно значущими характеристиками. 38% учнів отримали середні бали, а 34% – високі.

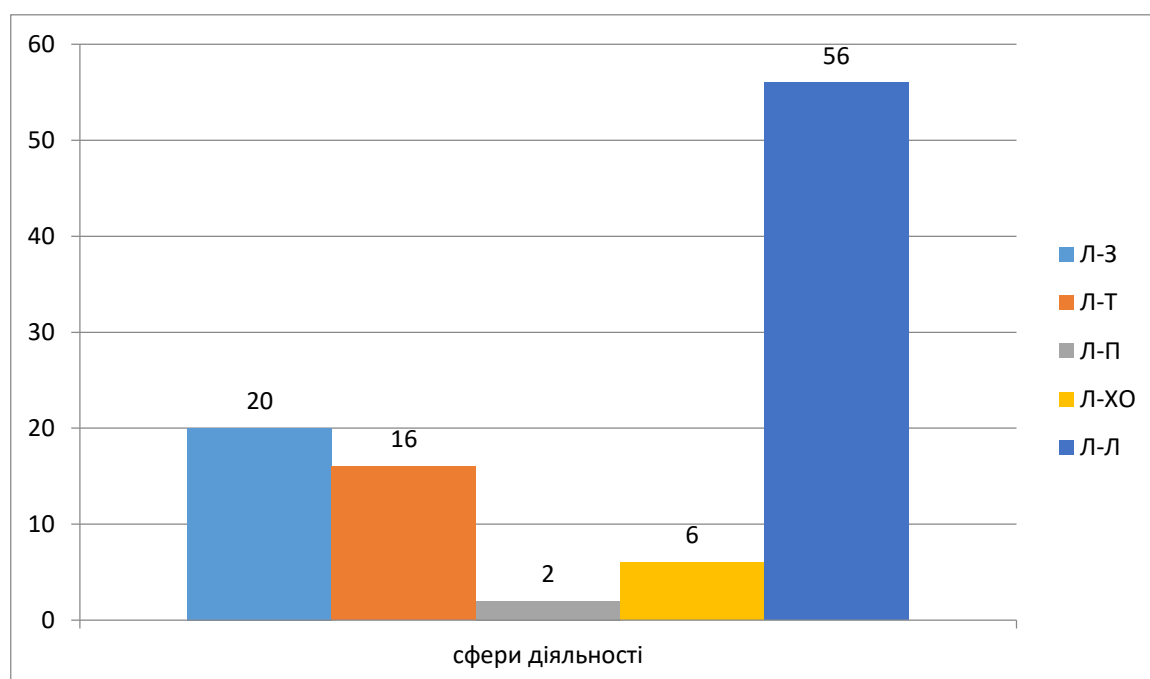
Згідно з результатами, отриманими за вказаною методикою, 48% учнів старших класів мають низький рівень готовності до професійного самовизначення, що свідчить про їхню неготовність до вибору професії. Середній рівень готовності виявлено у 34% учнів, а високий рівень – у 18%. Таким чином, більшість старшокласників готові зробити вибір професії як елемент професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці.

Наступним етапом емпіричного дослідження стало вивчення можливих сфер професійної спрямованості школярів у ранньому віці за допомогою опитувальника Л. Кабардової (таблиця 2.3).

**Результати вивчення можливих сфер діяльності
у ранній юності за опитувальником Л. Кабардової (%)**

Сфери діяльності	Людина – Знакова система		Людина – Техніка		Людина – Природа		Людина – Художній образ		Людина – Людина	
	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %
Показник	10	20	8	16	1	2	3	6	28	56

Наочні результати дослідження потенційних сфер професійної орієнтації учнів у ранньому юнацтві, отримані за допомогою опитувальника Л. Кабардової, представлені на рис. 2.3.



**Рис. 2.3. Результати вивчення можливих сфер діяльності
старшокласників (за опитувальником Л. Кабардової, %)**

Аналізуючи результати емпіричного дослідження можливих сфер професійної орієнтації учнів у ранньому юнацькому віці за опитувальником Л. Кабардової, можна констатувати, що у респондентів переважає гуманітарна спрямованість у виборі професійної діяльності. Зокрема, вибір сфери діяльності «Людина – Людина» (56%) суттєво перевищує показники у сферах «Людина –

Знакова система» (20%) та «Людина – Техніка» (16%). Низькі результати зафіксовано у категоріях «Людина – Художній образ» (6%) і «Людина – Природа» (лише 2%). Виходячи з отриманих даних, пріоритетними напрямками майбутньої професійної діяльності для респондентів є «Людина – Людина», «Людина – Знакова система» та «Людина – Техніка». Варто підкреслити, що напрямки діяльності у сферах «Людина – Природа» та «Людина – Художній образ» не є розвиненими і не вважаються учнями пріоритетними для майбутньої професійної діяльності.

Отримані дані, отримані в ході емпіричного дослідження професійних схильностей учнів старших класів за діагностичною методикою Л. Йовайши, представлені у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

**Результати вивчення професійних схильностей
учнів старших класів за методикою Л. Йовайши (%)**

Тип схильностей	Показник	
	А. к.	у %
Схильність до роботи з людьми	17	34
Схильність до дослідницької діяльності	3	6
Схильність до роботи на виробництві	7	14
Схильність до естетичних видів діяльності	6	12
Схильність до екстремальних видів діяльності	8	16
Схильність до економічних видів діяльності	9	18

Графічно результати дослідження професійних схильностей учнів старших класів, виконаного за методикою Л. Йовайши, представлені на рис. 2.4.

Результати дослідження професійних схильностей учнів старших класів до конкретних видів діяльності, проведеного за методикою Л. Йовайши, показали, що найбільша частка опитаних (34%) має схильності до роботи з людьми. На другій позиції знаходяться 18% старшокласників, які демонструють певні схильності до економічних видів діяльності. Третє місце займають 16% старшокласників, які мають схильність до екстремальних видів діяльності. Це означає, що їм близькі професії, пов'язані зі спортом, подорожами, експедиційною діяльністю, охоронною та оперативно-розшуковою діяльністю, а також службою в армії.

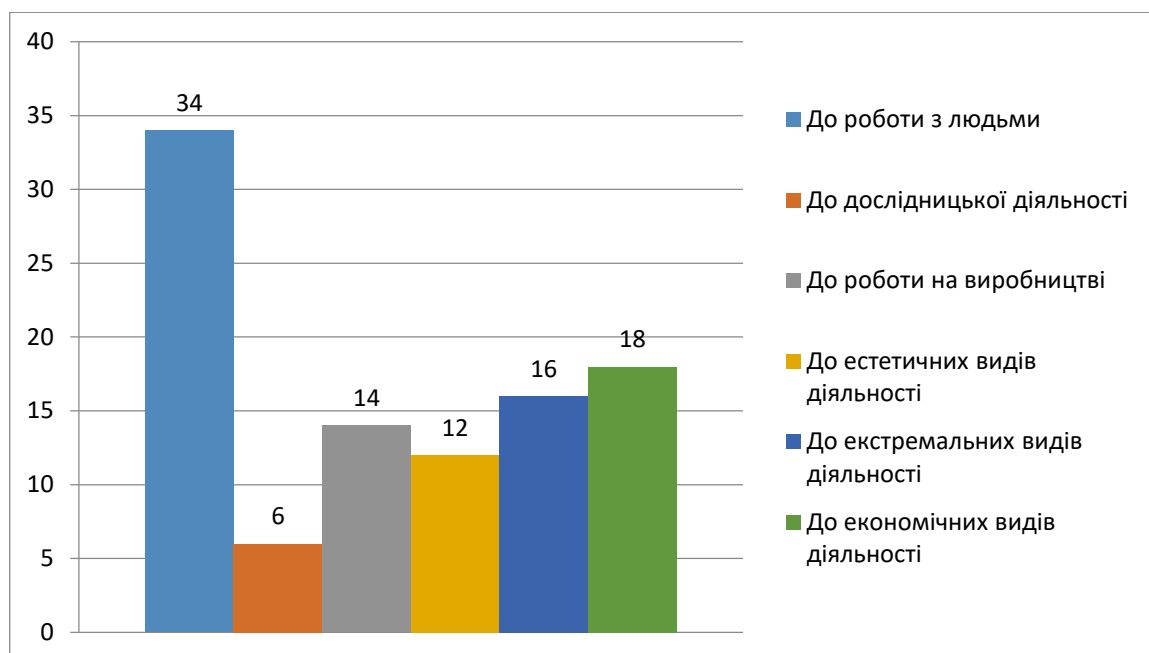


Рис. 2.4. Результати вивчення професійних схильностей старшокласників (за методикою Л. Йовайши, %)

14% старшокласників проявляють схильності до виробничої діяльності. Щодо 12% досліджуваних, то вони виявляють інтерес до естетичних видів діяльності, тобто їм підходять професії творчого характеру, пов'язані з образотворчим мистецтвом, музикою, літературною та художньою діяльністю, акторством. Цікаво, що схильність до дослідницької діяльності, пов'язаної з науковою роботою, спостерігається лише у 6% опитаних старшокласників.

Результати анкетування учнів за анкетною «Мої життєві та професійні плани», разом з інформацією, здобутою за допомогою опитувальника професійної готовності Л. Кабардової і опитувальника професійних схильностей Л. Йовайши, дозволили визначити рівні професійного самовизначення учнів старших класів: високий, середній та низький (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Рівні професійного самовизначення старшокласників (%)

Рівні	Показники	
	А. к.	у %
високий	12	24
середній	24	48
низький	14	28
Разом	50	100

Також інформація про рівні професійного самовизначення учнів старших класів представлена на рисунку 2.5.

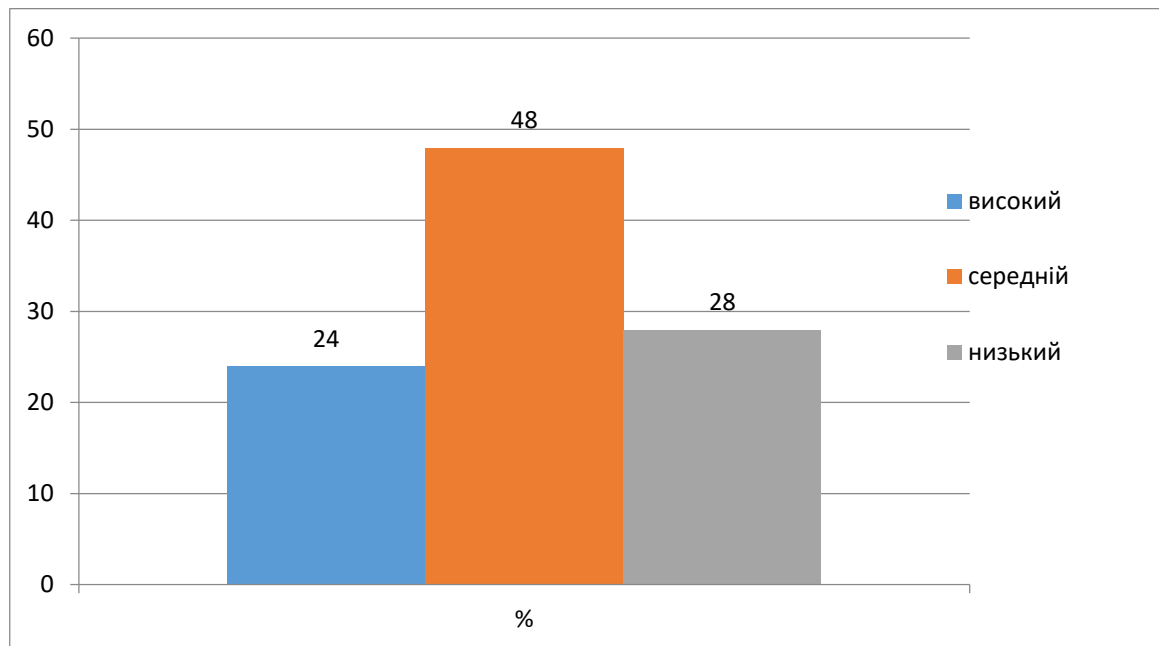


Рис. 2.5. Рівні професійного самовизначення старшокласників (%)

Як бачимо з таблиці і рисунка, лише 24% учнів старших класів належать до високого рівня професійного самовизначення. Вони чітко усвідомлюють свої життєві та професійні цілі, мають сформовану мотивацію досягнення і сприймають обраний шлях як відповідний їхнім інтересам, здібностям та цінностям. Вони вже зробили конкретний вибір майбутньої професії або галузі, у якій хочуть працювати, та активно шукають інформацію про подальше навчання чи професійні можливості. Цей рівень відзначається вмінням адекватно оцінювати свої здібності й визначати способи реалізації професійних планів.

Середній рівень професійного самовизначення виявлено у 48% учнів. Цей рівень характеризується тим, що учні мають загальне уявлення про свої інтереси та можливу професійну діяльність, але їхній вибір поки що є нечітким або недостатньо обґрунтованим. Вони знаходяться у процесі активного пошуку інформації та консультацій з батьками, педагогами або профорієнтаційними фахівцями. Хоча ці учні прагнуть самореалізації, їм бракує впевненості у правильності своїх рішень або знань про те, як досягти поставленої мети.

До низького рівня професійного самовизначення належать 28% учнів. Вони не мають чіткого уявлення про свої майбутні професійні плани і, як правило, проявляють низьку активність у питаннях самопізнання та вибору майбутнього шляху. Вони можуть перебувати в стані невизначеності або навіть байдужості до цього питання, часто перекладаючи відповідальність за своє майбутнє на батьків або обставини. У таких учнів відсутнє розуміння власних сильних сторін і здібностей, що ускладнює їх професійне самовизначення.

Як бачимо, визначені рівні професійного самовизначення старшокласників демонструють різний ступінь готовності до свідомого вибору свого життєвого шляху, що вказує на необхідність індивідуалізованої роботи з учнями старших класів, спрямованої на формування мотивації, розвиток самосвідомості та компетентності у прийнятті рішень.

Наступним етапом роботи було визначення залучення батьків і вчителів у процес професійної орієнтації старшокласників у закладі освіти.

Так, результати проведеного опитування 20 батьків учнів старших класів свідчать про недостатню готовність сімей до сприяння професійному самовизначенню своїх дітей. На перше запитання, чи вибрала дитина навчальний заклад або майбутню професію, лише 10% батьків відповіли, що вибір зроблено. Ще 25% зазначили, що дитина вибрала, але вагається, 45% зізналися, що вибору не зроблено, а 20% не змогли дати конкретну відповідь. Це вказує на відсутність чітких планів у більшості учнів.

Щодо другого запитання про рекомендації стосовно шляху здобуття освіти чи професії, 35% батьків радять вступати до вищих навчальних закладів, 20% – у технікуми, 15% – у профтехучилища, а 30% вважають за краще, щоб діти одразу йшли працювати. Такий розподіл демонструє різноманітність поглядів батьків на майбутнє їхніх дітей, але також свідчить про недостатню поінформованість у цьому питанні.

Відповіді на третє запитання показали, що лише у 20% випадків рекомендації батьків повністю збігаються з думкою дітей, у 35% – збігаються частково, а у 30% не збігаються зовсім. Ще 15% респондентів не змогли

відповісти на це запитання. Це свідчить про наявність конфліктів у баченні майбутнього між поколіннями.

На четверте запитання, як батьки готують дітей до майбутньої професії, 30% розповідають про свою професію та трудові традиції сім'ї, 20% знайомлять зі своїм підприємством, 15% рекомендують літературу, 10% радять відвідувати гуртки чи секції, ще 15% організовують відвідування музеїв чи виставок, а 10% використовують інші форми підготовки. Результати демонструють обмежений спектр активностей, які застосовують батьки.

П'яте запитання виявило, що 30% батьків готові організувати екскурсії на свої підприємства, 20% – провести бесіди про свою професію, 15% – керувати гуртками, 10% – організувати корисну працю, ще 10% запропонували запросити фахівців для спілкування з дітьми, а 15% висловили бажання долучитися до інших заходів. Однак ці показники свідчать про низьку загальну активність у співпраці зі школою.

На запитання про наявність знань для допомоги дітям у виборі професії 15% відповіли, що їх вистачає, 35% зазначили брак спеціальних знань, 30% – брак психолого-педагогічних знань, а 20% не задумувалися над цим. Відповіді вказують на потребу в підвищенні рівня обізнаності батьків.

Шосте запитання про шляхи підвищення знань показало, що лише 10% батьків передплачують спеціальні видання або відвідують лекції, 15% консультуються зі спеціалістами, 20% беруть участь у батьківських зборах, 25% займаються самоосвітою, а 30% зовсім не займаються педагогічною самоосвітою. Це демонструє недостатню активність батьків у розвитку навичок сімейного виховання.

На завершення, лише 25% батьків наголошують на необхідності врахування здібностей та інтересів дитини при виборі професії, 20% – її бажань і мрій, 25% – ситуації в суспільстві щодо працевлаштування, 15% – власної спроможності допомагати, а 15% вказали на важливість профдіагностичних обстежень. Ці відповіді свідчать про те, що частина батьків не враховує комплексного підходу до професійного самовизначення своїх дітей.

На основі анкетування, визначено рівні участі батьків у профорієнтації учнів – високий, середній та низький (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Рівні участі батьків у профорієнтації старшокласників (%)

Рівні	Показники	
	А. к.	у %
високий	3	15
середній	9	45
низький	8	40
Разом	20	100

Також інформація про рівні участі батьків у профорієнтації учнів старших класів представлена на рисунку 2.6.

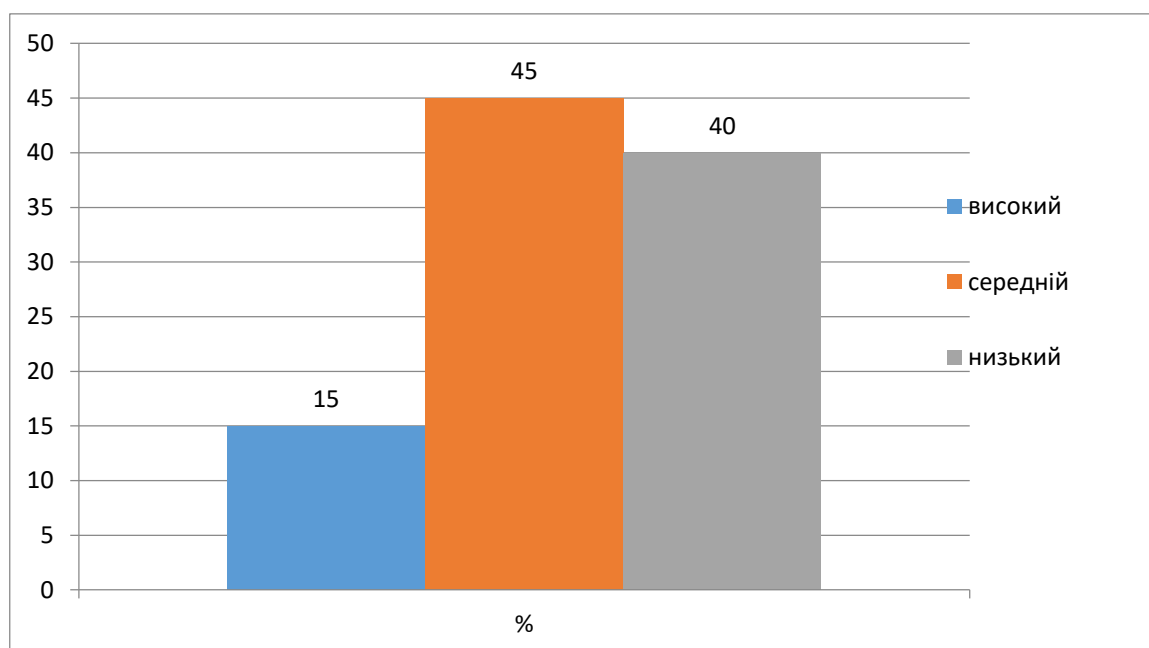


Рис. 2.6. Рівні участі батьків у профорієнтації старшокласників (%)

Як бачимо з таблиці і рисунка, лише 15% батьків перебувають на високому рівні сприяння профорієнтації учнів. Такі батьки активно взаємодіють зі школою та іншими професійними установами, сприяючи розвитку дітей через спільні заходи, наставництво, стажування та майстер-класи. Вони регулярно відвідують профорієнтаційні заходи, організовані навчальним закладом чи громадськими організаціями, та активно беруть участь у підготовці дітей до вибору майбутньої професії. Батьки разом із дитиною аналізують її інтереси, сильні сторони та

можливості, а також використовують результати професійної діагностики. Однак існує ризик, що батьки можуть нав'язати дитині своє бачення кар'єри, що не завжди відповідає реальним здібностям чи бажанням дитини.

На середньому рівні сприяння профорієнтації учнів перебувають 45% батьків. Вони намагаються розширити уявлення дитини про професії та можливості навчання. Вони організовують екскурсії на своє підприємство або до інших місць, де можна ознайомитись з різними професіями. Крім того, вони можуть сприяти відвідуванню гуртків, секцій чи лекцій, що відповідають інтересам дитини. Важливим елементом є консультації з педагогами, психологами, фахівцями з профорієнтації, що дає можливість зорієнтуватися в виборі професії. Однак не всі опитані батьки мають достатні знання чи ресурси для організації таких профорієнтаційних заходів.

На низькому рівні сприяння профорієнтації учнів перебувають 40% батьків. Вони надають дітям загальні відомості про професії, навчальні заклади та шляхи здобуття освіти, зазвичай розповідають про свою професію, трудові традиції сім'ї, власний життєвий досвід. Такі бесіди, як правило, не є системними і не орієнтовані на актуальні вимоги сучасного ринку праці. Батьки можуть пропонувати дітям лише те, що вони самі знають або пережили, не враховуючи інноваційних тенденцій. Це може обмежувати вибір професії, якщо дитина не отримує достатньо різноманітної інформації.

Констатуємо, що ефективність сприяння батьків у профорієнтації учнів залежить від рівня їхньої активності, обізнаності та готовності до співпраці зі школою та іншими установами. Найкращі результати досягаються на високому рівні, коли підтримка є індивідуально орієнтованою, а взаємодія батьків та школи є системною і узгодженою. Загальні результати опитування вказують на потребу у проведенні додаткової роботи з батьками для підвищення їхньої участі в процесі професійного самовизначення дітей.

Результати опитування серед 20 вчителів старших класів показали, що професійна орієнтація учнів, підготовка їх до професійного самовизначення є важливою справою, але не зовсім ефективною на даний момент.

Щодо першого питання про те, який шлях набуття освіти та професії вчителі рекомендують учням, результати розподілились наступним чином: 75% респондентів рекомендують учням продовжувати навчання в закладах освіти різних рівнів акредитації, 10% – почати працювати, і лише 15% вважають за доцільне проводити системні профорієнтаційні заходи. Це свідчить про домінування більш практичних і доступних варіантів навчання, що вказує на обмежене бачення можливостей для подальшого розвитку учнів.

Щодо того, як вчителі готують учнів до майбутньої професійної діяльності, основні відповіді були наступними: 30% вчителів розповідають про професії, що популярні на місцевому ринку праці, 25% знайомлять учнів з особливостями професії вчителя, 20% рекомендують літературу, що відповідає інтересам учнів, і лише 15% радять вибрати гурток, секцію чи факультатив. Крім того, 10% вчителів відвідують з учнями музеї, виставки та підприємства, однак лише 5% використовують консультації практичних чи фахівців із профорієнтації. Це вказує на недостатнє застосування спеціальних заходів професійної орієнтації.

У відповідь на питання про достатність знань для надання кваліфікованої допомоги учням щодо вибору майбутньої професії, 40% вчителів вказали, що їм не вистачає спеціальних знань з профорієнтації, 35% зазначили, що не вистачає психолого-педагогічних знань, 15% відповіли, що не задумувались про це, і лише 10% вважають, що мають достатньо знань для допомоги учням у цьому питанні.

Щодо підвищення власного рівня знань з профорієнтації, 50% вчителів не займаються самоосвітою, 30% використовують профорієнтаційні інтернет-ресурси, 15% відвідують лекції та методичні об'єднання, і лише 5% педагогів консультуються з психологами та фахівцями із профорієнтації.

У відповідь на питання, що батьки можуть зробити для покращення підготовки дітей до вибору професії, більшість вчителів (65%) зазначили, що батьки повинні активно взаємодіяти зі школою та допомагати дітям через бесіди про майбутнє, підтримку їхніх інтересів і бажань. Інші вказали на необхідність відвідування батьками профорієнтаційних заходів разом з дітьми.

Нарешті, щодо того, що потрібно враховувати при допомозі учням у виборі професії, більшість вчителів (55%) вказали, що можливості учнів (їхні здібності,

нахили та інтереси), 25% акцентували на бажаннях і прагненнях учнів, 15% звертають увагу на ситуацію в країні щодо працевлаштування, і лише 5% враховують результати профдіагностичних обстежень та рекомендацій.

На основі анкетування, визначено рівні участі вчителів у профорієнтації учнів – інформативно-консультативний, навчально-практичний, індивідуально-психологічний (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Рівні участі вчителів у профорієнтації старшокласників (%)

Рівні	Показники	
	А. к.	у %
інформативно-консультативний	11	55
навчально-практичний	7	35
індивідуально-психологічний	2	10
Разом	20	100

Також інформація про рівні участі вчителів у профорієнтації учнів старших класів представлена на рисунку 2.7.

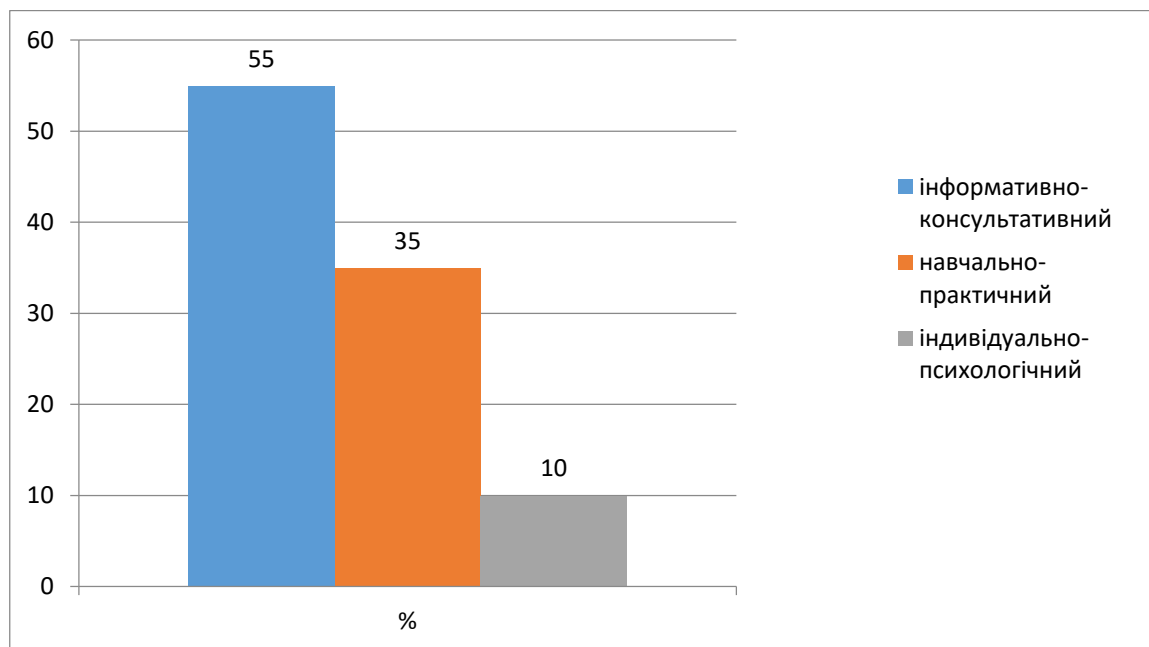


Рис. 2.7. Рівні участі вчителів у профорієнтації старшокласників (%)

Як бачимо з таблиці і рисунка, аж 55% вчителів перебувають на інформативно-консультативному рівні сприяння професійному самовизначенню учнів. На цьому рівні вчителі здійснюють надання базової інформації учням

щодо різноманітних професій, можливостей для подальшої освіти та кар'єри. Вони можуть проводити загальні бесіди про професії, що користуються попитом на ринку праці, а також ознайомлювати учнів з основними етапами професійного вибору. Це включає інформування про різні варіанти навчальних закладів (професійно-технічні училища, технікуми, університети) та підготовку учнів до майбутніх професій. На цьому рівні вчителі можуть рекомендувати літературу, проводити зустрічі з представниками різних професій, організовувати заходи, що стимулюють інтерес до певних професій. Важливу роль відіграє надання учням загальних порад, які базуються на їхніх інтересах, здібностях і прагненнях.

35% вчителів перебувають на навчально-практичному рівні сприяння професійному самовизначенню учнів. На цьому рівні вчителі здійснюють активну роботу з учнями через інтеграцію професійної орієнтації в навчальний процес. Це може включати організацію спеціальних факультативів, гуртків, проектних робіт або практичних занять, що дозволяють учням глибше ознайомитися з різними професіями. Наприклад, вчителі можуть залучати учнів до участі в практичних тренінгах, спеціалізованих курсах або робочих проектах, що мають практичне спрямування. Також важливим є проведення виїзних заходів – відвідування підприємств, організацій, установ, музеїв, виставок, що дають можливість учням побачити різні професії в реальному житті. Це допомагає їм приймати обґрунтовані рішення про свій подальший вибір професії, ґрунтуючись на практичному досвіді.

Лише 10% вчителів перебувають на індивідуально-психологічному рівні сприяння професійному самовизначенню учнів. Цей рівень зосереджений на врахуванні індивідуальних особливостей учнів, їхніх здібностей, інтересів та психологічних характеристик. Вчителі на цьому рівні працюють над тим, щоб допомогти кожному учню усвідомити свої сильні та слабкі сторони, а також вибрати професію, яка найбільше відповідає його внутрішнім прагненням та потенціалу. Для цього вчителі можуть співпрацювати з психологами, соціальними педагогами та фахівцями з профорієнтації, щоб проводити профдіагностичні обстеження та надавати рекомендації. Важливим аспектом є

індивідуальні консультації з учнями, де вчителі надають персоналізовану підтримку, орієнтуючи учнів на їхні бажання, мотивацію та реалії ринку праці.

Загалом, результати опитування свідчать про те, що підготовка учнів до професійного самовизначення потребує значних покращень. Більшість вчителів усвідомлюють важливість цієї проблеми, але бракує як необхідних знань, так і активного використання спеціалізованих методів та ресурсів для ефективної допомоги учням у виборі майбутньої професії. Показано, що сприяння вчителів профорієнтації учнів здійснюється на декількох рівнях – інформативно-консультативному, навчально-практичному та індивідуально-психологічному, що дозволяє підтримувати учнів у процесі професійного самовизначення.

На основі результатів опитування батьків, вчителів і учнів можна виділити три можливі рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі – інформаційно-просвітницький, практично-освітній, індивідуально-зорієнтований. Ці рівні відображають різні аспекти діяльності, яку школа повинна здійснювати для підтримки учнів у їхньому професійному самовизначенні (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі (%)

Рівні	Показники
інформаційно-просвітницький	60
практично-освітній	30
індивідуально-зорієнтований	10

Також інформація про рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі представлена на рисунку 2.8.

Як бачимо з таблиці і рисунка, 60% профорієнтаційних заходів у школі здійснюються на інформаційно-просвітницькому рівні, що передбачає переважно надання учням, батькам і вчителям необхідної інформації щодо вибору професії та шляхів здобуття освіти. З результатів опитувань видно, що значна частина батьків і вчителів вважає важливим інформувати учнів про різні професії та заклади вищої, професійної та фахової передвищої освіти.

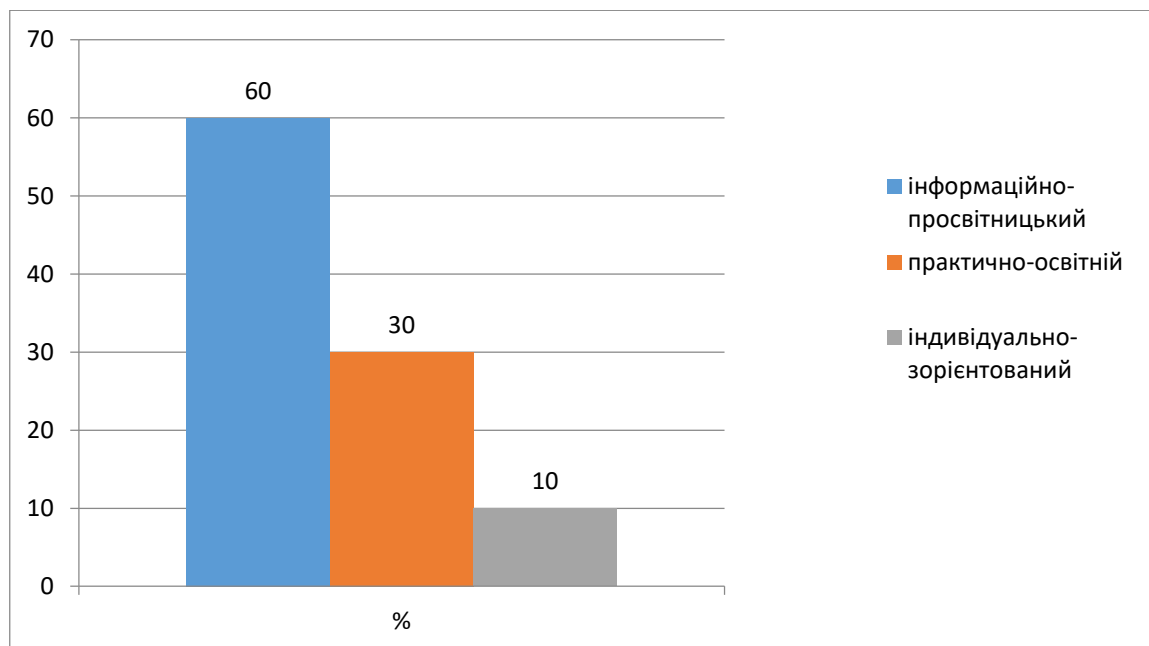


Рис. 2.8. Рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі (%)

Вчителі рекомендують учням літературу, організовують бесіди, зустрічі з різними представниками професій, однак часто відсутня конкретизація порад з урахуванням індивідуальних здібностей учнів. Батьки також висловлюють бажання отримати більше інформації, як сприяти професійному самовизначенню дітей. Цей рівень включає проведення загальних інформативних заходів, таких як лекції, семінари, екскурсії на підприємства або зустрічі з фахівцями, які можуть допомогти учням визначитися з майбутньою професією.

30% профорієнтаційних заходів у школі здійснюються на практично-освітньому рівні, який спрямований на практичну підготовку учнів до вибору професії через активну участь у навчальних і позашкільних заходах, орієнтованих на розвиток професійних навичок. Вчителі організовують факультативи, гуртки, секції, де учні можуть розвивати практичні навички, що сприяють їхньому професійному розвитку. Опитування показали, що більшість учнів та вчителів визнають важливість таких заходів, хоча рівень залучення учнів у подібні ініціативи не завжди достатній. Вчителі повинні організовувати більше виїздів на підприємства, відвідування виставок, музеїв або інших об'єктів, що дозволяють учням краще зрозуміти реалії професійного світу та побачити, як їхні інтереси можуть бути реалізовані на практиці.

Лише 10% профорієнтаційних заходів у школі здійснюються на індивідуально-зорієнтованому рівні, який передбачає індивідуальний підхід до кожного учня на основі його здібностей, інтересів та особистих особливостей. Результати опитувань вказують на важливість врахування індивідуальних потреб учнів при наданні їм профорієнтаційної допомоги, хоча цей аспект не завжди достатньо розвинений у школах. Вчителі та батьки вважають важливим визначити для кожного учня оптимальний шлях розвитку, виходячи з його сильних сторін і схильностей. Врахування профдіагностичних обстежень і рекомендацій психологів може бути корисним для точного визначення професійних нахилів учнів. Однак, з результатів опитувань видно, що часто вчителі і батьки не мають достатніх знань для проведення такої роботи, тому співпраця з психологами є ключовою для ефективності цього рівня.

Констатуємо, що лише поєднання трьох рівнів профорієнтаційної роботи у школі – інформаційно-просвітницького, практично-освітнього й індивідуально-зорієнтованого – створюють комплексну систему підтримки учнів у їхньому професійному самовизначенні. Однак, результати опитувань свідчать про необхідність покращення взаємодії між учителями, батьками та психологами, а також про підвищення рівня спеціальних знань у цих сферах для забезпечення ефективної профорієнтації учнів. Згідно з результатами проведеного опитування батьків, учнів та вчителів, на даний момент профорієнтаційна робота в школі здебільшого здійснюється лише на двох перших рівнях: інформаційно-консультативному та практично-освітньому. Однак цього недостатньо для повного та ефективного професійного самовизначення учнів, і необхідно значно вдосконалити роботу на цих рівнях профорієнтації, а також розвивати індивідуально-зорієнтований рівень.

Висновки до розділу 2

1. Результати анкетування учнів за анкетною «Мої життєві та професійні плани», разом з інформацією, здобутою за допомогою опитувальника професійної готовності Л. Кабардової і опитувальника професійних схильностей Л. Йовайши, дозволили визначити рівні професійного самовизначення учнів

старших класів: високий (24%), середній (48%) та низький (28%). Батьки надають дітям деякі загальні відомості про професії, навчальні заклади та шляхи здобуття освіти, зазвичай розповідають про свою професію, трудові традиції сім'ї, власний життєвий досвід, чого недостатньо для ефективної профорієнтації. Більшість вчителів усвідомлюють важливість цієї проблеми, але бракує як необхідних знань, так і активного використання спеціалізованих методів та ресурсів для ефективної допомоги учням у виборі майбутньої професії. Результати проведеної діагностики свідчать, що підготовка учнів старших класів до професійного самовизначення потребує значних покращень.

2. На основі результатів опитування батьків, вчителів і учнів виділено три можливі рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі – інформаційно-просвітницький, практично-освітній, індивідуально-зорієнтований. Ці рівні відображають різні аспекти діяльності, яку школа повинна здійснювати для підтримки учнів у їхньому професійному самовизначенні. Виявлено, що профорієнтаційна робота в школі розпочата на двох рівнях, проте цього недостатньо для досягнення ефективного результату. Необхідно вдосконалити існуючі підходи, впроваджуючи індивідуальний підхід до кожного учня через діагностичні обстеження, консультації з психологом, а також організовувати більше практичних заходів, орієнтованих на реальні потреби учнів. Тільки так можна забезпечити ефективну допомогу учням у виборі майбутньої професії і сприяти їхньому успішному соціально-професійному становленню.

РОЗДІЛ 3

ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

3.1. Обґрунтування тренінгової програми професійного самовизначення старшокласників

Аналіз результатів емпіричного дослідження свідчить про те, що сучасний стан профорієнтаційної роботи в школі потребує вдосконалення. Дослідження актуальної шкільної практики вказує на відсутність системного підходу до профорієнтаційної роботи зі старшокласниками, що підвищує ефективність професійного самовизначення. У школах зазвичай спостерігаються окремі види та форми профорієнтаційної роботи, які, як правило, є малоефективними. У зв'язку з цим, необхідно впроваджувати нові програми підтримки здобувачів у професійному самовизначенні, оскільки життєві цінності сучасних учнів старших класів і ринок праці піддаються суттєвим змінам. Тому розробка програми професійного самовизначення для юнаків є надзвичайно важливою.

Варто зазначити, що вже створено багато тренінгових програм (тренінги з комунікації, особистісного зростання, самовдосконалення тощо), які спрямовані на корекцію самосвідомості особистості, зміну самостворення, формування позитивного Я-образу та розвиток ефективних моделей поведінки. Їхня ефективність у практичній діяльності психолога підтверджується численними дослідженнями [9; 17; 18; 19; 21; 30; 33; 36; 41; 51; 55; 57 та ін.].

Проблема форм і методів профорієнтаційної роботи, які активізують процес професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці, розглядалась у працях таких науковців, як Ю. Бреус, Н. Лебідь, А. Якименко та інші. Вони розробили програмно-методичні профорієнтаційні комплекси завдань і вправ, зокрема, програму «Побудова кар'єри», робочі зошити до профорієнтаційних навчальних програм та щоденник вибору профілю навчання тощо [89]. Згідно з думкою А. Шевенко, активізації профорієнтаційної роботи в школі сприяють: регулярний моніторинг труднощів самовизначення учнів і розробка шляхів їх подолання; формування освітнього середовища в школі, яке підтримує

професійне самовизначення; проведення просвітницької роботи з батьками щодо психологічних особливостей самовизначення старшокласників та труднощів, з якими вони стикаються, а також забезпечення відповідної психосоціальної підтримки з боку родини; стимулювання учнів до формування якостей, що сприяють побудові професійної кар'єри після закінчення школи; активізація учнів до самопізнання та сприяння самостійності в професійному виборі, прагнення до самореалізації в професійній діяльності та надання професійної допомоги у формуванні перспектив особистісно-професійного розвитку [94].

Л. Гуцан визначила ключові завдання профорієнтаційної роботи в школі, які стосуються професійного самовизначення на етапі ранньої юності: сформувати установку на власну активність та самопізнання, що слугує основою професійного вибору; ознайомити молодь із професіями, кон'юнктурою ринку праці, а також правилами вибору кар'єри; забезпечити самопізнання та формування «образу-Я» як суб'єкта професійної діяльності; розвивати уміння аналізувати різні види професійної діяльності, враховуючи їх психологічні особливості та вимоги; навчити співставляти «образ-Я» з вимогами професій та ринковою ситуацією, створюючи професійний план та перевіряючи його; організувати умови для перевірки можливостей самореалізації у різних професійних сферах через професійні проби; сприяти розвитку професійно важливих якостей; формувати мотивацію та психологічну готовність до зміни професії; виховувати загальнопрофесійні якості та раціональні потреби [67].

Д. Закатнов вважав, що активізація процесу професійного самовизначення вимагає вдосконалення організаційних форм і методів профорієнтаційної роботи, які забезпечують активну та самостійну, теоретичну й практичну діяльність учнів у всіх ланках навчально-виховного процесу, спрямованих на формування й розвиток власного професійного образу «Я», рефлексію професійних можливостей, їх порівняння з вимогами до особистості у майбутній сфері діяльності. Учений виділив такі групи методів профорієнтаційної роботи, орієнтовані на професійне самовизначення у ранньому юнацькому віці: інформаційно-довідкові (просвітницькі); методи професійної психодіагностики; морально-емоційної підтримки, допомоги у виборі та ухваленні рішень [17].

Програма професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, розроблена нами, складається з чотирьох етапів, запланованих на 10 занять-зустрічей. Кількість учасників традиційно не перевищує 10-12 осіб, а заняття проводяться один-два рази на тиждень. Етапи програми виокремлені відповідно до логіки роботи тренінгової групи, а саме: формування групи, самопізнання, реалізація своїх можливостей (корекція рівня домагань), планування та реалізація особистісного потенціалу (корекція ідеальних цілей). Програма також передбачає професійну підтримку психолога, спрямовану на допомогу старшокласникам у подоланні труднощів самовизначення. Таким чином, мета програми полягає в наданні підтримки старшокласникам у вирішенні проблем професійного й професійного самовизначення та спонукання їх до усвідомлення відповідальності за своє професійне і життєве майбутнє.

Програма має на меті вирішення кількох завдань: підвищення усвідомленості учнів щодо власної ціннісно-цільової сфери, розвиток суб'єктності, формування почуття відповідальності за власне життя, оптимізацію процесу постановки життєвих цілей та пошук шляхів їх досягнення, підвищення мотивації, розвиток моральної свідомості та духовності шляхом освоєння моральних і екзистенційних понять, а також розвиток здатності до рефлексії та розуміння цінностей інших людей. Головним механізмом досягнення цих цілей є розширення діапазону усвідомлених цілей і мотивів поведінки, їх узгодження з суб'єктними властивостями особистості.

Методологічною основою тренінгу є положення, що особистісні цінності та суб'єктні властивості формуються у взаємозв'язку. Це визначає синергійність їхніх відносин, взаємну залежність і підсилення [23]. Зміни в сфері особистісно-професійних цінностей неминуче призводять до змін у суб'єктності індивіда, а корекція суб'єктних здібностей супроводжується змінами в особистості. Спрямованість тренінгових занять на змістову та функціональну сторони професійного самовизначення учнів має посилити корекційний вплив.

Програма професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці охоплює 10 занять. Вона включає в себе релаксаційні вправи, які поєднують елементи візуалізації визначених цілей, цінностей та особистісних рис, а також

ототожнення учасників з цими аспектами. Окрім цього, заняття передбачають вправи на усвідомлення та переживання своєї ціннісно-сміслової сфери, обговорення конкретних цінностей, цілей та рис, а також вправи для вибору цілей і пошуку оптимальних шляхів їх досягнення. У програмі також використовуються психогімнастичні ігри та діагностичні методи, спрямовані на вивчення нахилів, інтересів і здібностей учнів. Учасники ведуть щоденники, де фіксують свої думки, переживання та зауваження.

Варто зазначити, що деякі тренінгові вправи зосереджені на змістовному аспекті професійного самовизначення, зокрема, на усвідомленні ціннісно-цільової сфери та визначенні життєвих цілей і цінностей. Інші вправи мають на меті сприяти розвитку функціональних та суб'єктних властивостей старшокласників, таких як досягнення цілей різного рівня та масштабу, а також формування впевненості у власних можливостях та наполегливості. Таким чином, реалізується принцип системності в психокорекційній діяльності.

Склад програми професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці представлений у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

**Зміст занять програми професійного самовизначення
у ранньому юнацькому віці**

Тема заняття	Мета заняття	Форми і методи роботи
Заняття 1. Вступ. Знайомство	Допомогти учням настроїтись на роботу, розслабитись, зняти напругу, створити атмосферу відкритості, довіри, психологічного комфорту.	Вступний шерінг 1. Вступне слово тренера. 2. Вправа на розслаблення. 3. Вправа «Інтерв'ю» 4. Діагностична вправа «В яку епоху хотів би жити?». 5. Домашнє завдання: навчитись розслаблятись. Заклучний шерінг
Заняття 2. Цінності дружби. Розуміння цінностей інших.	Допомогти учням відрефлексувати особистісні властивості інших людей, що привертають їхню увагу, спонукати учнів до дискусії про цінності взагалі.	Вступний шерінг 1. Релаксація та візуалізація понять «дружба», «щирість», «друг»... 2. Вправа «Шукаю друга» – дискусія про цінності дружби. 3. Вправа «Відповіді за інших» – розуміння цінностей інших. 4. Домашнє завдання: візуалізація цінностей дружби. Заклучний шерінг

Заняття 3. Перехід до осмислення та усвідомлення своєї ціннісно-сислової сфери.	Спонукаати учнів до осмислення та усвідомлення своєї ціннісно-сислової сфери.	Вступний шерінг 1. Релаксація та візуалізація цінностей. 2. Вправа «Пори року моєї душі» – усвідомлення змін у власній ціннісно-сислової сфері. 3. Діагностична методика «Хто Я?» 4. Методика «Три Я». 5. Домашнє завдання: проробити методикy «Хто Я?» з точки зору інших людей. Заклучний шерінг
Заняття 4. Робота з несвідомими цілями, смислами.	Спонукаати учнів до роботи з несвідомими цілями, смислами.	Вступний шерінг 1. Релаксація та візуалізація цінностей. 2. Діагностика – типи за К. Юнгом. 3. Вправи «Бідність, багатство і Господь Бог», «Вільний!» – визначення найважливіших цінностей. 4. Домашнє завдання: вправа «Що ви взяли б на безлюдний острів?» Заклучний шерінг
Заняття 5. Осмислення та усвідомлення цілей.	Спонукаати учнів до осмислення та усвідомлення цілей.	Вступний шерінг 1. Релаксація та ототожнення себе з цінностями. 2. Діагностика локусу контролю – «Хто винен, коли не щастить?» 3. Вправа «Майбутнє – Теперішнє – Минуле». Заклучний шерінг
Заняття 6. Узагальнення, утвердження цілей, цінностей.	Спонукаати учнів до узагальнення, утвердження цілей, цінностей.	Вступний шерінг 1. Релаксація та візуалізація цінностей, якостей. 2. Методика для діагностики самооцінки. 3. Вправа «Верстові стовпи мого майбутнього». Заклучний шерінг
Заняття 7. Тренінг вибору цілей та їх досягнення.	Спонукаати учнів до вибору цілей та їх досягнення.	Вступний шерінг 1. Релаксація та візуалізація цілей, цінностей, якостей. 2. Діагностична методика «Впевненість у собі». 3. Вправи «Стріла», «Шлях до цілі». Заклучний шерінг
Заняття 8. Обговорення цінностей, дискусія.	Спонукаати учнів до обговорення цінностей, розвиток умінь вести дискусію.	Вступний шерінг 1. Вправа «Субмодальний змах» (за НЛП). 2. Вправа «Подарунки» (з рангуванням). 3. Домашнє завдання: відпрацювати техніку субмодального змаху. Заклучний шерінг
Заняття 9. Узагальнення знань	Спонукаати учнів до узагальнення знань про	Вступний шерінг

про власну ціннісно-смыслову сферу.	власну ціннісно-смыслову сферу.	1. Релаксація та візуалізація загальних моральних понять («добро», «справедливість», «духовність») 2. Вправа «Хто ти?» 3. Вправа «Герб і девіз» Заклучний шерінг
Заняття 10. Підсумки.	Спонукаати учнів до професійного самовизначення на основі усвідомлення власних цінностей і сенсу життя.	Вступний шерінг 1. Вправа «Чому я навчився?» 2. Аналіз щоденників учнів. Заклучний шерінг

Така структура програми розвитку професійного самовизначення учнів старшого шкільного віку забезпечує поступове ускладнення психодіагностичних і корекційних завдань, поглиблення опрацювання особистісних проблем, підвищення рівня внутрішньої інтеграції, а також зміцнення мотивації до саморозвитку й оволодіння необхідними навичками самоаналізу і саморегуляції.

У тренінгах беруть участь 10-15 старшокласників, а їх відбір до групи здійснюється на основі психологічної діагностики. Заняття проводяться двічі на тиждень після уроків. У приміщенні для тренінгів необхідно встановити аудіоапаратуру та підібрати релаксаційну музику. Основними умовами впровадження програми професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці є: врахування індивідуальних особливостей старшокласників; формування групи на основі схожих проблем самовизначення; забезпечення приміщення, яке відповідає вимогам для проведення тренінгів за психологічними та фізичними критеріями; розробка алгоритму взаємодії психолога з тренінговою групою під час спільної діяльності з усунення труднощів, пов'язаних із самовизначенням.

Кожне заняття програми професійного самовизначення складається з теоретичної частини, яка подається учням у формі міні-лекції чи бесіди, а також практичних вправ. Це дає можливість старшокласникам закріпити знання і вдосконалити необхідні навички. Після кожного заняття проводиться обговорення та рефлексія щодо корисності заняття, а також надається зворотний зв'язок психологу. Заняття розпочинається з привітання та обговорення змін і вражень від попередньої зустрічі. Обговорення емоційного стану, з яким учасники приходять на заняття та з яким йдуть після нього, є вкрай важливим.

У кожному занятті програми професійного самовизначення заплановано використання обов'язкових процедур: індивідуальна і групова рефлексія на початку та в кінці роботи, що дозволяє осмислити процеси, способи і результати індивідуальної та спільної діяльності; психогімнастичні процедури з релаксаційним ефектом; ведення щоденників учасниками групи, виконання домашніх завдань; аналітична робота ведучого, спрямована на осмислення групових процесів, змін у позиції учасників і психофізіологічних станів (втома, зниження настрою, агресія, апатія, збудження тощо).

Отже, мета програми професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці полягає в наданні підтримки та допомоги у подоланні проблем професійного й професійного самовизначення, а також у спонукання до усвідомлення власної відповідальності за своє професійне та життєве майбутнє. Розроблена програма має на меті вирішення декількох завдань: підвищення рівня усвідомленості учнями власної ціннісно-цільової сфери, збільшення суб'єктності, формування почуття відповідальності за своє життя, оптимізація процесу постановки життєвих цілей і пошуку шляхів їх досягнення, підвищення рівня мотивації, розвиток моральної свідомості та духовності шляхом оволодіння відповідними поняттями, а також підвищення здатності до рефлексії. Головним механізмом досягнення цієї мети є розширення діапазону усвідомлених цілей і мотивів поведінки, їх узгодження з суб'єктними властивостями особистості, що в кінцевому підсумку спонукатиме старшокласників до професійного самовизначення.

3.2. Психологічні рекомендації щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі

Розробка психологічних рекомендацій щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі є надзвичайно важливою для забезпечення гармонійного розвитку учнів, їхнього усвідомленого вибору майбутньої професії та подальшої успішної соціалізації в суспільстві. В умовах сучасної освіти та соціальних змін, роль школи в процесі профорієнтації є ключовою, оскільки саме

в освітньому середовищі закладаються основи для формування професійних орієнтацій учнів. При цьому психологічні рекомендації повинні базуватись на комплексному підході, який включає як індивідуальні, так і колективні методи роботи, що враховують вікові особливості учнів, їхні психологічні потреби та здібності. Завдання роботи психолога в тому, щоб допомогти учням зрозуміти свої сильні сторони, визначити сфери інтересів та схильностей, а також сприяти формуванню реалістичних уявлень про можливості та вимоги різних професій.

По-перше, важливо використовувати дієві інструменти професійної психологічної діагностики, які дозволяють виявити потенціал учнів, їхні схильності та інтереси. Це можуть бути як традиційні тестування, так і інші методи, такі як спостереження за поведінкою учнів в різних ситуаціях. Вони допомагають зрозуміти, до яких професійних сфер учень має найбільший нахил, а також чи є у нього психологічна готовність до того чи іншого виду діяльності.

По-друге, психолог має сприяти розвитку особистісних якостей учнів, які необхідні для успішного професійного самовизначення. Це включає в себе розвиток критичного мислення, самоконтролю, здатності до адаптації, а також мотивації до навчання і професійного зростання. Особливу увагу слід приділяти розвитку самооцінки учнів, адже правильне сприйняття своїх можливостей і перспектив значною мірою визначає професійний вибір.

По-третє, профорієнтаційна робота повинна включати активне залучення батьків та педагогів. Психолог може організувати тренінги, консультації та інші форми взаємодії, які сприятимуть формуванню у батьків реалістичних уявлень щодо професійних можливостей їх дітей. Важливо, щоб батьки підтримували вибір дітей, сприяючи розвитку їхніх здібностей та інтересів.

Також необхідно активно використовувати профорієнтаційні заходи, такі як зустрічі з представниками різних професій, організація екскурсій на підприємства, знайомство з діяльністю успішних людей у різних сферах. Це дає можливість учням побачити реальну картину професійного світу, а також сприяє розвитку у них практичних уявлень про роботу в різних сферах.

У таблиці 3.2 наведено взірць розробленої нами комплексної програми здійснення професійної орієнтації у школі, яка включає рекомендації для

адміністрації, класних керівників, вчителів, батьків, соціального педагога та психолога і містить основні завдання та заходи для кожної групи учасників профорієнтаційного процесу.

Таблиця 3.2

Комплексна програма здійснення професійної орієнтації у школі

Учасники	Основні завдання	Заплановані заходи
Адміністрація закладу освіти	1. Забезпечення стратегічного управління процесом професійної орієнтації. 2. Координація та контроль за здійсненням профорієнтаційної роботи в усіх класах.	1. Розробка та затвердження програми профорієнтаційної роботи. 2. Координація роботи вчителів, соціальних педагогів, психологів для виконання профорієнтаційних заходів. 3. Забезпечення ресурсів для проведення профорієнтаційних заходів (ліцензовані тести, інформаційні матеріали, організація екскурсій). 4. Підготовка плану проведення зустрічей з фахівцями різних професій для учнів. 5. Співпраця з навчальними закладами, підприємствами для організації екскурсій.
Класні керівники	1. Підтримка учнів у процесі самовизначення. 2. Організація та участь у профорієнтаційних заходах на класному рівні.	1. Проведення класних годин, присвячених темам професійного вибору. 2. Організація тематичних зустрічей з представниками різних професій. 3. Консультації щодо вибору профілю для старших класів. 4. Проведення тренінгів з професійного самовизначення для учнів. 5. Залучення батьків до профорієнтаційної роботи через батьківські збори та інші заходи.
Вчителі-предметники	1. Інтеграція профорієнтації в навчальний процес. 2. Ознайомлення учнів з практичним застосуванням знань у різних професіях.	1. Включення елементів профорієнтації у навчальні заняття. 2. Розповіді про професії, пов'язані з конкретними предметами. 3. Проведення практичних занять, спрямованих на розвиток навичок, які знадобляться в різних професіях. 4. Організація майстер-класів або зустрічей з фахівцями. 5. Ознайомлення учнів з прикладами професійних шляхів випускників школи, що пов'язані з вивченими предметами.
Батьки учнів	1. Активна участь у профорієнтаційній роботі. 2. Підтримка дітей у процесі вибору професії.	1. Участь у батьківських зборах на теми професійного вибору. 2. Взаємодія з учителями та соціальними педагогами для отримання консультацій. 3. Сприяння дітям в участі в заходах профорієнтації (екскурсії, зустрічі з фахівцями).

		4. Допомога у визначенні сильних сторін і інтересів дітей для їхнього професійного розвитку. 5. Спілкування з дітьми про їхні майбутні кар'єрні прагнення і можливості.
Соціальний педагог	1. Психологічна підтримка учнів у процесі вибору професії. 2. Консультування учнів і батьків щодо професійних орієнтирів.	1. Проведення індивідуальних та групових консультацій для учнів з метою визначення їхніх схильностей і професійних інтересів. 2. Використання профорієнтаційних тестів для виявлення здібностей учнів. 3. Організація зустрічей з представниками різних професій, психологами. 4. Підготовка інформаційних матеріалів про професії для учнів і батьків. 5. Підтримка учнів у формулюванні їхніх кар'єрних планів.
Психолог	1. Допомога у визначенні інтересів та схильностей учнів. 2. Розробка та впровадження профорієнтаційних тестів і методик.	1. Психодіагностика учнів для визначення професійних інтересів та здібностей. 2. Проведення тренінгів і консультацій для учнів, направлених на підвищення їхньої самооцінки та впевненості у виборі професії. 3. Використання спеціальних тестів для профорієнтації, наприклад, на виявлення лідерських якостей, комунікативних здібностей тощо. 4. Спільна робота з соціальним педагогом та вчителями для підтримки дітей в процесі вибору професії.

Зазначимо, що комплексна програма профорієнтації у школі спрямована на формування у учнів свідомого підходу до вибору професії, що базується на виявленні їхніх інтересів, здібностей та схильностей. Так, адміністрація школи повинна визначити стратегію та організувати керівництво профорієнтаційною роботою, підтримувати ініціативи вчителів, соціальних педагогів та психологів, забезпечуючи необхідні ресурси для цього процесу. Вчителі-предметники мають інтегрувати профорієнтаційні елементи у навчальний процес, розповідаючи учням про професії, пов'язані з їхнім предметом, та демонструючи реальні приклади використання знань у професійній діяльності. Класні керівники мають активно включатися в профорієнтаційні заходи, організовуючи зустрічі з фахівцями різних професій, надаючи консультації учням щодо вибору профілю навчання. Важливу роль у підтримці учнів відіграють батьки, які повинні брати участь у профорієнтаційних заходах, допомагати дітям у розумінні своїх інтересів і сприяти вибору професії. Соціальні педагоги та психологи

забезпечують індивідуальну підтримку учнів старших класів, а також проводять консультації, тестування, тренінги, що дозволяє ефективно сприяти розвитку профорієнтаційної роботи в школі. Ця програма передбачає комплексний підхід до професійної орієнтації, що включає не лише навчальні заходи, але й психологічну та соціальну підтримку учнів, а також активну участь батьків у процесі вибору майбутньої професії їхньою дитиною.

Для психологів закладів загальної середньої освіти важливо забезпечити ефективну профорієнтаційну роботу, яка сприяє успішному професійному самовизначенню учнів. Наведемо низку рекомендацій для психологів:

1. Індивідуальний підхід до кожного учня. Психологи повинні враховувати індивідуальні особливості учнів, їх інтереси, здібності, схильності та актуальний психологічний стан. Для цього можна використовувати спеціалізовані тестування, такі як тести на визначення професійних схильностей, інтересів (наприклад, тест Голланда), а також наявні методики для оцінки рівня здібностей, таких як тести на IQ або тести на емоційну інтелігентність. Крім того, важливо визначити наявність у дитини будь-яких психологічних або емоційних проблем, що можуть впливати на її вибір професії, і надати відповідну допомогу або рекомендації для корекції цих труднощів.

2. Інформаційно-просвітницька робота. Слід організовувати регулярні зустрічі з представниками різних професій, ярмарки професій та екскурсії до підприємств або навчальних закладів, щоб учні мали змогу отримати реальне уявлення про професії, які їх цікавлять. Це можуть бути виступи професіоналів з різних галузей, організація профорієнтаційних ярмарків професій, де учні зможуть отримати інформацію про різні сфери. Також можна організувати екскурсії на підприємства або вищі навчальні заклади, що дозволить учням побачити професії в реальному контексті. Важливо, щоб учні мали можливість спілкуватися з представниками різних професій та отримати корисні поради.

3. Розвиток кар'єрних консультацій. Психологам слід проводити консультації з учнями щодо вибору професії. Це повинні бути бесіди, спрямовані на аналіз здібностей, інтересів і можливих професійних шляхів, допомога у формуванні реалістичних очікувань щодо професії. Психолог повинен вчити

учнів правильно оцінювати свої можливості та реалістично ставитися до майбутньої кар'єри, надавати рекомендації щодо подальшого вибору навчальних закладів, які можуть відповідати інтересам учня.

4. Психологічна підтримка в процесі вибору професії. Вибір професії для багатьох учнів є складним і стресовим етапом. Психолог повинен підтримувати учнів на всіх етапах цього процесу, особливо коли учні мають труднощі з вибором. Важливо виявляти і коригувати стрес або занепокоєння, пов'язані з вибором професії. Це може бути реалізовано через індивідуальні консультації, де психолог працює з емоційним станом учня, а також через групові тренінги, що допомагають знизити рівень стресу і тривоги. Також важливо, щоб психолог навчив учнів технікам прийняття рішень, зокрема, як працювати з внутрішніми сумнівами і зробити вибір, що відповідає їхнім інтересам і можливостям.

5. Залучення батьків до профорієнтаційної роботи. Психолог повинен активно залучати батьків до процесу профорієнтації, оскільки вони можуть впливати на вибір професії своїх дітей. Для цього психологи можуть проводити інформаційні сесії для батьків, розповідаючи про важливість підтримки дітей у виборі професії. Важливо навчити батьків, як правильно ставити питання дітям щодо їхніх інтересів та схильностей, а також як допомогти дітям ухвалювати обґрунтовані рішення, не нав'язуючи своїх поглядів або страхів.

6. Профорієнтаційні тренінги та майстер-класи для учнів. Психолог може організовувати тренінги та майстер-класи, на яких учні можуть розвивати свої кар'єрні навички та здобувати нові знання. Це можуть бути тренінги з розвитку комунікативних навичок, навичок самопрезентації, технік управління часом, що є важливими для будь-якої професії. Окрім того, можна організувати майстер-класи, на яких учні зможуть отримати конкретні професійні навички, що допоможуть їм зрозуміти, чи підходить їм та чи інша професія.

7. Використання інформаційних технологій. Психолог може застосовувати різноманітні онлайн-ресурси, тести та платформ для профорієнтації. Це можуть бути профорієнтаційні онлайн-курси, які допомагають учням зрозуміти специфіку певних професій. Також можна використовувати віртуальні екскурсії на підприємства, де учні можуть побачити професії через інтернет. Важливо

активно використовувати ці можливості, адже це дає учням доступ до величезної кількості інформації, яка може бути корисною для вибору професії.

8. Робота з учнями з особливими потребами. Для таких школярів профорієнтація потребує особливого підходу. Психолог повинен допомогти таким учням зрозуміти, які професії відповідають їх фізичним і психологічним можливостям. Це може включати індивідуальні консультації, створення адаптованих тестів та програм профорієнтації, а також роботу з батьками і вчителями для створення сприятливих умов для вибору професії.

9. Оцінка результатів профорієнтаційної роботи. Важливо, щоб психолог регулярно оцінював ефективність профорієнтаційної роботи, використовуючи різноманітні методи зворотного зв'язку. Це можуть бути анкети та опитування учнів, батьків та вчителів, що дозволяють визначити, чи була надана допомога корисною, і чи відчують учні себе готовими до вибору професії. Оцінка результатів допомагає психологу коригувати стратегію роботи і вдосконалювати профорієнтаційні заходи в майбутньому.

10. Співпраця з іншими фахівцями. Психолог не повинен працювати із учнями самотійно, а має співпрацювати з іншими педагогами, соціальними працівниками, представниками підприємств і вищих навчальних закладів. Ця співпраця дозволяє створити більш комплексну систему профорієнтаційної роботи, що включає не тільки психологічну підтримку, але й надання практичних порад та ресурсів для учнів, що допомагає їм зорієнтуватися на ринку праці.

Наведемо розроблені нами детальні рекомендації для соціальних педагогів закладів загальної середньої освіти щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи зі старшокласниками:

1. Створення індивідуальних планів профорієнтації. Соціальний педагог має забезпечити індивідуальний підхід до кожного учня, враховуючи його інтереси, здібності, сильні та слабкі сторони. Важливо розробити індивідуальні профорієнтаційні плани для кожного учня, в яких буде враховано його потреби, особливості розвитку та можливості. План має включати конкретні етапи, завдання і цілі, а також заходи, що будуть виконуватися для підтримки

професійного самовизначення учня. Це може бути спеціалізоване консультування, проведення профорієнтаційних тестів, консультації з батьками.

2. Проведення групових заходів для ознайомлення з професіями. Важливо організовувати для учнів групові заходи, на яких вони зможуть познайомитися з різноманітними професіями. Це можуть бути профорієнтаційні тренінги, майстер-класи, презентації різних професій, участь у професіографічних екскурсіях на підприємства, в установи або вищі навчальні заклади. Такі заходи дають учням можливість зрозуміти вимоги та умови праці в різних сферах, отримати уявлення про сучасний ринок праці.

3. Організація зустрічей з представниками професій. Соціальний педагог може організовувати зустрічі учнів із фахівцями різних професій, які поділяться власним досвідом, розкажуть про своє професійне життя, вимоги до фахівців та їхні перспективи. Це можуть бути як особисті зустрічі, так і віртуальні зустрічі з представниками різних професій через відеоконференції або онлайн-платформи. Така форма роботи дозволяє учням краще зрозуміти реальну ситуацію на ринку праці та визначитися з майбутнім вибором.

4. Психологічна підтримка учнів у процесі професійного самовизначення. Професійне самовизначення може бути стресовим етапом у житті учнів, тому важливо, щоб соціальний педагог забезпечив психологічну підтримку на всіх етапах цього процесу. Це включає допомогу в подоланні тривожності та страху перед майбутнім, розвитку впевненості у своїх силах, навчання технік саморегуляції та управління стресом. Соціальний педагог повинен також допомогти учням визначити свої інтереси, вміння та здібності, використовуючи діагностичні методи, тести та бесіди, спрямовані на самоусвідомлення.

5. Залучення батьків до профорієнтаційної роботи. Дуже важливо залучити батьків до профорієнтаційного процесу, оскільки вони мають великий вплив на вибір професії своїх дітей. Соціальний педагог може організовувати спеціальні зустрічі та семінари для батьків, на яких їм буде надано корисну інформацію про професії, ринок праці, а також методи підтримки дітей у процесі вибору професії. Важливо допомогти батькам зрозуміти, як важливо підтримати рішення дитини, навіть якщо воно відрізняється від їхніх власних очікувань.

6. Організація і проведення профорієнтаційних тестувань. Соціальний педагог може використовувати різноманітні профорієнтаційні тести та анкети, щоб допомогти учням визначити їхні інтереси, схильності та рівень розвитку певних здібностей. Ці тести можуть бути як загальними, так і орієнтованими на конкретні професії. Після проведення тестувань соціальний педагог повинен проаналізувати результати разом з учнем, допомогти йому правильно зрозуміти отриману інформацію і порадити, на яких професіях варто зосередитися.

7. Розвиток кар'єрних навичок учнів. Одним із важливих напрямів роботи соціального педагога є розвиток кар'єрних навичок учнів. Це включає навички ефективної комунікації, уміння складати резюме та супровідні листи, техніки самопрезентації на співбесідах, розвиток лідерських якостей, управлінських і організаційних здібностей. Такі навички допоможуть учням не тільки при виборі професії, але й в подальшому успішному працевлаштуванні.

8. Створення інформаційно-освітніх матеріалів. Соціальний педагог може розробляти різноманітні інформаційні матеріали для учнів і батьків. Це можуть бути буклети, листівки, презентації, в яких міститься інформація про професії, вимоги до кандидатів, навчальні заклади, можливості працевлаштування та інші важливі аспекти вибору професії. Такі матеріали можна роздавати на зустрічах, на батьківських зборах, у рамках класних годин або профорієнтаційних заходів.

9. Систематичний моніторинг результатів профорієнтаційної роботи. Соціальний педагог має регулярно проводити моніторинг ефективності профорієнтаційної роботи в школі. Це включає аналіз результатів проведених тестувань, оцінку впливу різних профорієнтаційних заходів на учнів, а також збір відгуків від учнів і батьків. Моніторинг допоможе коригувати плани роботи, виявляти слабкі місця в системі профорієнтації та підвищувати її ефективність.

10. Співпраця з іншими фахівцями. Для успішного здійснення профорієнтаційної роботи соціальний педагог має співпрацювати з класними керівниками, вчителями, психологами, а також з представниками підприємств, вищих навчальних закладів, служб зайнятості, організацій, що займаються кар'єрним консультуванням. Таке співробітництво дозволяє створити більш комплексну і цілісну систему підтримки учнів у процесі профорієнтації.

11. Організація заходів для учнів з особливими потребами. Соціальний педагог має розробити спеціальні профорієнтаційні заходи для учнів з особливими освітніми потребами. Це включає адаптовані тести, індивідуальні консультації, допомогу у виборі професій, які підходять для учнів з обмеженими можливостями. Важливо, щоб кожен учень, незалежно від його фізичних чи розумових особливостей, отримав можливість знайти професію, яка відповідатиме його здатностям.

12. Профорієнтаційні заходи для старшокласників. Особливу увагу слід приділяти учням старших класів, оскільки вони повинні визначитися з вибором подальшого навчання або професії. Соціальний педагог може організовувати профорієнтаційні тренінги, консультації, презентації вищих навчальних закладів, допомагати в підготовці до вступу та виборі спеціальності. Важливо також надати учням інформацію про альтернативні форми навчання, такі як курси або технікуми, що можуть бути кращими для деяких учнів.

Наведемо розроблені нами детальні рекомендації для класних керівників щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи зі старшокласниками:

1. Забезпечення індивідуального підходу. Класним керівникам слід звертати увагу на індивідуальні особливості учня. Рекомендується проводити індивідуальні консультації з учнями для виявлення їх інтересів, схильностей, сильних і слабких сторін. Важливо визначити, які професії відповідають їхнім здібностям і як ці професії можуть бути реалізовані у майбутньому.

2. Організація профорієнтаційних заходів. Класні керівники повинні організовувати різноманітні профорієнтаційні заходи для учнів старших класів. Це можуть бути зустрічі з представниками різних професій, екскурсії на підприємства, семінари з психології вибору професії, участь у виставках кар'єри, майстер-класи та тренінги з розвитку професійних навичок. Це дозволяє учням безпосередньо познайомитися з різними професіями та зрозуміти їх особливості.

3. Проведення профорієнтаційних тестів і анкетувань. Для кращого розуміння інтересів і схильностей учнів класному керівнику варто організувати проходження профорієнтаційних тестів та анкетувань. Ці інструменти допомагають виявити професійні нахили учнів, а також їхні риси характеру, які

можуть впливати на вибір професії. Результати тестів слід використовувати як один із етапів у профорієнтаційній роботі, а також для подальших індивідуальних консультацій з учнями.

4. Залучення учнів до обговорення різних варіантів професій. Класним керівникам рекомендується активно залучати учнів до дискусій і обговорень різних професій, їхніх переваг і недоліків. Такі заходи можуть включати тематичні класні години, де учні діляться своїми ідеями та думками щодо професій, міркують про можливі перспективи кар'єри. Це сприяє формуванню більш свідомого підходу до вибору майбутньої професії та дозволяє розглянути варіанти, які можуть бути менш очевидними на перший погляд.

5. Співпраця з профорієнтаційними центрами і консультантами. Класні керівники повинні активно співпрацювати з профорієнтаційними центрами, психологами та іншими консультантами, які допомагають учням визначити свої професійні інтереси. Це може бути організація зустрічей з професійними консультантами, а також залучення до профорієнтаційних заходів, які проводять спеціалісти. Така співпраця допоможе учням краще орієнтуватися на ринку праці та зробити усвідомлений вибір.

6. Моніторинг професійних інтересів і потреб учнів. Профорієнтаційна робота потребує постійного моніторингу інтересів учнів. Класний керівник має регулярно обговорювати з учнями їхні плани на майбутнє, з'ясовувати, як змінилися їхні професійні орієнтири, що їх цікавить, а що вже не приваблює. Важливо вчасно коригувати напрямок профорієнтаційної роботи відповідно до змін, що відбуваються в учнівських інтересах і у світі професій.

7. Підтримка у виборі навчальних закладів. Однією з важливих ролей класного керівника є допомога учням у виборі закладу для здобуття професії. Класному керівнику слід активно працювати з інформацією про заклади вищої освіти, заклади професійної та передвищої освіти, спеціалізовані заклади освіти. Він повинен інформувати учнів про особливості вступної кампанії, вимоги до вступників, про перспективи кар'єрного росту після здобуття певної професії.

8. Робота з батьками учнів. Класні керівники повинні активно залучати батьків до профорієнтаційної роботи, адже вони є важливими партнерами у

процесі вибору професії. Батьки можуть допомогти учням оцінити свої інтереси та можливості, але також варто враховувати їхні рекомендації та прагнення. Регулярні батьківські збори і консультації з профорієнтаційних питань допомагають забезпечити взаєморозуміння між учнями, батьками та школою.

9. Створення профорієнтаційної атмосфери в класі. Важливо формувати атмосферу підтримки та довіри в класі. Класний керівник має створити умови, де учні можуть відкрито ділитися своїми думками щодо майбутнього, обговорювати професійні питання, а також виявляти інтереси, які можуть бути реалізовані в конкретних професіях. Важливо, щоб учні не боялися висловлювати мрії і вибір професії, не маючи страху осуду чи непорозуміння з боку однокласників чи вчителів.

10. Використання сучасних технологій для профорієнтації. У сучасних умовах важливо використовувати можливості Інтернету та інших сучасних технологій для проведення профорієнтаційної роботи. Класні керівники можуть використовувати онлайн-платформи для організації відеоконференцій з професіоналами різних галузей, проводити онлайн-тести, а також заохочувати учнів до вивчення інформації на профорієнтаційних сайтах.

11. Створення умов для самопізнання учнів. Класний керівник має стимулювати учнів старших класів до самопізнання, що є важливою частиною профорієнтаційної роботи. Учням слід давати завдання для самостійної рефлексії: наприклад, скласти список своїх сильних і слабких сторін, визначити інтереси і те, що їм подобається робити вільний час. Це допоможе учням краще зрозуміти свої схильності і готовність до певних професій.

12. Моніторинг результатів профорієнтаційної роботи з учнями. Класному керівнику слід постійно відслідковувати ефективність профорієнтаційної роботи. Це можна зробити через опитування учнів, батьків, а також вчителів. Важливо оцінювати, чи отримують учні потрібну інформацію, чи змінилося їхнє ставлення до вибору професії, і чи є результати у вигляді покращення мотивації до навчання та визначення життєвих орієнтирів.

Наведемо розроблені детальні рекомендації для вчителів-предметників закладів загальної середньої освіти в контексті здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі:

1. Інтеграція профорієнтаційної роботи в навчальний процес. Вчителі-предметники повинні активно інтегрувати профорієнтаційні елементи в уроки. Наприклад, при вивченні різних предметів, таких як математика, хімія, фізика, інформатика, можна наводити приклади використання цих знань у різних професіях. Це допоможе учням зрозуміти практичну цінність того, що вони вивчають, і як ці знання можуть бути застосовані у різних сферах діяльності.

2. Організація тематичних класних годин і позакласних заходів. Вчителі можуть організовувати спеціалізовані класні години, присвячені професіям, на яких учні можуть дізнатися більше про особливості різних спеціальностей, професій, що потребують певних знань з предмету. Важливо також організовувати позакласні заходи, такі як майстер-класи, конкурси або проекти, які дозволяють учням спробувати себе в різних професіях або сферах діяльності.

3. Підвищення мотивації учнів через приклади з реального життя. Вчителі-предметники можуть наводити реальні приклади фахівців-професіоналів, які використовують знання з певного предмета у своїй кар'єрі. Це можуть бути історії успіху випускників школи або відомих людей, чия діяльність є безпосередньо пов'язана з вивченим предметом. Такі приклади допомагають учням побачити зв'язок між навчанням та майбутньою професією, що мотивує їх до глибшого вивчення навчальних предметів.

4. Оцінка інтересів і схильностей учнів. Вчителі можуть допомагати учням визначити їхні інтереси та здібності через спостереження за їхньою активністю на уроках. Це важливо для того, щоб виявити схильність учнів до певних професійних напрямків. Наприклад, якщо учень показує великий інтерес до конкретної теми або предмету, вчитель може порекомендувати йому професію, які вимагають відповідних навичок або знань.

5. Консультації щодо вибору профілю навчання. Вчителі-предметники мають активно консультувати учнів щодо вибору профілю навчання в старших класах, залежно від їхніх інтересів та кар'єрних планів. Важливо, щоб учні

розуміли, які предмети потрібно вибирати для досягнення своїх професійних цілей, і як це допоможе їм у майбутньому.

6. Залучення до профорієнтаційних заходів поза навчальним процесом. Вчителі можуть залучати учнів до участі в профорієнтаційних заходах, таких як зустрічі з представниками різних професій, екскурсії на підприємства або до навчальних закладів. Це допомагає учням на практиці побачити, як виглядає професійна діяльність в різних сферах і чому це важливо для їх майбутнього.

7. Застосування профорієнтаційних тестів і діагностичних методик. Вчителі можуть використовувати різні методи для діагностики професійних інтересів та схильностей учнів. Це можуть бути тести на профорієнтацію, що допомагають визначити сильні сторони учнів та рекомендовані професії відповідно до їхніх інтересів. Вчитель може порекомендувати ці тести учням для подальшої роботи з психологом або соціальним педагогом школи.

8. Створення умов для розвитку практичних навичок. Важливо, щоб уроки і позакласні заходи були орієнтовані на розвиток практичних навичок, що є необхідними для майбутньої професії. Наприклад, під час проведення уроків з трудового навчання або інформатики учні можуть працювати над реальними проектами, що дозволяє їм оцінити свої здібності і краще зрозуміти, в яких сферах вони могли б успішно працювати.

9. Робота над розвитку комунікативних і соціальних навичок. Вчителі мають підтримувати розвиток комунікативних та соціальних навичок учнів старших класів. Це важливо, оскільки багато професій вимагають вміння працювати в команді, спілкуватися з людьми і вирішувати конфлікти. Включення таких елементів до навчання сприяє розвитку важливих компетенцій, необхідних для професійної діяльності.

10. Підтримка учнів в процесі професійного самовизначення. Вчителі повинні допомагати учням в процесі професійного самовизначення, надаючи їм інформацію про різноманітність професій, роз'яснюючи вимоги до різних спеціальностей, і допомагаючи усвідомити, які з цих спеціальностей можуть відповідати їхнім інтересам та здібностям. Важливо, щоб учні старших класів

мали достатньо часу для обдумування свого вибору, а вчителі могли допомогти їм зорієнтуватися в цьому процесі.

11. Співпраця з іншими фахівцями школи. Вчителі-предметники повинні співпрацювати з соціальними педагогами, психологами та адміністрацією школи для організації індивідуальної підтримки учнів в процесі вибору майбутньої професії. Їхні спільні зусилля допоможуть створити єдиний підхід до профорієнтаційної роботи в школі, що забезпечить ефективність цієї роботи.

Наведемо розроблені нами детальні рекомендації для адміністрації закладів загальної середньої освіти в контексті здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі:

1. Створення стратегії та плану профорієнтаційної роботи. Адміністрація школи повинна розробити комплексну стратегію профорієнтаційної роботи, яка відповідатиме сучасним вимогам і потребам учнів. Важливо створити план, що включатиме регулярні заходи та програми, спрямовані на допомогу учням у виборі професії, розвиток їхніх кар'єрних орієнтирів, а також здійснення контролю за виконанням плану.

2. Забезпечення відповідного кадрового ресурсу. Адміністрація повинна подбати про залучення кваліфікованих спеціалістів для проведення профорієнтаційної роботи. Це можуть бути соціальні педагоги, психологи, вчителі трудового навчання та інші фахівці, які зможуть надати учням цінні рекомендації, допомогти у визначенні їхніх професійних інтересів і здібностей.

3. Розробка профорієнтаційних програм та курсів. Важливо запровадити спеціалізовані курси, тренінги, майстер-класи для учнів, які дозволяють їм краще зрозуміти власні інтереси та можливості. Адміністрація школи має підтримувати ініціативи по організації факультативних занять або гуртків, що допомагають учням опановувати навички, необхідні для вибору професії.

4. Систематичне проведення профорієнтаційних заходів. Адміністрація повинна організовувати регулярні профорієнтаційні заходи для учнів, такі як тематичні класні години, зустрічі з представниками різних професій, екскурсії на підприємства та до навчальних закладів, виставки кар'єрних можливостей,

семінари та тренінги з кар'єрного планування. Такі заходи повинні проводитися на всіх етапах навчання, зокрема в старших класах.

5. Підтримка партнерства з закладами освіти та підприємствами. Важливо налагодити співпрацю із закладами вищої освіти, закладами професійної та передвищої освіти та підприємствами для надання учням можливості ознайомитися з реальними умовами навчання та праці. Адміністрація школи повинна забезпечити організацію екскурсій, лекцій, зустрічей з випускниками або представниками різних професій.

6. Забезпечення доступу до профорієнтаційних матеріалів. Адміністрація має забезпечити наявність у закладі загальної середньої освіти достатньої кількості інформаційних матеріалів (буклетів, журналів, презентацій, онлайн-ресурсів), що містять актуальну інформацію про різні професії, можливості навчання та розвитку кар'єри. Важливо створити доступ до таких матеріалів для учнів, їхніх батьків та педагогів.

7. Залучення батьків до профорієнтаційної роботи. Адміністрація закладу загальної середньої освіти повинна залучати батьків до профорієнтаційного процесу, організовуючи для них консультації, батьківські збори та спеціальні заходи, що сприяють кращому розумінню потреб учнів і їхніх кар'єрних інтересів. Важливо формувати спільний підхід до вибору професії, враховуючи інтереси та думки як учнів, так і їхніх батьків.

8. Створення умов для самопізнання старшокласників. Адміністрація має підтримувати ініціативи, спрямовані на розвиток самопізнання учнів, таких як проведення тестів на виявлення професійних інтересів, психодіагностичних заходів, що допомагають учням виявити свої сильні та слабкі сторони. Важливо, щоб учні мали можливість регулярно оцінювати свої схильності та здібності для прийняття свідомих рішень щодо майбутньої кар'єри.

9. Підтримка науково-практичних конференцій та проєктів. Важливо організовувати та підтримувати проведення науково-практичних конференцій, проєктів, конкурсів, спрямованих на професійне самовизначення учнів. Це можуть бути проєкти, що включають як практичні, так і теоретичні завдання, які

дають учням старших класів можливість здобути практичний досвід у вибраній професії або навичках.

10. Оцінка ефективності профорієнтаційної роботи. Адміністрація має розробити систему оцінки ефективності профорієнтаційної роботи в школі. Це може бути як регулярний моніторинг успішності учнів у виборі професії, так і опитування учнів та батьків щодо їхнього задоволення профорієнтаційними заходами. Такі дані дозволяють коригувати роботу та покращувати ефективність профорієнтаційних заходів.

11. Підвищення кваліфікації педагогів у сфері профорієнтації. Важливо організувати для педагогічного складу школи тренінги, семінари та курси підвищення кваліфікації з питань профорієнтації. Педагоги мають бути обізнані з актуальними методами профорієнтаційної роботи, змінами на ринку праці, тенденціями в освіті та кар'єрному розвитку.

12. Інтеграція профорієнтації у навчальний процес. Адміністрація закладу загальної середньої освіти повинна підтримувати інтеграцію профорієнтаційних елементів у навчальний процес. Це означає, що профорієнтація має бути складовою частиною навчальних програм і уроків, де учні зможуть отримати базові знання про професії, розвивати критичне мислення і навички, що допоможуть їм у подальшому професійному виборі.

Також пропонуємо психологічні рекомендації старшокласникам щодо підвищення ефективності їхнього професійного самовизначення. Так, молоді важко усвідомити важливість вибору майбутньої професії та узгодити набуті знання з власною сутністю та об'єктивною реальністю. Пошук інформації та їхні комунікативні навички є критично важливими, оскільки допомагають старшокласникам зрозуміти компоненти, що впливають на формування їх професійного вибору. Отже, старшокласникам можна порекомендувати:

- активно шукати інформацію про професійний світ та способи використання своїх навичок, здібностей і талантів у різних сферах;
- виявляти більше інтересу до певних навчальних предметів і демонструвати здібності в цих предметах;

- спілкуватися з оточенням, висловлюючи свої думки про власне професійне самовизначення;
- відвідувати гуртки, що відповідають їх здібностям, нахилам та інтересам;
- об'єктивно оцінювати свої можливості та узгоджувати їх із вибором майбутньої професії, консультиватися з оточенням, сприймаючи їхню думку як тему для подальших роздумів, перевіряти висунуті гіпотези щодо професійного самовизначення на власному досвіді;
- брати участь у професійних консультаціях щодо вибору професії та звертатися до психолога в разі відчуття неспроможності впоратися з вибором;
- активно розвивати комунікативні навички, відвідуючи тренінги з комунікації;
- проходити комплексне психодіагностичне обстеження за визначеними методиками;
- скласти власний професійний план, у якому слід окреслити бажану мету професійної діяльності, визначити хронологічну послідовність подій, які допоможуть досягти цієї мети, та серйозно замислитися над подальшою життєвою перспективою [24].

Отже, розробка психологічних рекомендацій для профорієнтаційної роботи в школі має на меті створення комплексної системи підтримки учнів у процесі їх професійного самовизначення. Це забезпечує не тільки розвиток їх особистості, а й формує соціально зрілих, успішних і відповідальних членів суспільства, готових до викликів сучасного ринку праці.

Висновки до розділу 3

1. З метою удосконалення системи професійної орієнтації у школі розроблено програму професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, мета якої полягає в наданні підтримки та допомоги у подоланні проблем професійного й професійного самовизначення, а також у спонукання до усвідомлення власної відповідальності за своє професійне та життєве майбутнє. Розроблена програма має на меті вирішення декількох завдань: підвищення рівня

усвідомленості учнями власної ціннісної сфери, збільшення суб'єктності, формування почуття відповідальності за своє життя, оптимізація процесу постановки життєвих цілей і пошуку шляхів їх досягнення, підвищення рівня мотивації, розвиток моральної свідомості та духовності шляхом оволодіння відповідними поняттями, а також підвищення здатності до рефлексії.

2. Розробка психологічних рекомендацій щодо здійснення ефективної профорієнтаційної роботи в школі є надзвичайно важливою для забезпечення гармонійного розвитку учнів, їхнього усвідомленого вибору майбутньої професії та подальшої успішної соціалізації в суспільстві. При цьому психологічні рекомендації базуються на комплексному підході, який включає як індивідуальні, так і колективні методи роботи, що враховують вікові особливості учнів, їхні психологічні потреби та здібності. Завдання роботи психолога в тому, щоб допомогти учням зрозуміти свої сильні сторони, визначити сфери інтересів та схильностей, а також сприяти формуванню реалістичних уявлень про можливості та вимоги різних професій. Комплексна програма здійснення професійної орієнтації у школі включає рекомендації для адміністрації, класних керівників, вчителів, батьків, соціального педагога та психолога і містить завдання та заходи для кожної групи учасників профорієнтаційного процесу.

РОЗДІЛ 4

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ОСНОВИ ОХОРОНИ ПРАЦІ

4.1. Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі

Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі є важливою складовою процесу професійного становлення учнів, що забезпечує не лише фізичний, але й психологічний комфорт для них. В умовах сучасного навчання, коли вибір професії стає важливим кроком на шляху до самореалізації, необхідно враховувати різноманітні аспекти безпеки, що можуть виникати в процесі організації профорієнтаційної роботи. Профорієнтація – це не тільки формування уявлень учнів про різні професії та можливості кар'єрного зростання, але й організація заходів, що забезпечують безпечне середовище для їх особистісного розвитку.

Учні, особливо старшокласники, перебувають у періоді активного пошуку себе і свого місця у світі професій. Вибір майбутньої професії часто супроводжується стресом і невизначеністю, тому важливо створити таку атмосферу, де учні почуватимуться захищеними від будь-яких ризиків, як фізичних, так і психологічних. Під час профорієнтаційних заходів, таких як екскурсії на підприємства, зустрічі з фахівцями, тренінги чи майстер-класи, необхідно дотримуватися вимог безпеки, щоб мінімізувати можливі небезпеки для здоров'я та емоційного стану учнів. Тому безпека життєдіяльності є необхідною умовою для ефективної і результативної профорієнтаційної роботи в школі [24].

Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі є важливою складовою профорієнтаційного процесу, яка забезпечує не лише ефективність вибору професії, а й сприяє формуванню відповідального ставлення до свого здоров'я, соціального середовища та майбутньої кар'єри. Програми професійної орієнтації повинні враховувати не тільки питання соціальної та психологічної підтримки учнів, а й аспекти безпеки життєдіяльності, що включають фізичну, психологічну, соціальну безпеку учнів під час проведення профорієнтаційних заходів.

Одним з основних аспектів безпеки є фізична безпека учнів під час проведення профорієнтаційних заходів, особливо коли мова йде про екскурсії на виробництва, відвідування підприємств чи організацій. Екскурсії на робочі місця, майстер-класи, професійні тренінги повинні організовуватися з урахуванням усіх стандартів безпеки. Перед виїздом на екскурсії адміністрація школи повинна забезпечити підготовку учнів до можливих небезпек на виробництві, провести інструктажі з безпеки, познайомити з технікою безпеки на підприємствах, де відбуватиметься захід. Класні керівники, вчителі та соціальні педагоги повинні контролювати наявність медичних карток учнів та забезпечити наявність необхідних документів, що підтверджують стан здоров'я та можливість участі в заходах. Для попередження нещасних випадків важливо організовувати групові поїздки з інструктором з техніки безпеки, а також забезпечити доступність медичних засобів для надання першої допомоги [41].

Психологічна безпека також є важливим аспектом профорієнтаційної роботи в школі. Профорієнтаційні заходи можуть викликати стрес у учнів, пов'язаний із їхнім особистим вибором, самовизначенням, а також відповідальністю за майбутнє. Психологічна підтримка є необхідною, щоб уникнути емоційних перенавантажень і стресових ситуацій, а також допомогти учням подолати сумніви та невпевненість. Психологи та соціальні педагоги повинні проводити групові та індивідуальні консультації, на яких учні зможуть поділитися своїми переживаннями щодо вибору майбутньої професії, отримати відповіді на питання про можливі труднощі та шляхи їх подолання.

Також важливо звернути увагу на вплив соціального середовища на психологічний стан учнів. Це може включати тиск з боку однолітків, родичів, соціальні стереотипи щодо «престижних» професій. Психологи мають організовувати тренінги, на яких учні зможуть виявити і обговорити свої страхи та стереотипи, а також дізнатися про реальні можливості у різних професіях, не зважаючи на соціальні уявлення. Важливо, щоб учні розуміли, що вибір професії повинен базуватися на власних інтересах, здібностях і потребах, а не на чужих очікуваннях чи упередженнях [1].

Соціальна безпека учнів під час профорієнтаційної роботи в школі стосується створення здорового соціального середовища, де кожен учень відчуває себе комфортно і може вільно висловлювати свої думки, погляди і сумніви. Профорієнтаційна робота повинна включати заходи, які допомагають учням розуміти не тільки особливості професій, а й вимоги до соціальних компетенцій та норм поведінки в колективі. Важливо акцентувати увагу на соціальних аспектах кожної професії, таких як взаємодія з колегами, лідерство, робота в команді, етика професійної діяльності [3].

Практичні психологи й соціальні педагоги можуть організовувати заняття, тренінги та воркшопи, на яких учні навчатимуться основам професійної етики, методам ефективної комунікації, управлінню конфліктами, роботі в колективі. Крім того, учні повинні отримати інформацію про потенційні ризики у професіях, таких як професійні хвороби, стрес на роботі, ризик ізоляції або труднощі в адаптації в новому колективі.

Організація безпеки під час профорієнтаційних заходів передбачає:

1. Підготовка учнів до профорієнтаційних заходів: перед кожним заходом (екскурсії, зустрічі з фахівцями, тренінги) учнів потрібно ознайомити з вимогами безпеки. Для цього адміністрація школи повинна організовувати спеціальні інструктажі, які охоплюють як загальні правила безпеки, так і специфічні аспекти в залежності від виду заходу.

2. Супровід учнів: на заходи з профорієнтації повинні супроводжувати педагоги та соціальні працівники, які будуть готові вчасно вжити необхідних заходів у разі виникнення непередбачуваних ситуацій. У разі виїздів або екскурсій на підприємства учнів повинні супроводжувати медичні працівники або бути забезпечені контактами медичних установ на місці проведення заходу.

3. Моніторинг психоемоційного стану учнів: важливим елементом профорієнтаційної роботи є моніторинг психоемоційного стану учнів під час і після профорієнтаційних заходів. Психологи і соціальні педагоги повинні здійснювати регулярні консультації з учнями після участі в профорієнтаційних заходах для виявлення можливих стресових реакцій чи занепокоєнь. Це дозволить вчасно зреагувати на можливі негативні ефекти.

4. Залучення фахівців: проведення профорієнтаційних заходів вимагає залучення фахівців різних професій, які можуть дати об'єктивну оцінку умов праці, вимог до професії, а також пояснити учням переваги та ризики різних напрямків діяльності. Під час зустрічей з професіоналами учні повинні отримати реальні відомості про професії, а також зрозуміти, які виклики можуть виникати в процесі кар'єрного розвитку.

5. Підготовка учнів до участі в профорієнтаційних заходах: учнів слід заздалегідь готувати до профорієнтаційних заходів, щоб вони могли повністю використовувати отриману інформацію та можливості для розвитку своїх кар'єрних орієнтирів. Це може включати проведення тренінгів щодо адаптації до нових умов, розвитку навичок міжособистісної комунікації, вирішення проблемних ситуацій [11].

Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі має комплексний характер і включає в себе аспекти фізичної, психологічної та соціальної безпеки. Забезпечення безпеки під час таких заходів є основою для розвитку учнів, оскільки тільки в безпечному середовищі вони можуть розвиватися, набувати нових знань і досвіду, а також свідомо визначати свої професійні орієнтири. Тому важливо, щоб адміністрація школи, педагоги, соціальні працівники та батьки працювали разом, щоб створити умови, які забезпечать безпечну та ефективну профорієнтаційну роботу для учнів.

Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі є важливим аспектом, який забезпечує не тільки фізичний захист учнів, а й їх психоемоційну безпеку. Враховуючи різноманітність форм профорієнтаційної роботи, таких як екскурсії на підприємства, практичні заняття, участь у майстер-класах та тренінгах, необхідно дотримуватись чітких правил безпеки для попередження нещасних випадків. Перш за все, важливим елементом є навчання учнів основам безпеки життєдіяльності, щоб вони могли адекватно реагувати на потенційні загрози та знали правила поведінки в різних ситуаціях. Для цього педагогічні працівники повинні регулярно проводити інструктажі з охорони праці, а також забезпечити відповідний супровід під час усіх профорієнтаційних

заходів. Важливо це робити під час відвідувань підприємств чи виробничих об'єктів, де учні можуть зіштовхнутися з реальними умовами праці [17].

Ще одним важливим аспектом є психологічна безпека учнів, оскільки процес профорієнтації часто супроводжується емоційним навантаженням. Деякі учні можуть відчувати стрес чи тривогу через вибір майбутньої професії або невизначеність щодо свого професійного шляху. У таких випадках важливо, щоб соціальні педагоги, психологи та класні керівники надавали учням підтримку, допомагаючи зняти стрес і забезпечити комфортні умови для прийняття рішень.

Отже, безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі є невід'ємною частиною ефективної та відповідальної організації сучасного профорієнтаційного процесу. Врахування аспектів безпеки на всіх етапах цієї роботи дозволяє не тільки уникнути потенційних загроз для фізичного і психологічного здоров'я учнів, але й створити сприятливі умови для їхнього розвитку та самовизначення. Забезпечення безпеки життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі включає як фізичну безпеку учнів через дотримання правил і стандартів охорони праці, так і психологічну підтримку для зниження емоційного навантаження і створення комфортної атмосфери для розвитку їхніх професійних навичок. Залучення кваліфікованих спеціалістів, застосування сучасних методів роботи та впровадження чіткої організаційної структури дозволяють забезпечити безпеку життєдіяльності учнів і сприяти їхньому професійному розвитку.

4.2. Особливості охорони праці у процесі профорієнтаційної роботи в школі

Охорона праці є важливим аспектом у будь-якому навчальному процесі, і профорієнтаційна робота в школі не є винятком. Під час проведення профорієнтаційних заходів учні не тільки отримують теоретичні знання про різні професії, але й безпосередньо залучаються до практичних заходів, таких як екскурсії на підприємства, зустрічі з представниками різних професій, тренінги та майстер-класи. Враховуючи це, охорона праці під час профорієнтації набуває

особливої значущості, оскільки неправильно організовані або недооцінені аспекти безпеки можуть призвести до негативних наслідків, таких як травми чи психоемоційний стрес учнів [25].

Необхідність охорони праці в процесі профорієнтаційної роботи в школі полягає в забезпеченні безпечних умов для учнів під час усіх етапів цієї роботи. Адже учні, особливо старшокласники, повинні мати змогу ознайомлюватися з різними професіями, не наражаючи себе на небезпеку. Тому важливо проводити профорієнтаційні заходи з дотриманням всіх вимог безпеки, що не тільки захищає фізичне та психологічне здоров'я учнів, але й формує у них відповідальне ставлення до питань безпеки на робочих місцях у майбутньому.

Охорона праці в процесі профорієнтаційної роботи в школі є важливим аспектом, оскільки профорієнтаційні заходи, які проводяться у навчальних закладах, повинні забезпечувати не тільки розвиток професійних навичок учнів, а й їх безпеку. Це стосується як фізичного здоров'я учнів, так і психологічного благополуччя, адже процес вибору професії може викликати стрес або занепокоєння, що може негативно вплинути на загальний емоційний стан дитини. Охорона праці під час профорієнтаційної роботи має на меті не тільки забезпечення безпечних умов під час проведення заходів, але й формування у школярів відповідального ставлення до безпеки на майбутньому робочому місці.

У процесі профорієнтації учні знайомляться з різними професіями та робочими умовами. Це можуть бути екскурсії на підприємства, заводи, фабрики або навіть зустрічі з фахівцями в конкретних сферах діяльності. Важливо, щоб під час цих заходів дотримувалися всіх необхідних норм охорони праці, щоб не допустити жодних травм або нещасних випадків. Під час таких екскурсій необхідно враховувати умови, в яких працюють підприємства, надавати учням інформацію про потенційні небезпеки, що можуть виникнути на робочому місці, а також правила поведінки в цих умовах [28].

Одним із важливих аспектів охорони праці є безпека під час практичних занять або майстер-класів, які можуть проводитися в рамках профорієнтаційних заходів. Такі заняття можуть включати використання інструментів, обладнання або матеріалів, що мають певні ризики для здоров'я. Педагоги та організатори

мають забезпечити відповідну підготовку учнів до роботи з такими інструментами, а також контроль за їх безпечним використанням. Перед початком практичних занять важливо ознайомити учнів з інструкціями з безпеки, а також здійснити необхідний контроль за дотриманням цих вимог [47].

Охорона праці у процесі профорієнтації також включає увагу до психоемоційного стану учнів. У процесі вибору майбутньої професії учні можуть переживати стрес, сумніви та тривогу, тому важливо забезпечити психологічну підтримку під час проведення профорієнтаційних заходів. Наприклад, учні можуть зіткнутися з труднощами у виборі професії, що може призвести до нервових переживань або навіть до депресивних станів. Тому соціальні педагоги та психологи повинні бути готові допомогти учням у процесі самовизначення, надаючи підтримку і допомогу у подоланні емоційних труднощів. Вони можуть проводити індивідуальні консультації, групові тренінги або майстер-класи, спрямовані на зниження стресу і підтримку учнів у складних ситуаціях.

Одним з важливих моментів охорони праці під час профорієнтаційної роботи є дотримання норм щодо організації екскурсій і практичних занять. Під час проведення екскурсій на підприємствах або в установах учням слід пояснювати правила безпеки на робочому місці, можливі небезпеки і способи їх уникнення. Під час практичних занять з використанням обладнання або інструментів учням необхідно надати чіткі інструкції щодо правильного використання цих засобів, а також про необхідність носити спеціальний одяг, взуття або інші засоби захисту. Крім того, важливо проводити попереднє навчання для вчителів та організаторів цих заходів, щоб вони мали відповідну підготовку щодо охорони праці та могли організувати заходи безпеки на належному рівні [54].

Забезпечення охорони праці у процесі профорієнтаційної роботи вимагає від усіх учасників процесу уважності та відповідальності. Адміністрація школи, класні керівники, вчителі-предметники, соціальні педагоги та психологи повинні працювати в тісній співпраці для того, щоб створити безпечне середовище для учнів під час проведення профорієнтаційних заходів. Важливо, щоб у школах були розроблені чіткі процедури з безпеки, а також надано необхідне обладнання

для забезпечення фізичної безпеки учнів. Наприклад, під час проведення практичних занять з професійного орієнтування на базі шкіл необхідно мати відповідне обладнання для першої допомоги, а також забезпечити учнів засобами індивідуального захисту, якщо це необхідно [62].

Управління безпекою в процесі профорієнтаційної роботи має бути системним і охоплювати всі етапи цього процесу. Починаючи з планування профорієнтаційних заходів, організації екскурсій та тренінгів, до їх реалізації, кожен етап повинен бути ретельно продуманий і забезпечений необхідними заходами безпеки. Важливою складовою є також післядіяльність – оцінка результатів проведених заходів, виявлення недоліків і усунення їх у майбутньому. Здійснення контролю за дотриманням всіх норм охорони праці під час профорієнтаційної роботи забезпечує не тільки безпеку учнів, а й їх ефективну підготовку до майбутнього професійного життя.

Констатуємо, що охорона праці у процесі профорієнтаційної роботи в школі є важливим завданням для всіх учасників цього процесу. Адміністрація школи, педагоги, соціальні педагоги, психологи і батьки мають бути зацікавлені в тому, щоб учні могли вибрати професію в безпечному та підтримуючому середовищі. Всі профорієнтаційні заходи повинні проводитися з урахуванням норм охорони праці та психологічного благополуччя учнів, що дозволить їм не тільки знайти свій професійний шлях, а й сформувати відповідальне ставлення до безпеки на робочому місці в майбутньому [68].

Охорона праці в процесі профорієнтаційної роботи в школі є важливим аспектом, що забезпечує безпеку та здоров'я учнів під час знайомства з різними професіями, особливо в умовах проведення практичних занять, екскурсій на виробництва чи підприємства, а також на спеціалізованих тренінгах. Профорієнтаційна робота включає елементи практичної діяльності, вивчення умов праці, використання спеціального обладнання та технічних засобів, що може бути небезпечним для учнів без належної підготовки та контролю.

Одним із ключових елементів охорони праці є створення безпечного навчального середовища, яке передбачає ретельну організацію заходів, пов'язаних із відвідуванням підприємств або майстерень. Вчителі, соціальні

педагоги, психологи та адміністрація школи повинні бути поінформовані про можливі ризики й дотримуватись усіх стандартів і правил безпеки, надаючи учням чіткі інструкції щодо того, як поводитись у конкретних умовах, а також проводити необхідні тренування з основ охорони праці. Важливо, щоб всі заходи, пов'язані з профорієнтацією, проходили в рамках запобігання нещасним випадкам, травмам чи професійним захворюванням [79].

Учасники профорієнтаційних заходів повинні бути ознайомлені з відповідними санітарними нормами та стандартами безпеки, що гарантує безпеку не лише фізичну, а й психологічну. Наприклад, під час роботи з учнями старших класів важливо враховувати їх емоційний стан та рівень стресу, що може виникнути через вибір професії чи навантаження під час практичних вправ. Тому обов'язково потрібно забезпечити супровід психолога, який допоможе зняти напругу та надати учням підтримку. Загалом охорона праці в профорієнтаційній роботі в школі передбачає ретельне планування та реалізацію всіх заходів із забезпечення безпеки учнів, створення комфортних умов для отримання професійних навичок та знань, а також підтримку психоемоційного здоров'я учнів на кожному етапі профорієнтаційної роботи [92].

Отже, існує необхідність забезпечення безпеки учнів на всіх етапах профорієнтаційного процесу. Оскільки профорієнтаційна робота включає екскурсії на підприємствах, майстер-класи, практичні заняття, а також знайомство з різними професіями, важливо дотримуватись усіх вимог охорони праці для забезпечення фізичної та психологічної безпеки учнів. Адміністрація закладу освіти, вчителі, соціальні педагоги та психологи повинні працювати у співпраці, щоб створити належні умови для проведення заходів. Забезпечення охорони праці в профорієнтаційній роботі не обмежується лише фізичними умовами, а й передбачає психологічну підтримку учнів у процесі вибору професії. Профорієнтаційна робота повинна бути організована таким чином, щоб учні мали змогу не лише дізнатися про різні професії, а й розвивати свої навички в безпечному середовищі. Охорона праці є складовою профорієнтаційної роботи, що дозволяє створити ефективне і безпечне навчальне середовище для підготовки учнів до майбутньої професійної діяльності.

Висновки до розділу 4

1. Безпека життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі є складовою ефективною організації профорієнтаційного процесу. Врахування аспектів безпеки на всіх етапах цієї роботи дозволяє не тільки уникнути потенційних загроз для фізичного і психологічного здоров'я учнів, але й створити сприятливі умови для їхнього розвитку та самовизначення. Забезпечення безпеки життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі включає як фізичну безпеку учнів через дотримання правил і стандартів охорони праці, так і психологічну підтримку для зниження емоційного навантаження і створення комфортної атмосфери для розвитку їхніх професійних навичок. Залучення кваліфікованих спеціалістів, застосування сучасних методів роботи та впровадження чіткої організаційної структури дозволяють забезпечити безпеку життєдіяльності учнів і сприяти їхньому професійному розвитку.

2. Існує необхідність забезпечення безпеки учнів на всіх етапах профорієнтаційного процесу. Оскільки профорієнтаційна робота включає екскурсії на підприємствах, майстер-класи, практичні заняття, а також знайомство з різними професіями, важливо дотримуватись усіх вимог охорони праці для забезпечення фізичної та психологічної безпеки учнів. Адміністрація закладу освіти, вчителі, соціальні педагоги та психологи повинні працювати у співпраці, щоб створити належні умови для проведення заходів. Забезпечення охорони праці в профорієнтаційній роботі не обмежується лише фізичними умовами, а й передбачає психологічну підтримку учнів у процесі вибору професії. Профорієнтаційна робота повинна бути організована таким чином, щоб учні мали змогу не лише дізнатися про різні професії, а й розвивати свої навички в безпечному середовищі. Охорона праці є складовою профорієнтаційної роботи, що дозволяє створити ефективне і безпечне навчальне середовище для підготовки учнів до майбутньої професійної діяльності.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Проведене у кваліфікаційній роботі теоретичне обґрунтування й емпіричне дослідження сучасного стану організації профорієнтаційної роботи в школі дало змогу розробити систему заходів з підвищення ефективності організації профорієнтаційної роботи у закладах освіти й зробити такі висновки.

1. Здійснено аналіз теоретичних підходів до вивчення проблеми профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти у зарубіжній та вітчизняній науково-психологічній літературі. Показано, що професійна орієнтація є багатогранним явищем, яке інтегрує економічні, соціальні, освітні та психологічні аспекти. Вона поєднує виховні й навчальні впливи, спрямовані на формування усвідомленого професійного вибору, опанування професії та успішну реалізацію професійної діяльності, яка відповідає потребам суспільства та дозволяє максимально реалізувати свій потенціал. Загальна мета профорієнтації полягає у створенні умов для усвідомленого вибору чи зміни професії, а також у забезпеченні розвитку соціально-психологічних навичок учнів для професійної самореалізації. Вона охоплює також завдання підвищення конкурентоспроможності працівників на ринку праці, а в разі потреби – здійснення переорієнтації особистості на інші професії з урахуванням попереднього досвіду і психологічних особливостей.

2. Виявлено нормативно-правові засади організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Встановлені закони, постанови та методичні рекомендації забезпечують правову основу для впровадження профорієнтаційних заходів у школах, сприяють розвитку особистості учня, формуванню його професійних навичок і компетентностей, що відповідають вимогам сучасного ринку праці. Профорієнтаційна робота, яка регламентується відповідними нормативно-правовими актами, надає учням можливість усвідомити свої здібності, інтереси та потенціал, а також зробити свідомий вибір професії, який відповідатиме їхнім індивідуальним характеристикам. Загалом, нормативно-правова база є основою для розвитку профорієнтації в Україні, сприяючи її інтеграції в систему загальної середньої освіти. Вона забезпечує

створення стабільної організаційної структури для реалізації профорієнтаційних заходів, а також визначає роль педагогів, батьків, а також соціальних партнерів у цьому процесі. В умовах сучасних змін на ринку праці та потреби в адаптації молоді до нових викликів, важливість чіткої і скоординованої профорієнтаційної роботи в школах набуває все більшого значення для розвитку країни в цілому.

3. Визначено психологічні аспекти організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Показано, що в основі профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти постає професійне самовизначення, яке у ранньому юнацькому віці характеризується як тривалий, динамічний, багатогранний процес самореалізації в професії, що визначається різними соціально-економічними, соціально-психологічними, суб'єктно-особистісними, індивідуально-особистісними, індивідуально-демографічними чинниками. Серед соціально-психологічних чинників, що впливають на професійне самовизначення в цей період, виділяють соціальний статус, позитивні успіхи, вік, рівень домагань, потреби, інтереси, особливості ціннісно-мотиваційної сфери, власну активність, самопізнання, знання про світ професій та ринок праці, наявність умов для перевірки можливостей самореалізації в різних видах професійної діяльності, розвиток професійно важливих якостей особистості.

4. Емпірично досліджено сучасний стан організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Результати анкетування учнів за анкетною «Мої життєві та професійні плани», разом з інформацією, здобутою за допомогою опитувальника професійної готовності Л. Кабардової і опитувальника професійних схильностей Л. Йовайши, дозволили визначити рівні професійного самовизначення учнів старших класів: високий (24%), середній (48%) та низький (28%). Батьки надають дітям деякі загальні відомості про професії, навчальні заклади та шляхи здобуття освіти, зазвичай розповідають про свою професію, трудові традиції сім'ї, власний життєвий досвід, чого недостатньо для ефективної профорієнтації. Більшість вчителів усвідомлюють важливість цієї проблеми, але бракує як необхідних знань, так і активного використання спеціалізованих методів та ресурсів для ефективної допомоги учням у виборі майбутньої

професії. Результати проведеної діагностики свідчать, що підготовка учнів старших класів до професійного самовизначення потребує значних покращень.

На основі результатів опитування батьків, вчителів і учнів виділено три можливі рівні здійснення профорієнтаційної роботи в школі – інформаційно-просвітницький, практично-освітній, індивідуально-зорієнтований. Ці рівні відображають різні аспекти діяльності, яку школа повинна здійснювати для підтримки учнів у їхньому професійному самовизначенні. Виявлено, що профорієнтаційна робота в школі розпочата на двох рівнях, проте цього недостатньо для досягнення ефективного результату. Необхідно вдосконалити існуючі підходи, впроваджуючи індивідуальний підхід до кожного учня через діагностичні обстеження, консультації з психологом, а також організовувати більше практичних заходів, орієнтованих на реальні потреби учнів. Тільки так можна забезпечити ефективну допомогу учням у виборі майбутньої професії і сприяти їхньому успішному соціально-професійному становленню.

5. Розроблено систему заходів з підвищення ефективності організації профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. З метою удосконалення системи професійної орієнтації у школі розроблено програму професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці, мета якої полягає в наданні підтримки та допомоги у подоланні проблем професійного й професійного самовизначення, а також у спонукання до усвідомлення власної відповідальності за своє професійне та життєве майбутнє. Розроблена програма має на меті вирішення декількох завдань: підвищення рівня усвідомленості учнями власної ціннісної сфери, збільшення суб'єктності, формування почуття відповідальності за своє життя, оптимізація процесу постановки життєвих цілей і пошуку шляхів їх досягнення, підвищення рівня мотивації, розвиток моральної свідомості та духовності шляхом оволодіння відповідними поняттями, а також підвищення здатності до рефлексії. Комплексна програма здійснення професійної орієнтації у школі включає рекомендації для адміністрації, класних керівників, вчителів, батьків, соціального педагога та психолога і містить завдання та заходи для кожної групи учасників профорієнтаційного процесу.

6. Обґрунтовано специфіку безпеки життєдіяльності та особливості охорони праці у процесі профорієнтаційної роботи в школі. Показано, що врахування аспектів безпеки на всіх етапах цієї роботи дозволяє не тільки уникнути потенційних загроз для фізичного і психологічного здоров'я учнів, але й створити сприятливі умови для їхнього самовизначення. Забезпечення безпеки життєдіяльності під час профорієнтаційної роботи в школі включає як фізичну безпеку учнів через дотримання правил і стандартів охорони праці, так і психологічну підтримку для зниження емоційного навантаження і створення комфортної атмосфери для розвитку їхніх професійних навичок. Адміністрація закладу освіти, вчителі, соціальні педагоги та психологи повинні працювати у співпраці, щоб створити безпечні умови для проведення профорієнтаційних заходів. Охорона праці дозволяє створити ефективне і безпечне навчальне середовище для підготовки учнів до майбутньої професійної діяльності.

Перспективами подальшого дослідження може бути теоретичне й емпіричне дослідження сучасного стану організації профорієнтаційної роботи в школі на прикладі учнів підліткового віку, в порівняльному аспекті.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Близнюк Н. Профорієнтаційна робота у школі. *Завуч («Шкільний світ»)*. 2012. №15. С. 34-46.
2. Болтівець С. І. Професійна орієнтація чи окцидентація? (Психологічна дихотомія орієнту й окциденту). *Ринок праці та зайнятість населення*. 2008. № 3. С. 28-30.
3. Бондарчук К. П. Механізм формування системи професійної орієнтації населення в Україні : автореф. дис. ... канд. екон. Київ, 2046. 20 с.
4. Бурлаченко О. Формування мотивації вибору майбутньої професії засобами профорієнтації. *Соціальний педагог («Шкільний світ»)*. 2021. №12. С. 44-45.
5. Василик А.В., Вандоляк О.В. Передумови та проблеми професійного самовизначення і планування кар'єри молоддю в Україні. *Соціально-трудові відносини: теорія та практика*. 2018. №3. С. 344-354.
6. Васильєв В. В., Щербак В. М. Професійна орієнтація в системі професійної підготовки молоді. *Вісник. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. Сер.: Пед. науки*. Черкаси, 2015. Вип. 73. С. 15-20.
7. Вибір успішної професії на ринку праці : науково-методичний посібник / Н. А. Побірченко, А. М. Гончар, О. П. Сергеєнкова та ін. Київ : Наук. світ, 2009. 77 с.
8. Вітковська О. І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації : дис... канд. психол. наук. Київ, 2012. 223 с.
9. Волобуєва Т. Підготовка педагога до профорієнтаційної роботи як підсистема неперервної педагогічної освіти. *Освіта України*. 2011. №1/2. С. 7-8.
10. Герасімяк Т.В., Лунченко Н.В., Ткачук І.І. Професійна орієнтація в сучасній школі: кращі методичні розробки практичних психологів і соціальних педагогів малокомплектних загальноосвітніх навчальних

закладів, навчально-виховних об'єднань, навчально-виховних комплексів.
Київ : КТР, 2017. 118 с.

11. Гомонюк О., Мазур А. Особливості професійного самовизначення старшокласників у процесі профорієнтації. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2017. Вип. 4. С. 26-29.
12. Гончарова Н. О. Основи професійної орієнтації : навчальний посібник. Київ : Слово, 2021. 168 с.
13. Горішня К.І. Вторинне професійне самовизначення : індивідуальна траєкторія розвитку. *Габітус*. 2020. Вип. 18, т. 1. С. 81-85.
14. Державний стандарт профільної середньої освіти. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/851-2024-%D0%BF#Text>.
15. Дмитренко А.К. Мотиваційні та світоглядні аспекти вибору професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2012. № 4. С. 31-34.
16. Єгорова Є.В. Психологія профорієнтації у системі педагогічної освіти: монографія. Кіровоград: Імекс ЛТД, 2014. 247 с.
17. Закатнов Д. О. Професійне самовизначення старшокласників: метод. посіб. Київ : КНЕУ, 2013. 141 с.
18. Зарицька В.В. Формування здатності до самореалізації : програма для старшокласника. Запоріжжя : Час, 2004. 94 с.
19. Закон України «Про зайнятість населення» (2013). URL : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/5067-17>.
20. Закон України «Про освіту» (2017). URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.
21. Закон України «Про повну загальну середню освіту» (2020). URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>.
22. Зарицька В.В. Формування здатності до самореалізації : програма для старшокласника. Запоріжжя : Час, 2004. 94 с.
23. Зміст профорієнтаційної роботи зі старшокласниками : метод. реком. / Федоришин Б. О., Мельник О. В., Закатнов Д. О., Бех М. І. Київ : Ін-т проблем виховання АПН України, 2013. 80 с.

- 24.Зотова О. Професійна орієнтація учнів у навчально-виховній діяльності сільських закладів освіти. *Рідна школа*. 2021. №12. С. 54-59.
- 25.Калюжна І. П. Тренінг професійного самовизначення : навчально-методичний посібник. Київ : Альфа Реклама, 2019. 80 с.
- 26.Камінський Я. І. Професійна орієнтація як складова ринкової економіки. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2018. №5. С. 95-103.
- 27.Капченко Л.М., Савченко Н.В., Літвінчук Л.Й., Грамма О.В. Професії майбутнього для України. Київ : Логос, 2017. 47 с.
- 28.Кидисюк Н. П., Хомуленко Т. В. Ким стати? : дидактичні матеріали з профорієнтаційної роботи в 9-11 класах. Харків : Основа, 2011. 143 с.
- 29.Кириченко В.В. Психологічні основи професійної адаптації та вибору професії. Житомир, 2015. 109 с.
- 30.Кокур О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ : Логос, 2012. 200 с.
- 31.Конвенція Міжнародної організації праці про професійну орієнтацію та професійну підготовку в галузі розвитку людських ресурсів №142. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993_057#Text.
- 32.Конституція України (1996). URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>.
- 33.Концепція державної системи професійної орієнтації населення : затверджена Постановою КМУ від 17 вересня 2008 р. №842. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/842-2008-%D0%BF>.
- 34.Концепція профільного навчання у старшій школі: затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 21 жовтня 2013 року № 1456. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1456729-13>.
- 35.Коропецька О. М. Психологічні основи професійної орієнтації та самореалізації особистості. Київ: КНТ, 2016. 438 с.
- 36.Кравченко Т. Педагогічна підготовка батьків до професійного самовизначення старшокласників. *Рідна школа*. 2011. №7. С. 3-6.
- 37.Кузьміна Т. Усвідомлений вибір професії як запорука життєвого успіху. *Психолог*. 2009. № 2. С. 14-17.

- 38.Кучеренко Є. В. Розвиток професійного самовизначення майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2011. 254 с.
- 39.Лазарук А. Феноменологія самовизначення особи : базові теоретичні підходи у психології. *Психологія і суспільство*. 2024. № 1. С. 131-148.
- 40.Лапій В. Готуємо школярів до свідомого вибору професії. *Педагогічна думка*. 2022. №4. С. 35-37.
- 41.Липова Л. Вибір профілю навчання – важливий крок до професійного самовизначення. *Практика управління закладом освіти*. 2011. №4. С. 36-46.
- 42.Лунченко Н. Вивчення професійної спрямованості старшокласників. *Заступник директора школи*. 2012. №12. С. 43-54.
- 43.Ляховченко Н. В., Петрук В. А. Аналіз факторів, що впливають на вибір майбутньої професії старшокласниками. *Вісник Вінницького політехнічного інституту*. 2014. №4. С. 125-128.
- 44.Ляшенко Р.О. Взаємозв'язок професійного самовизначення та самоактуалізації особистості. *Професійна освіта: проблеми та перспективи*. 2017. Вип.12. С. 83-88.
- 45.М'якота І. Обери професію до душі. *Психолог*. 2010. № 44. С. 15-18.
- 46.Мерзлякова О.Л., Євдокимова Г.О. Методики професійного визначення. Київ : Шкільний світ, 2021. 120 с.
- 47.Методичні рекомендації щодо проведення профорієнтаційної роботи в закладах загальної середньої освіти : лист Інституту модернізації змісту освіти від 4 грудня 2020 року № 22.1/10-2496. URL : <https://imzo.gov.ua/2020/12/07/lyst-imzo-vid-04-12-2020-22-1-10-2496-pro-metodychni-rekomen-datsii-shchodo-provedennia-proforiientatsiynoi-roboty-v-zakladakh-zahal-noi-seredn-oi-osvity>.
- 48.Миколаєнко А. Професійна орієнтація та професійне самовизначення учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Рідна школа*. 2012. №11. С. 66-70.
- 49.Мілютіна К. Л. Траєкторії життєвого шляху особистості в динамічному середовищі : монографія. Ніжин : Аспект-Поліграф, 2012. 298 с.

- 50.Моргун В. Ф. Основи психологічної діагностики: навч. посіб. Київ : Слово, 2009. 464 с.
- 51.Мотрук Р.В. Етнокультурні чинники професійного самовизначення особистості : дис. ... канд. психол. наук. Івано-Франківськ, 2013. 232 с.
- 52.Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України: наказ Міністерства освіти і науки України № 509 від 22.05. 2018 р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18Text>.
- 53.Нікітіна І. В. Суб'єктне самовизначення молодшої людини в період повноліття : монографія. Київ, 2007. 227 с.
- 54.Пасічняк Р.Ф. Психологічне забезпечення процесу особистісного самовизначення старшокласників. *Збірник наукових праць : філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : Плай, 2010. Вип. 4. С. 60-67.
- 55.Підготовка учнів до професійного навчання і праці (психолого-педагогічні основи) : навч.-метод. посіб. / за ред. Г.О. Балла, П.С. Перепелиці, В.В. Рибалки. Київ : Наукова думка, 2020. 188 с.
- 56.Піддячий М. І. Підготовка старшокласників до професійної діяльності в умовах профільного навчання: монографія. Київ : Педагогічна думка, 2008. 288 с.
- 57.Пінська О.Л. Психологічні аспекти професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. Вип. 12. С. 39-50.
- 58.Побірченко Н. А., Філанчук С. В. Людина і світ професій : науково-методичний посібник. Київ : Наук. світ, 2009. 146 с.
- 59.Побірченко Н. А., Шайкова А. Л. Профорієнтація учнівської молоді : посібник. Київ : Наук. світ, 2009. 226 с.
- 60.Положення про класного керівника навчального закладу системи загальної середньої освіти (2006). URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0659-00#Text>.
- 61.Положення про організацію професійної орієнтації населення: затверджене наказом Міністерства праці та соціальної політики України

від 27 вересня 2010 року № 356. URL : <https://ips.ligazakon.net/document/REG726>.

62. Пономарьова Н. О. Підготовка майбутніх учителів інформатики до профорієнтаційної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах : монографія. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2018. 325 с.
63. Потапчук Л.В. Особистісне самовизначення старшокласників. *Психологія*. 2018. Вип. 1 (8). С. 126-130.
64. Професійна орієнтація : підручник / за ред. О. М. Ігнатович. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 240 с.
65. Професійна орієнтація в сучасній школі: кращі методичні розробки практичних психологів і соціальних педагогів малокомплектних загальноосвітніх навчальних закладів, навчально-виховних об'єднань, навчально-виховних комплексів : метод. реком. / за ред. І. І. Ткачук. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 115 с.
66. Професійна орієнтація у Новій українській школі. Київ : Редакція інформаційного бюлетеня «Офіційний вісник. Президента України», 2018. 72 с. URL : https://uied.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/konczepczya-pro-fori%D1%94ntaczii%88-dlya-gromadskogo-obgovorennya-16_12_20-.pdf.
67. Професійне самовизначення старшокласників в умовах освітнього округу: навчальний посібник / Л.А. Гуцан, О.Л. Морін, З.В. Охріменко та ін. Харків : Ранок, 2016. 220 с.
68. Психодіагностика в службі зайнятості : метод посіб. / за ред. Синявського В.В., Яцишин О.О. Київ : ІПППО АПН України, 2008. 132 с.
69. Психологічний словник / за ред. Н. А. Побірченко. Кив : Наук. світ, 2007. 521 с.
70. Психологічні основи профорієнтації і професійного самовизначення / за ред. І.М. Старікова. Київ : Професіонал, 2009. 208 с.
71. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості : монографія / Л.З. Сердюк, І.В. Данилюк, В.В. Турбан та ін. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с.

72. Психологія особистісно орієнтованої професійної підготовки учнівської молоді : науково-метод. посіб. / за ред. В.В. Рибалки. Київ, Тернопіль: Підручники і посібники, 2012. 388 с.
73. Психологія професійного самовизначення особистості : монографія / М.С. Корольчук, Ю.В. Дроздова, В.М. Корольчук та ін. Київ : КНТЕУ, 2018. 280 с.
74. Рибалка В. В. Психологія професійного самовизначення для здорових старшокласників : методичні рекомендації. Київ : ІПППО АПН України, 2014. 24 с.
75. Савчин М.В., Василенко П.П. Вікова психологія : підручник. Київ : Академвидав, 2005. 360 с.
76. Сердюк Н., Кейдун Ю. Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників. *Збірник тез наукових доповідей студентів. Філологічні науки*. 2019. Том 2. С. 185-186.
77. Середа О. Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників: дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2021. 201 с.
78. Середа О.Ю. Досвід спілкування старшокласників і вибір ними майбутньої професії. *Соціальна психологія*. 2020. №6 (26). С. 155-162.
79. Синявський В. В. Професійна орієнтація в системі державної служби зайнятості : методичний посібник. Київ : ІПК ДСЗУ, 2019. 178 с.
80. Синявський В. В. Психологічні основи профорієнтаційної професіографії: навчально-методичний посібник. Київ : ІПК ДСЗУ, 2010. 96 с.
81. Соціально-психологічні чинники мотивації професійного вдосконалення особистості : наук.-метод. посіб. / Боришевський М.Й., Семиченко В.А., Бондарчук О.І. та ін. Київ : Логос, 2005. 28 с.
82. Становських З. Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2005. 22 с.
83. Стратегія розвитку освіти і науки до 2030 року. URL : <https://ukrinform.ua/rubric-society/3770487-strategia-rozvitku-osviti-i-nauki-do-2030-roku-koli-i-cogo-ocikuvati.html>.
84. Теорія і практика професійної орієнтації: навч. посіб. / уклад. : Н. Г. Швець,

- Т. Д. Третьякова. Київ : Персонал, 2010. 272 с.
- 85.Теслюк В.М. Основи профорієнтаційної роботи. Київ: Логос, 2021. 304 с.
 - 86.Технології професійної орієнтації населення в умовах ринку праці : кол. монографія / Н. А. Побірченко, Н. І. Литвинова, В. В. Синявський та ін. Київ : Педагогічна думка, 2011. 256 с.
 - 87.Ткачук І.І. Психолого-педагогічний супровід особистісного і професійного самовизначення старшокласників, що опинилися у складних життєвих обставинах внаслідок військових конфліктів : методичні рекомендації. Київ, 2018. 78 с.
 - 88.Токарева Н.М., Шамне А.В. Вікова та педагогічна психологія. Київ: 2017. 548 с.
 - 89.Тренінг самопізнання : методичний посібник / Бреус Ю. В., Лебідь Н. К., Якименко А. С. та ін. Київ : Альфа Реклама, 2015. 82 с.
 - 90.Турчина Л. О. Педагогічні умови підготовки старшокласників до вибору професії в умовах профільного навчання. Луганськ: ЛугНУ, 2011. 20 с.
 - 91.Федоренко Л.П. Психологічні особливості професійного самовизначення випускників сільських шкіл : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2020. 188 с.
 - 92.Федоришин Б.О. Психолого-педагогічні основи професійної орієнтації : автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2006. 49 с.
 - 93.Хмелева-Токарева О. Сучасна шкільна профорієнтація. *Психолог («Шкільний світ»)*. 2012. №2. С. 12-13.
 - 94.Шевенко А. М. Професійне самовизначення старшокласників як чинник особистісного зростання : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2021. 224 с.
 - 95.Щербакова І.М. Психодіагностика професійного самовизначення особистості : навчально-методичний посібник. Суми: СумДУ, 2012. 324 с.
 - 96.Щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 навчальному році : лист Міністерства освіти і науки України від 10 серпня 2022 року №1/9105-22. URL : <https://mon.gov.ua/npa/shodo-organizaciyi-vihovnogo-procesu-v-zakladah-osviti-u-20222023-n-r>.
 - 97.Яланська С. Система профорієнтаційної роботи у навчальному закладі. *Психолог*. 2023. № 11/12. С. 80-83.

ДОДАТКИ

Додаток А

**Анкети для старшокласників, батьків і вчителів
для вивчення особливостей профорієнтації в школі**

Анкета для учнів «Мої життєві та професійні плани»

Прізвище, ім'я _____ Дата народження «__» _____
 Стать _____ Вік _____ Школа _____ Клас _____
 Дата опитування «__» _____ 20 _____ Час _____ год. _____ хв.
 Моя майбутня професія _____

***Інструкція:** Просимо уважно ознайомитися з питаннями та різноманітними варіантами відповідей на кожне з них, а потім зазначити ті варіанти, які співпадають з Вашою думкою. Бажано в кожному випадку вибирати лише один варіант відповіді. Можливою, але менш бажаною є відповідь, що складається з 2-3-х варіантів. Свій вибір зазначте, поставивши хрестик (X) у клітинці – навпроти потрібної Вам відповіді, а якщо обираєте більше, ніж 1 варіант (але не більше 3-х), то зазначте свій вибір у клітинках не хрестиком, а цифрами 1, 2, 3, починаючи з того варіанту, який є, на Вашу думку, найважливішим (тобто, проранжуйте обрані відповіді). Якщо жоден з вказаних варіантів Вам не підходить, запишіть власну відповідь, проте вдавайтеся до цього якнайменше.*

Дякуємо за щирі відповіді та співпрацю!

1. Чи обрали Ви вже професію, вид діяльності, – те, чим Ви будете займатися по закінченні школи?

- ☐ так, я добре собі це уявляю;
- ☐ маю певні плани, але ще сумніваюся у виборі;
- ☐ ні, хоча час від часу розмірковую про це;
- ☐ навіть не замислювався над цим;

Свій варіант: _____

2. Що буде для Вас визначальним при виборі подальшого навчання чи конкретного фаху?

- ☐ власні уподобання, реалізація своїх основних інтересів та захоплень;
- ☐ високий рівень заробітної плати;
- ☐ висока вірогідність працевлаштування;
- ☐ високий престиж професії;
- ☐ порада чи вказівка батьків або інших родичів;
- ☐ порада товаришів;
- ☐ ще не знаю;

що ще _____

3. З яких джерел Ви отримуєте найбільше інформації про різні професії?

- ☐ вдома, – від батьків чи родичів;
- ☐ від друзів, знайомих однолітків;
- ☐ в школі, – від учителів, психолога (соціального педагога) чи спеціально запрошених представників різних професій;

- ☐ на підставі власних життєвих спостережень;
- ☐ з книг, кінофільмів;
- ☐ із засобів масової інформації (газет, радіо, телебачення та ін.);
- ☐ з реклами, оголошень;
- ☐ з випадково почутих розмов;

інше _____

4. Що приваблює Вас у майбутній професії?

- ☐ реалізація своїх інтересів, нахилів та здібностей;
- ☐ самостійний і творчий характер праці;
- ☐ її престижність;
- ☐ можливість стати самостійною і незалежною особистістю;
- ☐ можливість отримати матеріальну незалежність, жити в достатку;
- ☐ можливість досягнути високу посаду, набути ваги в суспільстві;
- ☐ можливість самоствердження;

що ще _____

5. Наскільки серйозним і обдуманим вважаєте Ви своє рішення щодо подальшого навчання та вибору конкретного фаху?

- ☐ остаточною і безповоротним;
- ☐ дуже серйозним, обґрунтованим вагомими аргументами;
- ☐ достатньо серйозним на даний момент;
- ☐ не дуже серйозним, але мені воно здається цікавим;
- ☐ випадковим, але можливо, з цього буде певна користь;
- ☐ я не надаю жодного значення подібному питанню;

що ще _____

6. Як Ви оцінюєте рівень своєї поінформованості про майбутню професію?

- ☐ як високий, – є досвід практичної роботи в даній галузі;
- ☐ як досить високий (в тому числі – і за розповідями осіб, що працюють у цій галузі), але без власного практичного досвіду;
- ☐ як невисокий, отриманий лише з довідників для вступників (чи джерел масової інформації);
- ☐ як низький, що ґрунтується на випадкових відомостях;
- ☐ як майже відсутній;

інше _____

7. Чи намагаєтеся Ви активно розшукувати інформацію про обрану Вами професію?

- ☐ так, постійно читаю книги, розпитую людей, стежу за будь-якою інформацією на цю тему;
- ☐ активно – ні, але при нагоді можу про щось запитати, уточнити, взяти до уваги;

☐ ні;

- ☐ це зайве, оскільки я вже пробував працювати за обраною спеціальністю;

що ще _____

8. Чи розмовляєте Ви з батьками про те, що збираєтеся робити по закінченні школи?

- ☐ так, часто;

- ☐ час від часу, – при нагоді;
- ☐ майже ні;
- ☐ ніколи;

Свій варіант _____

9. Як ставляться родичі до Ваших планів по закінченні школи?

- ☐ цілком схвально, і обіцяють підтримку;
- ☐ в цілому – позитивно;
- ☐ нейтрально: не дуже вдоволені, але й не заперечують;
- ☐ байдуже, хоч і знають про них;
- ☐ не схвалюють, але і не протидіють;
- ☐ категорично проти, і пропонують свої варіанти;
- ☐ вдома взагалі не знають про мої плани;

інше _____

10. До якого роду занять Ви, на Вашу думку, більше схильні?

- ☐ до педагогічної, виховної роботи;
- ☐ до наукової діяльності;
- ☐ до організаторської, адміністративної, громадської діяльності, до керівної роботи;
- ☐ до роботи, пов'язаної з певним видом художньої творчості (література, драматургія, образотворче мистецтво та ін.);
- ☐ до спокійної роботи з конкретним колом завдань, виконуваної за встановленим планом, без «несподіванок»;
- ☐ до створення конкретних речей власними руками;
- ☐ до розпорядження і рекламування товарів;
- ☐ до організації власної справи;
- ☐ точно не можу сказати, у мене немає конкретних нахилів;

Свій варіант _____

11. Який стиль роботи Вам більше імпонує?

- ☐ працювати як підлеглий, виконуючи конкретні завдання;
- ☐ працювати як підлеглий, але з завданнями, що допускають вияв власної ініціативи;
- ☐ працювати спільно з групою;
- ☐ працювати самотійно, відокремлено, щоб ніхто не втручався;
- ☐ очолювати роботу, бути організатором, адміністратором;
- ☐ бути «генератором ідей» чи «аналітиком», але не адміністратором;
- ☐ не знаю, не замислювався над подібним питанням;

інше _____

12. Від чого насамперед, на Вашу думку, залежить успіх людини у житті?

- ☐ від її характеру та здібностей;
- ☐ від спеціальної освіти;
- ☐ від зв'язків з «корисними» людьми;
- ☐ від везіння, щасливої долі, «фарту»;
- ☐ від щасливого випадку; збігу обставин
- ☐ не знаю;

інше _____

13. Проаналізуйте зазначені нижче цінності і пронумеруйте їх числами від 1 до 14: від найважливішої – до найменш важливої, на Вашу думку (проранжуйте)

- ☐ мати надійних і цікавих друзів;
- ☐ виховати в собі сильний характер;
- ☐ отримати матеріальну незалежність;
- ☐ досягти хорошого фізичного розвитку: бути «в хорошій формі»;
- ☐ отримати цікаву професію;
- ☐ розвинути і реалізувати свої творчі можливості;
- ☐ отримати вищу освіту;
- ☐ стати інтелігентною людиною;
- ☐ жити в достатку, без побутових проблем;
- ☐ створити щасливу сім'ю;
- ☐ стати порядною, чесною людиною;
- ☐ досягти високого духовного розвитку;
- ☐ розширити свій світогляд, розвинути ерудицію;
- ☐ досягти високої посади, набути значимості в суспільстві.

14. Я думаю, що по закінченні школи ... _____

Анкета для батьків щодо професійного самовизначення учнів

Прізвище, ім'я, по батькові _____

Професія _____

Прізвище, ім'я дитини _____

1. Чи вибрала Ваша дитина навчальний заклад для продовження освіти (або майбутню професію)?

- а) так, вибрала;
- б) вибрала, але ще вагається;
- в) не вибрала;
- г) не знаю.

2. Який шлях набуття освіти (професії) Ви рекомендуєте синові (дочці)? Назвіть навчальний заклад.

- а) профтехучилище;
- б) технікум;
- в) йти працювати на виробництво;
- г) ВНЗ.

3. Чи співпадає Ваша рекомендація з думкою дитини?

- а) повністю співпадає;
- б) співпадає в основному;
- в) не співпадає;
- г) не знаю.

4. Як Ви готуєте сина (дочку) до майбутньої професії?

- а) розповідаєте про свою професію, трудові традиції сім'ї;
- б) знайомите зі своїм підприємством;
- в) рекомендуєте літературу з урахуванням інтересів дочки (сина);
- г) радите вибрати гурток, секцію, лекторій;

д) відвідуєте з нею музеї, виставки, підприємства з метою розвитку інтересів;

е) використовуєте інші форми (допишіть) _____

5. Яким чином Ви могли б долучитися до роботи школи щодо підготовки дітей до праці і вибору майбутньої професії?

а) організували би екскурсію на своє підприємство;

б) виступили би з бесідою, розповіддю про свою професію;

в) керували б гуртком;

г) організували би суспільно-корисну, виробничу працю учнів;

д) виїхали би з учнями в табір праці і відпочинку;

е) запросили б до учнів своїх товаришів по роботі, людей цікавих та важливих у суспільстві професій;

ж) організували б конкурс-огляд трудових умінь;

з) організували б індивідуальне шефство, наставництво (інше)

Ваша пропозиція _____

6. Чи достатньо у Вас знань, щоб надати дитині кваліфіковану допомогу щодо вибору майбутньої професії?

а) так, завжди достатньо;

б) не вистачає спеціальних знань з профорієнтації;

в) не вистачає загальних психолого-педагогічних знань;

г) не задумувався.

7. Як Ви підвищуєте рівень знань і вмінь із сімейного виховання, профорієнтації?

а) передплачую спеціальні газети, журнали, відвідую лекції з педагогіки;

б) консультуюсь з педагогами, практичним психологом (соціальним педагогом) та/або з фахівцями з профорієнтації служби зайнятості;

в) відвідую батьківські збори;

г) займаюся самоосвітою, використовую Інтернет-ресурси профорієнтаційного спрямування;

д) не займаюся педагогічною самоосвітою.

8. Що, на Ваш погляд, потрібно зробити педагогам для поліпшення підготовки вашої дитини до вибору майбутньої професії?

Ваша пропозиція _____

9. Що, на Вашу думку, слід враховувати, допомагаючи дитині робити її професійний вибір ?

а) її можливості (здібності, нахили, інтереси);

б) її бажання, мрії, прагнення;

в) ситуацію в суспільстві стосовно можливості працевлаштування;

г) свої можливості: допомагати, наставляти, сприяти професійному зростанню;

д) результати профдіагностичних обстежень та рекомендацій;

е) Ваш варіант _____

Анкета для вчителів щодо професійного самовизначення учнів

Прізвище, ім'я, по батькові _____

Посада (фах) _____

1. Який шлях набуття освіти (професії) Ви рекомендуєте своїм учням (вихованцям)? Назвіть навчальний заклад.

- а) профтехучилище;
- б) технікум;
- в) йти працювати на виробництво;
- г) ВНЗ.

2. Як Ви готуєте учнів (вихованців) до майбутньої професійної діяльності?

- а) розповідаєте про різноманітні професії (спеціальності), які користуються попитом на місцевому ринку праці;
- б) знайомите з особливостями професії учителя;
- в) рекомендуєте літературу з урахуванням інтересів учнів (вихованців);
- г) радите вибрати гурток, секцію, факультатив;
- д) відвідуєте з учнями музеї, підприємства з метою розвитку інтересів;
- е) користуєтесь послугами практичного психолога (соціального педагога) та / або спеціалістів з профорієнтації служби зайнятості;
- ж) використовуєте інші форми (допишіть) _____.

3. Чи достатньо у Вас знань, щоб надати учням (вихованцям) кваліфіковану допомогу щодо вибору майбутньої професії?

- а) так, завжди достатньо;
- б) не вистачає спеціальних знань з профорієнтації;
- в) не вистачає спеціальних психолого-педагогічних знань;
- г) не задумувався.

4. Як Ви підвищуєте власний рівень спеціальних знань і вмінь із профорієнтації?

- а) передплачую спеціальні газети, журнали, відвідую лекції, семінари, методоб'єднання;
- б) консультуюсь з практичним психологом (соціальним педагогом) та/або з фахівцями з профорієнтації служби зайнятості;
- в) займаюся самоосвітою, використовую Інтернет-ресурси профорієнтаційного спрямування;
- г) не займаюся самоосвітою з питань профорієнтації.

5. Що, на Ваш погляд, потрібно зробити батькам учнів для поліпшення підготовки дітей до вибору майбутньої професії?

Ваша пропозиція _____

6. Що, на Вашу думку, слід враховувати, допомагаючи учням (вихованцям) робити їх професійний вибір ?

- а) її можливості (здібності, нахили, інтереси);
- б) її бажання, мрії, прагнення;
- в) ситуацію в суспільстві (країні) стосовно можливості працевлаштування;
- г) можливості школи: матеріально-технічну базу, практичні заняття, досвід та наставництво педагогів;
- д) результати профдіагностичних обстежень та рекомендацій;
- е) Ваш варіант _____

Розробки занять програми професійного самовизначення старшокласників

Заняття 1

Тема. Вступ. Знайомство

Мета: допомогти учням настроїтись на роботу, розслабитись, зняти напругу, створити атмосферу відкритості, довіри, психологічного комфорту, створити в учасників тренінгу мотивацію до співпраці та змін.

Хід заняття

1. Вступне слово тренера.

У вступному слові описуються головні завдання занять у групі. При цьому підкреслюється актуальність та важливість для старшокласників проблем, пов'язаних із самовизначеннями. Розвиток вміння ставити перед собою реальні цілі та пошук оптимальних шляхів їх досягнення, повніше усвідомлення своїх потреб, прагнень, цінностей, пізнання свого внутрішнього світу, формування моральної свідомості, проектування себе в майбутнє, налагодження взаєморозуміння в колективі, глибше розуміння інших, усвідомлення свого місця в суспільстві та житті взагалі – завдання, вирішення яких повинно викликало серед учнів інтерес та бажання працювати.

2. Вправи на розслаблення.

Вправа «*Ланцюг*» відноситься до психогімнастичних методик і застосовується для зняття напруженості, покращення емоційного клімату в групі. Для виконання вправи учні беруться за руки, утворюючи ланцюг. Перший учень рухається під руками гравців, намагаючись заплутати весь ланцюг. Один з учнів, який не бере участі в цьому і стоїть спиною до гравців, повинен потім розплутати цей живий клубок, не розірвавши при цьому з'єднаних рук. Вправа вносить пожвавлення в групову атмосферу, сприяє проведенню наступних вправ.

Вправа «*Контраст*» повинна допомогти старшокласникам навчитись розслаблятись. Вміння відпочивати, розслаблятись є важливою передумовою успішного виконання ряду наступних вправ. Ця методика також покликає зняти почуття тривоги, емоційного напруження. Вона побудована на принципі контрасту м'язевого напруження та розслаблення.

Учасники тренінгу повинні прийняти зручне положення в кріслах, зосереджуючись на відчуттях на видиху, що сприяє розслабленню. Потім потрібно сконцентруватись на ногах, напруживши тільки м'язи ніг. Втомивши м'язи, треба звернути увагу та зосередитись на приємному відчутті спокою та релаксу в ногах. Таку ж процедуру слід по черзі проробити з м'язами живота, тулуба, плечового поясу, голови та шиї, рук, акцентуючи увагу на видиху та зберігаючи розслаблення у всіх групах м'язів.

У стані розслаблення учні чують фрази, які повинні сприяти більшому спокою, покращити настрій, підвищити впевненість:

- Ви відчуваєте приємний спокій;
- Ви спокійні;
- У вас добрий настрій;
- Ви спокійні та впевнені в собі тощо.

Учні деякий час перебувають у стані розслаблення. Наступна частина комплексу спрямована на повернення в стан бадьорості. На рахунок від 10 до 0 учні поступово повертаються до стану готовності до дій, зберігаючи відчуття свіжості, бадьорості, прагнення до руху. Вправа супроводжується спокійною, релаксаційною музикою.

Після вправи учні діляться своїми враженнями.

3. Вправа «Інтерв'ю»

Наступна вправа (*«Інтерв'ю»*) також проводиться для ближчого знайомства учасників, створення відповідної атмосфери і служить розминкою перед наступними заняттями. Її суть полягає в тому, що учасники групи по черзі беруть інтерв'ю в кожного члена групи. Тема запитань не повинна бути надто особистою, щоб не спрацював психологічний захист («Ким ти хочеш бути?», «Яке твоє улюблене заняття?» тощо).

Учні повинні проявляти активність при виконанні цієї вправи. Треба стежити, щоб усі учасники ставили запитання, оскільки часто учні з більшою охотою виступають в ролі респодента. Можливо, така роль більше приваблює старшокласників тому, що допомагає підвищити почуття власної значущості. Вправа в цілому сприяє налагодженню ділової атмосфери, підвищенню відкритості учнів та збільшенню інтересу до внутрішнього світу інших.

4. Діагностична вправа «В яку епоху ти хотів би жити?».

Наступна методика має діагностичну спрямованість. Старшокласникам пропонується дати відповідь на запитання «В яку епоху ти хотів би жити ?» та «Ким ти хотів би бути в цій епосі ?». Учні відповідають письмово, а потім усно пояснюють свій вибір. Особливу увагу потрібно звернути на зв'язок пояснень з цінностями старшокласників.

У кінці заняття учні висловлюють свої враження від перших вправ та ігор. Важливо, щоб перший день роботи був оцінений старшокласниками позитивно, оскільки це є передумовою успішності подальшої праці.

5. Домашнє завдання: навчитись розслаблятись.

Домашнє завдання: вироблення навички розслаблення за схемою «контраст» та опис своїх вражень у щоденниках.

Заняття 2

Тема. Цінності дружби. Розуміння цінностей інших.

Мета: допомогти учням відрефлексувати особистісні властивості інших людей, що привертають їхню увагу. Заняття також спрямоване на краще розуміння учнями цінностей інших людей та їх внутрішнього світу, світоглядних установок. Вправи повинні спонукати учнів до дискусії про цінності взагалі.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація понять «дружба», «щирість», «друг»...

Заняття розпочинається вправою на релаксацію *«Контраст»*. Доповненням до неї є візуалізація. У стані розслаблення учням пропонується зосередитись на понятті «дружба», його природі, змісті. Потім учні повинні уявити конкретну життєву ситуацію, в якій втілюється це поняття. Потрібно, щоб візуальний образ був якомога яскравішим та чіткішим. Потім, після виходу зі

стану релаксу, учні описують свої враження та міркування. Для учнів досвід візуалізації, як правило, новий і викликає жваву реакцію та зацікавлення.

2. Вправа «Шукаю друга» – дискусія про цінності дружби.

Вправа *«Шукаю друга»* починається інструкцією тренера, в якій підкреслюється важливість дружби та актуальність потреби в дружніх відносинах для старшокласників. Потім учням пропонується скласти та написати (намалювати) оголошення на тему «Шукаю друга» в довільній формі. Для роботи пропонуються аркуші паперу, фломастери, олівці. Оголошення не підписуються і розвішуються на дошці. Потім учні відмічають ті оголошення, які привертали їхню особливу увагу.

Серед оголошень більшість, як правило, складають ті, які містять вимоги до друга, наприклад, «...чесний, порядний, розуміючий», «... сміливий, захоплюється спортом (футболом), веселий, розумний...», «шукаю подругу, яка б мене розуміла, підтримувала, довіряла...» тощо. В оголошеннях зазвичай досить рідко вказується, що може запропонувати потенційному другу сам автор. Проте саме це в першу чергу привертає увагу читачів оголошень. На цей момент слід звернути увагу старшокласників. На основі отриманих даних потрібно зав'язати обговорення проблеми дружби, друзів, взаємовідносин між друзями. Очевидно, що висування на перший план вимог до потенційного друга характеризує споживацьке ставлення до нього, егоцентричну орієнтацію у стосунках з навколишніми. В ході дискусії слід прагнути, щоб учні переконувались в тому, що справжня дружба потребує віддачі з обох сторін, а сильна особистість характеризується, крім інших рис, готовністю прийти на допомогу слабшим, вміє не лише брати, але й давати. Обговорюються також цінності дружби, які «виплили» в процесі дискусії. Виконання вправи має наштовхнути учнів на роздуми відносно власних рис, властивостей, які сприяють налагодженню дружніх відносин, а також тих, що заважають дружбі. В результаті відбувається певна децентрація установок старшокласників щодо дружніх стосунків, активізуються процеси рефлексії.

3. Вправа «Відповіді за інших» – розуміння цінностей інших.

Своєрідним продовженням теми є вправа *«Відповіді за іншого»*. Вправа має на меті пробудити в учнів інтерес до цінностей, уподобань, захоплень одне одного, розвинути вміння розуміти іншого, толерантно ставитись до поглядів різного спрямування. Учасникам тренінгу пропонується відповісти на декілька питань, але так, як би це зробили два сусіди (не найближчі, а наступні за ними). Приблизний набір запитань:

1. Що ти найбільше любиш робити?
2. Який твій улюблений шкільний предмет?
3. Що ти найбільше цінуєш в людях?
4. Які книги (фільми) ти любиш?
5. Ким ти хочеш стати у майбутньому?

Спочатку учні можуть відчували труднощі та збентеження, проте загалом можливість подивитись на світ очима інших викликає ентузіазм та цікавість. Далі старшокласники порівнюють свої відповіді за інших зі справжніми варіантами відповідей та вираховують процент «попадання». Результати обговорюються. Учасники тренінгу висловлюють свої враження від досвіду

«вживання» у світ іншої людини. Може виявитись, що учні, які відносно точно відповідали за інших, користуються авторитетом у своїх класних колективах.

4. Домашнє завдання: візуалізація цінностей дружби.

Вдома учні вправляються в релаксації, візуалізуючи при цьому цінності, риси характеру, які навiali їм вправи даного заняття.

Заняття 3

Тема. Перехід до осмислення та усвідомлення своєї ціннісно-сміслової сфери.

Мета: спонукати учнів до осмислення та усвідомлення своєї ціннісно-сміслової сфери.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація цінностей.

Це заняття є першим з тих, що спрямовуються власне на осмислення та усвідомлення учнями своєї ціннісно-сміслової сфери. Воно розпочинається вправою-релаксацією. Доповненням до неї виступає візуалізація цінностей. Учням пропонується уявити собі щось цінне. Це може бути особистісна властивість, мета, матеріальна річ тощо. Старшокласники повинні якомога чіткіше уявити образ цієї цінності, осмислити її природу, сутність, усвідомити своє ставлення до неї. Потім учні діляться враженнями. При обговоренні цікаво звернути увагу на те, чи образи уяви пов'язані з майбутніми життєвими планами або особистісними властивостями, якими старшокласники хотіли б володіти.

2. Вправа «Пори року моєї душі» – усвідомлення змін у власній ціннісно-смісловій сфері.

Наступною проводиться вправа *«Пори року моєї душі»*, яка спрямовується на усвідомлення учнями своїх цілей. Перед вправою потрібно зосередити увагу учнів на тому, що життя не стоїть на місці, воно постійно змінюється подібно до того, як міняються пори року. Тому для особистісного розвитку учасникам тренінгу необхідно зрозуміти і усвідомити, що їхні сьогоденні цілі, цінності, установки, інтереси не вічні, вони є передумовами для виникнення чогось нового. Після цього учні на аркушах паперу повинні скласти список (проблизно з п'яти пунктів) того, що в їхньому житті втрачає свою значущість, відмирає, проте ще не зникло зовсім.

Потім старшокласники складають другий список, в якому перераховували те, що в їхньому житті з'являється нового, такого, яке поки що перебуває на стадії зародження і ще не стало повноцінною частиною життя. Протягом 15 хвилин учні якомога конкретніше повинні описати свої думки. Потім з другого списку учасники обирають пункт, який їх найбільше зацікавив і обдумують його важливість та вплив на своє подальше життя, аналізують можливі варіанти розвитку. Учні можуть згадувати нову життєву позицію, необхідність самостійно вирішувати свої проблеми, відповідальність, потребу в самостійності, нові інтереси та потреби.

Після виконання вправи учні діляться враженнями. Вони відзначають чи вправа допомогла їм краще усвідомити своє майбутнє, цілі, зрозуміти важливість та складність їхньої теперішньої ситуації.

3. Діагностична методика «Хто Я?»

Потім учасники тренінгу виконують вправу «Хто я?», яка носить діагностичний характер. Учні повинні записати десять відповідей на це запитання. При обговоренні цікаво з'ясувати чи згадували учні властивості, назви, характеристики, які відображають їхній перехідний стан до дорослого життя (наприклад, «випускник», «майбутній шофер», «доросла людина»). Такі визначення свідчать, що в учнів відбулась ідентифікація з певними соціальними, професійними ролями (а отже і з цінностями), що говорить про успішність процесу ціннісного самовизначення. В частини учнів ідентифікація може відбуватись з поняттям «учень», що є свідченням можливої неготовності до самовизначення.

4. Методика «Три Я».

Наступною проводиться методика «Три Я», яка спрямована на визначення домінуючого его-стану (за Е. Берном). Учням пропонується 21 висловлювання, які вони повинні оцінити в балах від 0 до 10.

1. Мені часом бракує витримки.
 2. Якщо мої бажання заважають мені, то я вмію їх приборкувати.
 3. Батьки, як зрілі люди, повинні влаштовувати сімейне життя своїх дітей.
 4. Я іноді перебільшую свою роль в якихось подіях.
 5. Мене провести нелегко.
 6. Мені б сподобалося бути вихователем.
 7. Буває, мені хочеться попустувати, як маленькому.
 8. Думаю, що я правильно розумію всі навколишні події.
 9. Кожний повинен виконувати свій обов'язок.
 10. Часто я роблю не так, як треба, а так, як хочеться.
 11. Приймаючи рішення, я намагаюсь продумати його наслідки.
 12. Молодше покоління повинне вчиться у старших, як йому треба жити.
 13. Я, як і багато хто з людей, буваю вразливим.
 14. Мені вдається бачити в людях більше, ніж вони говорять про себе.
 15. Діти повинні безумовно виконувати вказівки батьків.
 16. Я – людина, схильна до захоплення.
 17. Мій основний критерій оцінки людини – об'єктивність.
 18. Мої погляди непохитні.
 19. Буває, що я не поступаюся у суперечці лише тому, що не хочу поступатися.
 20. Правила виправдані лише доти, поки вони корисні.
 21. Люди повинні дотримуватися всіх правил незалежно від обставин.
- Висловлювання 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 – це позиція Дитини. Висловлювання 2, 5, 8, 11, 14, 20 – позиція Дорослого. Висловлювання 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 – позиція Батька.

Потім старшокласники знайомляться з сильними і слабкими сторонами кожного компонента Я та обговорюють їх. Особлива увага звертається на актуалізацію его-стану Дорослого, який є домінуючим в структурі Я зрілої особи.

5. Домашнє завдання: виконати методику «Хто Я?» з погляду інших людей.

Вдома учні повинні проробити методичку «Хто я?» з точки зору інших людей, що повинно стимулювати рефлексію, підштовхнути учасників до самопізнання. На наступному занятті проводиться обговорення цього домашнього завдання

Заняття 4

Тема. Робота з несвідомими цілями, смислами.

Мета: спонукати учнів до роботи з несвідомими цілями, смислами.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація цінностей.

На цьому занятті продовжується роботу з несвідомими цілями і смислами. Ця мета досягається шляхом уявлення екстремальних ситуацій, які допомагають учням розглянути власну ціннісно-цільову сферу під іншим, незвичним кутом зору. На першому етапі заняття проводиться вправа на релаксацію з візуалізацією. Вже знайомим способом старшокласники без особливих труднощів повинні досягти стану релаксу. Наступним кроком знову є візуалізація. На цей раз учні візуалізують образ покликання. Потім учасники тренінгу висловлюють свої враження від вправи. Учні можуть уявляти покликання як стежку, дорогу, зірку, маяк, компас, внутрішній голос

2. Вправи «Бідність, багатство і Господь Бог», «Вільний!» – визначення найважливіших цінностей.

Вправа «*Бідність, багатство і Господь Бог*» покликана шляхом уявного перенесення в кризову ситуацію з'ясувати несвідомі орієнтири, до яких прагне людина, розкрити несвідомі прагнення та бажання. Це повинно сприяти корекції спектра цілей особистості, перегляду старих цілей, які, можливо, вже втратили своє значення і тепер гальмують розвиток особистості. Для цього учні повинні послідовно уявити ряд надзвичайних, екстремальних ситуацій. Старшокласникам пропонується уявити, що вони раптом втратили все своє майно, гроші, стали дуже бідними. Протягом 10 хвилин учні розмірковують, що в своєму житті вони за будь-яку ціну хотіли б зберегти, як вони діяли б, що в такій ситуації було б позитивним, які відчуття вони переживали б тощо.

На другому етапі учні уявляють, що стали неймовірно багатими і протягом 10 хвилин описують свої плани, дії, переживання в цій ситуації. Потім учні уявляли себе в ролі Бога і записували, що вони робили б, що змінили б у світі.

В кінці тренер пропонує учням задуматися про те, що їм хочеться змінити у власному житті, чи змінилися їхні цілі після вправи, що стало більш важливим, а що втратило свою значущість.

Вправа «*Вільний!*» також спрямована на формування чіткішого уявлення про власні цілі та цінності, їх усвідомлення за допомогою моделювання екстремальної ситуації. Учні уявляють, що за допомогою чарівної таблетки вони звільняються від усіх стримуючих факторів, як зовнішніх, так і внутрішніх, і можуть цілий тиждень робити все, що хочеться. Учасники тренінгу записують, як вони провели б цей час, що робили б, про що думали, що відчували. Після цього учні повинні обдумати, що із записаного вони могли б робити, до чого прагнути і без чарівної таблетки.

3. Діагностика – типи за К. Юнгом.

Заняття завершується діагностичною методикою, за допомогою якої визначається психологічний тип особистості (за К.Юнгом). учні дають відповіді на запитання, вибираючи варіант **а** чи **б**.

1. Чому Ви надаєте перевагу?
 - а) небагатьом близьким друзям;
 - б) великій компанії.
2. Які книги Ви любите читати?
 - а) із захоплюючим сюжетом;
 - б) в яких розкриваються переживання людей.
3. Що Ви скоріше можете допустити в роботі?
 - а) запізнення;
 - б) помилки.
4. Якщо Ви робите поганий вчинок, то:
 - а) сильно переживаєте;
 - б) сильних переживань немає.
5. Як Ви сходитеся з людьми?
 - а) швидко, легко;
 - б) повільно, обережно.
6. Чи Ви вважаєте себе вразливим?
 - а) так;
 - б) ні.
7. Ви схильні сміятись від душі?
 - а) так;
 - б) ні.
8. Ви вважаєте себе:
 - а) мовчазним;
 - б) балакучим.
9. Ви відверті чи скриті?
 - а) відвертий;
 - б) скритий.
10. Чи любите Ви займатись аналізом своїх переживань?
 - а) так;
 - б) ні.

Про екстраверсію говорять наступні варіанти відповідей: 1б, 2а, 3б, 4б, 5а, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б. Кількість співпадінь підраховується та множиться на 10.

Бали 0-30 – інтроверсія, 40-60 – амбіверсія, 70-100 – екстраверсія.

Після проведення методики учні ознайомлюються з особливостями екстравертованого та інтровертованого типів, які пов'язуються з можливою спрямованістю особистості на певні види діяльності, професії, особливостями взаємин з оточенням.

4. Домашнє завдання: вправа «Що ви взяли б на безлюдний острів?»

Вдома учням пропонується обдумати, що б вони взяли з собою на безлюдний острів. На наступному занятті учні обговорюють свої вибори, обґрунтовують їх, що є своєрідною розминкою перед серйознішою вправою.

Заняття 5

Тема. Осмислення та усвідомлення цілей.

Мета: спонукати учнів до осмислення та усвідомлення цілей.

Хід заняття

1. Релаксація та ототожнення себе з цінностями.

Заняття розпочинається вправою-релаксацією, яка на цей раз поєднується з ототожненням себе з цінностями. Учням пропонується обдумати особистісну властивість, яка є для них цінністю, а потім, в стані розслаблення, ототожнити себе з нею. Для цього учасники навіюють собі, що вони є носіями цієї властивості, уявляють її природу, сутність, прагнучи якомога повніше ототожнитись з нею. Вдома учні повинні вправлятись в ототожненні.

2. Діагностика локусу контролю – «Хто винен, коли не щастить?»

У вступному слові до наступної методики *«Хто винен, коли не щастить?»* тренер знайомить учнів з поняттям «локус контролю», яке відображає впевненість особистості в здатності (чи нездатності) керувати власним життям. За допомогою методики визначається домінування в учасників інтернального або екстернального локусу контролю. Методика складається з 10 пар тверджень. З кожної пари учні повинні вибрати одне судження, з яким погоджуються.

1. а) багато проблем в житті людей пояснюється невезінням;
б) людські проблеми – результат їх власних помилок.
2. а) без везіння ніхто не може досягти чогось в житті;
б) якщо здібна людина досягає у житті незначних успіхів, то це є наслідком невикористаних можливостей.
3. а) мій досвід переконує, що коли щось повинно статись, то це неминуче відбудеться;
б) я переконався, що прийняти рішення про виконання певної дії завжди краще, ніж надіятись на випадок.
4. а) як би ви не старались, деяким людям ви все одно не сподобаєтесь;
б) люди, які не подобаються іншим, просто не вміють знаходити з ними спільну мову.
5. а) як би людина не старалась, її чесноти все одно не визнають;
б) до людей ставляться так, як вони цього заслуговують.
6. а) планування наступних дій не завжди доречне, оскільки багато що залежить від везіння;
б) я майже завжди впевнений, що мені вдасться здійснити заплановане.
7. а) світові події залежать від сил, якими ми не можемо керувати;
б) приймаючи активну участь у політиці та громадських справах, люди можуть контролювати світові події.
8. а) іноді я не можу зрозуміти, на підставі чого вчителі виставляють оцінки;
б) існує пряма залежність між моїми стараннями і моїми оцінками.
9. а) відчуваю, що я недостатньо контролюю свої життєві прагнення;
б) те, що зі мною трапляється – це результат моїх власних дій та вчинків.
10. а) більшість важливих наукових і виробничих досягнень – результат везіння;

б) моя сьогоднішня добросовісна праця забезпечує мені наступні досягнення.

Якщо більше відповідей **а**, це свідчить про екстернальний локус контролю. Переважання варіанту **б** говорить про інтернальність.

Інтернальний локус контролю відображає впевненість людини в тому, що саме вона керує ходом свого життя. Екстернальний локус свідчить про те, що особистість схильна вважати, що її життя визначається незалежними від неї силами (доля, випадок тощо). Зрозуміло, що перший варіант є більш сприятливим для здійснення самовизначення.

Після проведення методики та підбиття підсумків відбувається обговорення результатів. Підкреслюється значення віри у власні сили, впевненості в собі для досягнення життєвих цілей і самовизначення.

3. Вправа «Майбутнє – Теперішнє – Минуле».

Наступною проводиться вправа «*Майбутнє – Теперішнє – Минуле*», ідея якої запозичена з НЛП. Учні повинні подумки намалювати на підлозі три кола, які символізують їхнє минуле, теперішнє і майбутнє. Учасники починають вправу, стоячи в колі-теперішньому. Розслабившись, вони роблять крок і переходять в коло-майбутнє та намагаються уявити собі своє майбутнє, вжитися в нього. Потім учні уявляють ситуацію з майбутнього, яка викликала б у них тривогу, невпевненість, страх. Переживши цю ситуацію, старшокласники рухами немов би струшують її з себе і роблять крок в «теперішнє», де відпочивають певний час. Потім учні переходять в коло-минуле і там пригадують та уявляють ситуацію, в якій переживали почуття впевненості, рішучості, успішно виконали важке завдання, відчули гордість за себе.

Уявивши цю ситуацію у всіх деталях та переживши її, учні переходять в «теперішнє», не роблячи при цьому «струшуючих» рухів, зберігаючи таким чином свої переживання та відчуття впевненості. Після цього старшокласники переходять в «майбутнє», беручи з собою весь позитивний потенціал з минулого, і знову переживають стресову ситуацію в майбутньому. Тепер вони «озброєні» позитивними емоціями та переживаннями, перенесеними з минулого і це повинно їм допомогти вирішити уявну проблему в майбутньому.

Переживши ситуацію з майбутнього по-новому, учні повертаються в «теперішнє», закінчуючи вправу. Після цього старшокласники діляться своїми враженнями. Під час повторного переживання травмуючої ситуації в майбутньому учасники тренінгу повинні відчути більше впевненості в собі, їм легше перебороти страх і тривогу. Отже, вправа допомагає старшокласникам набутти впевненості, налаштовує на сприйняття майбутніх труднощів.

4. Домашнє завдання: тренуватися у виконанні вправи «Майбутнє – Теперішнє – Минуле».

Заняття 6

Тема. Узагальнення, утвердження цілей, цінностей.

Мета: систематизація, впорядкування учнями своїх цілей, розширення життєвих перспектив, рефлексія власної ціннісно-цільової сфери.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація цінностей, якостей.

Як завжди, спочатку проводиться вправа на розслаблення. Для візуалізації можуть пропонуватися такі поняття, як впевненість, самостійність, наполегливість. Такі вправи допомагають учням краще зрозуміти зміст цих особистісних властивостей, спонукають до рефлексії, самопізнання та самовдосконалення.

2. Методика для діагностики самооцінки.

Важливою передумовою самовизначення особистості є гармонійна Я-концепція, зокрема адекватна самооцінка. Вправа **«Моя самооцінка»** спрямована на діагностику самооцінки учнів та корекцію неадекватної самооцінки. Учні повинні вибрати із запропонованих 45 властивостей ті, які утворюють для них ідеал, а потім – антиідеал, записавши їх у дві різні колонки.

Перелік якостей такий: акуратність, безтурботність, вдумливість, чутливість, гордість, грубість, життєрадісність, турботливість, заздрість, сором'язливість, злопам'ятність, щирість, вишуканість, примхливість, довірливість, повільність, мрійливість, мстивість, наполегливість, ніжність, невимушеність, нервозність, нерішучість, нестриманість, привабливість, образливість, обережність, відзивчивість, педантичність, рухливість, підозрілість, принциповість, поетичність, зневажливість, гостинність, розв'язність, розважливість, рішучість, самозакоханість, стриманість, співчутливість, сором'язливість, терплячість, боягузтво, захопленість, впертість, поступливість, холодність, ентузіазм.

Потім з першого («позитивного») та другого («негативного») рядків учасники тренінгу вибирають ті властивості, які вони приписують собі. Число позитивних властивостей, якими учні, на їхню думку, володіють, ділиться на число слів у колонці «Мій ідеал». Результат, близький до одиниці, свідчить про переоцінку себе. Якщо результат наближається до нуля, це свідчить про недооцінку себе та підвищену самокритичність. Показник, близький до 0,5, означає адекватну самооцінку та самокритичність.

Така ж процедура проробляється з колонкою «Антиідеал», але результати тут трактуються навпаки. Результат, близький до нуля, свідчить про завищену самооцінку, а якщо він наближається до одиниці – про занижену самооцінку.

Після підведення підсумків проводиться невелика дискусія про вплив самооцінки на самовизначення учнів. Учасники тренінгу ознайомлюються з даними психологічної науки про різні аспекти самооцінки. Підкреслюється важливість формування адекватного Я-образу та ставлення до себе.

3. Вправа «Верстові стовпи мого майбутнього».

Вправа **«Верстові стовпи мого майбутнього»** призначається для впорядкування особистістю своїх життєвих цілей. Учні пропонуються заглянути в своє майбутнє на ними самими вибраний відрізок часу (на рік, п'ять років, десять років). Учасники тренінгу описують, чого вони хотіли б досягти за цей час, чого навчитись, ким стати. Далі кожна ціль уявляється верстовим стовпом на шляху життя. Вісім–десять таких важливих життєвих цінностей-цілей розташовуються в потрібній часовій послідовності та позначаються кількома ключовими словами. Потім учні складають список цілей на майбутнє

та обмірковують його розумність, доцільність. Допомогти їм в цьому повинні наступні запитання, що записуються на дошці:

1. Як мені досягти своєї цілі?
2. Що залежить від мене, а що від інших?
3. Які перешкоди можуть трапитись на шляху?
4. Від чого, можливо, доведеться відмовитись?
5. Що я виграю?
6. Хто, крім мене, може отримати користь від досягнення цієї цілі?

На роздуми відводиться близько десяти хвилин.

Учасники відзначають, чи вправа допомогла їм краще усвідомити та чіткіше уявити свої життєві цілі та перспективи. Потрібно зауважити, чи учні серед цілей згадують майбутню професію («цікава робота», «престижна, оплачувана робота», «кар'єра»), чи називають конкретний вид діяльності.

4. Домашнє завдання.

Заняття 7

Тема. Тренінг вибору цілей та їх досягнення.

Мета: спонукати учнів до вибору цілей та засобів їх досягнення.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація цілей, цінностей, якостей.

Перша вправа включає релаксацію та візуалізацію таких понять, як «мета», «рішучість» тощо.

2. Діагностична методика «Впевненість у собі».

Наступною проводиться діагностична методика «*Впевненість в собі*», яка дозволяє визначити рівень впевненості в своїх силах та можливостях. Учням пропонується 14 запитань, на які потрібно відповідати «так», «ні».

1. Чи часто ви відчуваєте раптову втому, хоча, по суті, ви не перевтомлювались?
2. Чи трапляється з вами, що ви раптом відчуваєте невпевненість – чи закрили ви за собою двері?
3. Чи часто ви засмучуєтесь без певної причини?
4. Чи байдуже вам, коли, перебуваючи в театрі, ви сидите в середині ряду?
5. Чи важко вам налаштуватись на чийсь несподіваний візит?
6. Чи лякаєтесь ви часом, коли дзвонить телефон?
7. Чи часто вам сняться сні?
8. Чи швидко ви приймаєте рішення?
9. Чи неприємно вам, якщо ви помітили на своєму одязі пляму і доводиться в такому вигляді кудись іти?
10. Чи буває з вами, що перед поїздкою на відпочинок ви раптом хочете відмовитись від неї?
11. Чи прокидаєтесь ви вночі з відчуттям голоду?
12. Чи хочеться вам часом залишитись на самоті з самим собою?
13. Якщо ви прийшли у кафе один(одна), чи присідаєте ви за стіл, за яким уже сидять відвідувачі, хоча є вільний стіл?
14. Чи керуєтесь ви у своїх вчинках насамперед тим, чого чекають від вас інші?

Старшокласники отримують по одному балу за позитивні відповіді на питання 1 – 6, 11, 14 та за негативні відповіді на питання 7 – 10, 12, 13. Чим менше балів набирає учень, тим більша впевненість у собі. Низькі бали свідчать про невпевненість у своїх силах.

Після проведення інтерпретації результатів методики проводиться бесіда про вплив впевненості в собі на досягнення життєвих цілей, підкреслюється зв'язок між самооцінкою, рівнем домагань та впевненістю в собі.

3. Вправи «Стріла», «Шлях до цілі».

Вправа «*Стріла*» повинна навчити несвідоме учнів «прицілюватись» для досягнення якоїсь цілі. Перед вправою необхідно розслабитись. Потім учні уявляють, що в них у руках лук зі стрілою. Уявивши себе з луком у всіх деталях (напруга м'язів рук та тіла, відчуття зброї в руках тощо), учасники тренінгу візуалізують образ цілі, звертаючи увагу на націленість стріли точно в середину мішені, на силу та енергію, зосереджену в луці та стрілі. І ось стріла випущена. Учні уявляють, як стріла летить, не відхиляючись ні на градус від траєкторії, і влучає прямо в центр цілі. Пославши в ціль кілька стріл, учасники тренінгу звертають увагу на концентрацію енергії, сили та рішучості, які спрямовувалися на мішень, в її середину.

Старшокласники відзначають свої відчуття (наприклад: зібраність, сконцентрованість потенцій особистості при «прицілюванні» в мішень, відчуття задоволення від точних пострілів, рішучість та наполегливість).

Вправа «*Шлях до цілі*» допомагає учасникам тренінгу намітити важливу ціль та не відступати зі шляху, що веде до неї, незважаючи на всі перешкоди. У вступному слові тренер підкреслює важливість такої спрямованості на ціль, необхідності тривалий час докладати зусиль і не відступати перед труднощами. Учням пропонується уявити кілька важливих для них завдань, цілей, досягнення яких вони дійсно прагнуть. Потім потрібно зупинитись на одній цілі, яка найближча учаснику в даний момент.

Розслабившись, учні зосереджуються на цій цілі і уявляють образ, символ, який позначає для них цю мету. Цей образ уявляється на вершині гори, до якої веде пряма та довга стежка. Учні уявляють, як вони піднімаються по цій доріжці, відчуваючи присутність по боках стежки різних сил – сил, які намагаються зіштовхнути мандрівника з дороги, змусити повернути назад. По мірі підйому опір ворожих сил стає все сильнішим, він символізує різноманітні відволікаючі ситуації, людей, ворогів, зневіру.

Потрібно уявити себе згустком волі, який невпинно піднімається до вершини, розбиваючи аргументи ворожих сил. Досягнувши заповітної цілі, учні повинні насолодитись перемогою, ототожнивши себе з образом-символом цілі. Взявши все позитивне, потрібно зійти з вершини та повернутись у стан бадьорості. У своїх щоденниках учні записали враження, думки, переживання від уявного сходження на вершину та досягнення цілі. Таким чином, заняття сприяє розвитку вмінь досягати поставлених цілей, долаючи при цьому перешкоди (розвиток суб'єктності).

4. Домашнє завдання: проробити вправу «Стріла» або «Шлях до цілі» із використанням різних цілей.

Заняття 8

Тема. Обговорення цінностей, дискусія.

Мета: спонукати учнів до обговорення цінностей, розвиток умінь вести дискусію.

Хід заняття

1. Вправа «Субмодальний змах» (за НЛП).

Розпочинається заняття проведенням вправи «*Субмодальний змах*», яка належить до арсеналу методик НЛП. Для виконання вправи учні зручно сідають, закриваючи очі, та уявляють чорно-білий екран, на якій спроектовують зображення свого автопортрета, що втілює усі їхні негативні властивості, недоліки тощо.

Цей портрет є збірним символом того, чого особистість хоче позбутися. Відводиться певний час на те, щоб учні уявили собі зображення у всіх деталях. Потім у правому нижньому кутку екрана учасники проектують невелику, але кольорову картинку-портрет усіх позитивних властивостей, якими учні хотіли б володіти. Це важке завданням, тому якщо не вдається уявити картину, можна було просто думати, що вона створюється, «знати», що вона є.

Коли учні відчують, що уявний образ створений, вони починають розширювати кольорову картину, яка поступово закриває чорно-біле зображення. З кожним вдихом кольорове зображення стає більшим і коли воно майже повністю закриває чорно-біле, учні повинні зробити сильний глибокий вдих, з яким сіре зображення розривається і повністю замінюється кольоровим. Потім учасники уявляють, що «позитивний» портрет починає наближатись до них. Коли він наблизиться впритул, потрібно з глибоким вдихом поглинути його, а потім усвідомити його в собі. В кінці вправи учні роблять глибокий видих і відкривають очі.

При виконанні вправи можуть виникати певні труднощі, пов'язані з тим, що учні створюють потрібні образи з різною швидкістю. Проте попередні заняття з візуалізацією повинні полегшили створення учнями образів.

2. Вправа «Подарунки» (з рангуванням).

Наступною проводиться вправа «*Подарунки*». Для цього учні на аркушах паперу записують назви подарунка для кожного учасника. Потім кожному вручається його набір «подарунків». Таким чином учень отримує певну кількість аркушів з назвами подарунків. Дарувати можна було все, що завгодно, як матеріальні речі, так і риси характеру, особистісні властивості. Потім кожен учасник рангує отримані подарунки за значущістю для себе. Результати рангування учасників вивішуються на дошці. Кожен учень ознайомлюється з ними і оцінює, наскільки вдалим є зроблений ним подарунок. Потім відбувається обговорення результатів вправи.

Вправа дозволяє виявити ієрархію цінностей учасників, порівняти системи цінностей учнів. Крім цього, старшокласники отримують можливість подивитися на себе збоку. Учні визначають також учасника, подарунки якого були найбільш вдалими. Потім учасники пояснюють, чому вони розташували «подарунки» саме так, висловлюють свої коментарі до них, відповідають на запитання інших учнів. З'ясовується, чи більшість «подарунків» становлять особистісні властивості, чи матеріальні предмети. Для учнів вправа є також

ілюстрацією того, що право на існування мають різні системи цінностей, часом дуже відмінні від їхніх власних і зовсім не обов'язково переконувати співбесідника у своїй правоті для досягнення взаєморозуміння.

3. Домашнє завдання: відпрацювати техніку субмодального змаху.

Вдома учні відпрацьовують техніку субмодального змаху.

Заняття 9

Тема. Узагальнення знань про власну ціннісно-сміслову сферу.

Мета: спонукати учнів до узагальнення знань про власну ціннісно-сміслову сферу.

Хід заняття

1. Релаксація та візуалізація загальних моральних понять («добро», «справедливість», «духовність»...).

Традиційна вправа-релаксація на цей раз поєднується з візуалізацією загальних моральних категорій, таких як добро, справедливість, духовність. Потім обговорюються враження учнів

2. Вправа «Хто ти?».

Наступною проводиться вправа «*Хто ти?*», спрямована на організацію зворотного зв'язку і підготовку для наступної вправи. З метою її проведення кожному учаснику на спині кріпиться великий аркуш щільного паперу на якому кожен учень записує одну відповідь на запитання «Хто ти?». Потім учні знайомляться зі своїми характеристиками і коментують їх. За час роботи в групі учасники непогано пізнають одне одного можуть і влучно характеризувати товаришів. Проте, як і у вправі «Подарунки», можливі несподіванки.

3. Вправа «Герб і девіз».

Вправа «*Герб і девіз*» покликана допомогти учням узагальнити та систематизувати знання про власну ціннісно-сміслову сферу. У вступному слові до вправи тренер прагне зацікавити учнів майбутнім завданням, підкресливши, що герб і девіз відображають найістотніші переконання, цінності, цілі особистості, сенс її життя. Після цього учням роздаються олівці, фломастери та великі аркуші паперу, на яких вони повинні намалювати свій герб і написати девіз. Ще раз підкреслюється важливість того, щоб герб та девіз давали якнайповніше уявлення про життєву позицію, погляди, прагнення, ставлення особистості до оточуючих та до себе. На роботу виділяється 40 хв.

Після закінчення роботи учні представляють свою геральдику, коментують та пояснюють зображене, відповідають на запитання. Потім відбувається обговорення робіт і репрезентованих ними цінностей. При цьому варто відзначити існування відмінностей та подібності в системах цінностей різних учасників. Учні відзначають, чи вправа допомогла їм краще осмислити і усвідомити головні цілі та цінності свого життя. Ця вправа є останньою в тренінгу ціннісного самовизначення.

4. Домашнє завдання.

Заняття 10

Тема. Підсумки.

Мета: виявити ставлення учнів до особистісного і професійного самовизначення на основі власних цінностей, надати додаткову інформацію про ефективність проведеної роботи.

Хід заняття

1. Вправа «Чому я навчився?»

Спочатку учні повинні завершити наступні речення:

1. Я навчився ...
2. Я дізнався, що ...
3. Я був здивований тим, що ...
4. Мені сподобалось, що ...
5. Я був розчарований тим, що ...
6. Найважливішим для мене було ...

2. Аналіз щоденників учнів.

Потім відбувається обговорення занять, учні висловлюють свої побажання, зауваження. Деякі учасники можуть зачитати записи в своїх щоденниках, які також обговорюються.

3. Рефлексія заняття.