МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра психології

Допущено до захисту
« » травня 2026 р.
В.о. зав. кафедри
_____ Борис ЯКИМЧУК

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ»

Виконала: студентка 4 курсу, П42групи
освітньої програми «Психологія»
спеціальності 053 Психологія
Якобчук М.М.
Керівник: кандидат психологічних
наук, доцент
Шулдик А.В.

Умань− 2026

ЗМІСТ

ВСТУП……3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ……7

1.1. Професійне самовизначення як психологічний феномен ….....7

1.2. Чинники, що впливають на професійне самовизначення старшокласників ……...…14

1.3. Вікові особливості та психологічні механізми професійного самовизначення .……23

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ……..... 32

2.1. Методика та організація дослідження……..……..……32

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження…….……39

2.3. Психолого-педагогічні рекомендації щодо формування готовності до професійного самовизначення ……45

ВИСНОВКИ……..……53

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ…….……56

ДОДАТКИ…….……62

ВСТУП

Актуальність теми. Професійне самовизначення є одним із ключових завдань старшого шкільного віку, адже саме у цей період школярі роблять важливий крок у напрямі майбутнього життя – визначають сферу професійної діяльності, яка значною мірою впливатиме на їхню самооцінку, соціальну реалізацію та життєве благополуччя. Вибір професії – це не лише практичне рішення, пов’язане з подальшим навчанням чи працевлаштуванням, а й складний психологічний процес, що охоплює усвідомлення власних здібностей, інтересів, цінностей, а також відповідність особистісних якостей вимогам професійної діяльності.

У сучасних умовах, коли ринок праці швидко змінюється, з’являються нові спеціальності, а вимоги до професійної компетентності постійно зростають, проблема професійного самовизначення старшокласників набуває особливої актуальності. Невизначеність та складність вибору, інформаційне перевантаження, тиск із боку батьків і суспільства нерідко призводять до підвищеної тривожності, невпевненості та професійних помилок. Тому дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення має важливе значення для створення ефективної системи психолого-педагогічної підтримки старшокласників.

Проблема професійного самовизначення особистості є предметом ґрунтовних досліджень у вітчизняній та зарубіжній психології. Аналіз наукових джерел свідчить, що різні аспекти даного феномену висвітлено у працях А. В. Авер’янової, І. Ю. Беганської, Л. П. Оліховської, О. Ю. Середи, Л. П. Федоренко, С. В. Харченка, І. І. Чечко, О. Н. Якимович та інших.

Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників, а також чинники, що впливають на цей процес, розглядаються у дослідженнях О. Л. Галушко, К. В. Гордійчук, Н. Б. Горської, О. Л. Пінської, В. П. Синишиної, Я. М. Раєвської, О. Ю. Середи.

Окремі аспекти формування професійної спрямованості та мотивації вибору професії висвітлено у працях Т. Єлової, І. П. Калюжної, Л. І. Шрагіної, Р. О. Полякової. Значна увага приділяється також питанням професійного розвитку особистості у контексті сучасних соціально-економічних умов (О. Н. Якимович, І. І. Чечко).

Водночас у зарубіжній психології проблема професійного самовизначення розглядається у межах теорій кар'єрного розвитку та особистісного зростання (Д. Сьюпер, К. Роджерс), що підкреслюють роль самосвідомості, ціннісних орієнтацій та життєвого досвіду у процесі вибору професійного шляху.

Незважаючи на значну кількість досліджень, проблема професійного самовизначення старшокласників залишається актуальною та потребує подальшого вивчення з урахуванням сучасних соціальних умов і викликів.

Мета дослідження – вивчити психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників, визначити чинники, що його зумовлюють, та розробити психолого-педагогічні рекомендації щодо формування готовності учнів до свідомого вибору професії.

Об'єкт дослідження – професійне самовизначення старшокласників.

Предмет дослідження – психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників.

Відповідно до теми та мети визначено такі **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати сутність професійного самовизначення як психологічного феномену.
2. Визначити чинники, що впливають на процес професійного самовизначення старшокласників.
3. Дослідити вікові особливості та психологічні механізми професійного самовизначення.
4. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення учнів старших класів.
5. Проаналізувати й інтерпретувати результати дослідження.

6. Розробити психолого-педагогічні рекомендації щодо формування готовності до професійного самовизначення.

Методи дослідження. Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження.

Теоретичні методи включали аналіз, синтез, узагальнення та систематизацію наукової літератури з проблеми професійного самовизначення з метою визначення сутності, структури та основних чинників даного феномену.

Емпіричні методи були спрямовані на безпосереднє вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників і включали:

Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса – застосовувалася з метою визначення домінуючого типу спрямованості особистості (на себе, на спілкування, на справу), що дозволяє оцінити мотиваційні орієнтації старшокласників та їх вплив на професійний вибір;

Опитувальник професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда – використовувався для виявлення професійних інтересів учнів відповідно до типології (реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенційний, підприємницький, художній типи), що дає змогу визначити найбільш відповідні сфери професійної діяльності;

Психогеометричний тест С. Дилінгер – застосовувався для визначення індивідуально-психологічних особливостей особистості, типу поведінки та стилю мислення, що опосередковано впливають на професійне самовизначення;

Тест «Мотиви вибору професії» – дозволив виявити провідні мотиви професійного вибору (внутрішні, соціальні, матеріальні, престижні тощо), а також рівень усвідомленості цього вибору.

Методи обробки результатів дослідження включали кількісний аналіз (обчислення відсоткових показників, порівняння результатів) та якісний

аналіз (інтерпретація отриманих даних, узагальнення та формулювання висновків).

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося на базі Уманського ліцею №1 Уманської міської ради Черкаської області та Уманського ліцею №3 Уманської міської ради Черкаської області. У ньому взяли участь учні 10–11 класів.

Теоретична значущість роботи полягає в уточненні психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників, розкритті чинників і механізмів цього процесу, що збагачує наукові уявлення про розвиток особистості у старшому шкільному віці.

Практична значущість полягає в можливості застосування результатів дослідження у практиці роботи шкільних психологів і педагогів. Запропоновані рекомендації сприятимуть формуванню у старшокласників готовності до усвідомленого професійного вибору, підвищенню їх упевненості у власних силах, зниженню ризику невдалого професійного самовизначення та допоможуть школярам адаптуватися до умов сучасного ринку праці.

Апробація дослідження. Якобчук М. М. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. *Спеціальна та інклюзивна освіта: теорія, методика, практика* : матеріали 12-ої Всеукр. наук.- практ. конф. (26 березня 2026 р.). Вип. 11 / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; [голов. ред. І. А. Малишевська ; редкол.: Ю. А. Бондаренко, Л. О. Котлова, О. В. Дудник [та ін.]. Умань : Візаві, 2026 р. 364 с.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (42 позиції) та додатків (7 сторінок). Загальний обсяг роботи становить 68 сторінок, основного тексту – 49 сторінок.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

1.1. Професійне самовизначення як психологічний феномен

Професійне самовизначення є складним і багатовимірним психологічним процесом, що відображає усвідомлений вибір особистістю майбутньої професійної діяльності з урахуванням власних здібностей, інтересів, ціннісних орієнтацій та соціальних вимог. У психологічній науці це поняття розглядається як важлива складова загального життєвого самовизначення, що формується впродовж онтогенезу, але найбільш інтенсивно проявляється у старшому шкільному віці [7, с. 16].

У наукових джерелах професійне самовизначення трактується як процес і результат вибору професії, що ґрунтується на співвіднесенні внутрішніх можливостей особистості з об’єктивними вимогами професійного середовища. Зокрема, низка дослідників підкреслює, що професійне самовизначення не зводиться лише до одноразового акту вибору, а є динамічним процесом становлення професійної ідентичності.

У працях вітчизняних і зарубіжних науковців професійне самовизначення розглядається як інтегративне утворення, що включає мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий та поведінковий компоненти. Аналіз наукових джерел свідчить, що важливою передумовою успішного професійного самовизначення є сформованість адекватної самооцінки, усвідомлення власних індивідуально-психологічних особливостей та реалістичне уявлення про світ професій.

Викликає науковий інтерес підхід, відповідно до якого професійне самовизначення розглядається як активна позиція особистості щодо власного майбутнього. Автори наголошують, що старшокласник у процесі професійного вибору виступає не пасивним об’єктом впливу, а суб’єктом,

який самостійно приймає рішення, несе за нього відповідальність і прогнозує наслідки.

Спільним у згадуваних дослідженнях є ідея про те, що професійне самовизначення тісно пов’язане з рівнем особистісної зрілості, сформованістю життєвих цілей та ціннісних орієнтацій. Водночас автори розходяться у думках, коли питання торкається провідних чинників цього процесу: одні надають пріоритет внутрішнім психологічним детермінантам (інтереси, здібності, мотивація), інші акцентують увагу на впливі соціального оточення, сім’ї та освітнього середовища.

У психологічній науці проблема самовизначення досліджується упродовж тривалого часу з позицій різних методологічних підходів. Так, Т. П. Коростіянець зазначає, що самовизначення особистості є неможливим без усвідомлення нею навколишнього світу та власного місця в ньому, без чіткого окреслення життєвих цілей, завдань і перспектив подальшого розвитку. Учений підкреслює, що людина у процесі самовизначення осмислює свій теперішній стан і водночас формує уявлення про бажане та можливе майбутнє, визначаючи напрям і вектор власного особистісного становлення. Таким чином, самовизначення постає як процес життєвого конструювання та реалізації індивідуального потенціалу [14, с. 360].

Зрозуміло, що такий вибір має виразний ціннісний характер, оскільки здійснюється на основі усвідомлення значущості власних особистісних ресурсів, які є необхідними для самореалізації у просторі суспільних і професійних цінностей. У цьому контексті професійне самовизначення розглядається не лише як прагматичне рішення щодо майбутньої діяльності, а як глибокий внутрішній процес, пов’язаний із системою ціннісних орієнтацій особистості [14, с. 362].

О. І. Власова зазначає, що низка вчених (зокрема, О. І. Власова, В. А. Семиченко, С. Ю. Пащенко, Я. Г. Невідома) аналізують самовизначення у контексті розвитку суб’єктності особистості. Науковці наголошують, що цей процес передбачає формування цілісної ціннісно-смислової структури, яка

інтегрує уявлення людини про саму себе та навколишній світ і спрямована на пошук особистісного сенсу життя. Саме через самовизначення особистість знаходить відповіді на питання власного призначення та перспектив самореалізації [25, с. 117].

Подібної позиції дотримуються Г. В. Пирог та Коробко Д. О., які підкреслюють, що самовизначення є складним, багаторівневим і динамічним процесом розвитку особистості. На їхню думку, воно включає особистісний, соціальний і професійний компоненти, які перебувають у тісній взаємодії між собою. Ці складові можуть розгортатися як послідовно, так і паралельно, змінюючи один одного у ролі причини та наслідку [22, с. 94].

Зокрема, життєве самовизначення розглядається науковцями як фундаментальна основа для формування професійного вибору. Воно починається з ранніх етапів розвитку особистості та проявляється у прагненні людини реалізувати власне призначення, узгоджуючи індивідуальні можливості з вимогами соціального середовища [29, с. 158].

Отже, аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок, що професійне самовизначення як психологічний феномен є багатогранним процесом, який поєднує усвідомлення себе, формування життєвих і професійних цілей, а також прийняття ціннісно значущих рішень. Ми вважаємо, що саме в старшому шкільному віці створюються найважливіші передумови для усвідомленого професійного вибору, що зумовлює необхідність цілеспрямованого психологічного супроводу цього процесу.

Л. П. Оліховська звертає увагу на те, що вітчизняні дослідники наголошують на визначальній ролі професійного самовизначення у процесі становлення особистості. Зокрема, у наукових працях підкреслюється, що професійне самовизначення виступає важливим чинником професійного становлення, саморозвитку та самореалізації особистості [18]. Так, І. І. Чечко [36] розглядає професійне самовизначення як ключову умову професійного становлення молоді, О. Н. Якимович [41] характеризує його як чинник формування готовності особистості до усвідомленого професійного вибору,

О. Л. Музика [17] аналізує даний феномен з позицій розвитку професійної ідентичності та професійного потенціалу, а О. Ю. Середа [28] зазначає, що професійне самовизначення є важливим показником соціальної та психологічної зрілості особистості, її потреби в самореалізації та самоствердженні.

Як зазначає А. В. Авер'янова, зарубіжні дослідники проблеми професійного самовизначення здебільшого розглядають її в межах теорій професійного розвитку та профорієнтації особистості. Водночас у працях вітчизняних науковців професійне самовизначення трактується по-різному: як складова особистісного новоутворення старшого шкільного віку, як момент прийняття рішення щодо вибору професії або як тривалий процес освоєння професійної діяльності та самореалізації в ній. При цьому сучасні дослідники дедалі частіше розглядають професійне самовизначення як процес активного життєвого конструювання, у якому людина виступає суб'єктом власного розвитку. Важливе місце в цьому процесі посідає не лише усвідомлення та вибір професійного шляху, а й його цілеспрямована побудова відповідно до власних можливостей і життєвих цінностей [11, с. 358].

Узагальнюючи результати теоретичного аналізу, Л. П. Федоренко доходить висновку, що в сучасній психології відсутнє єдине трактування поняття «професійне самовизначення». Науковець виокремлює кілька основних підходів до його розуміння. По-перше, професійне самовизначення розглядається у контексті життєвого самовизначення особистості, де воно пов'язується з пошуком і реалізацією особистісного сенсу життя. По-друге, даний феномен аналізується з урахуванням вікових закономірностей психічного та особистісного розвитку в підлітковому та юнацькому віці, коли відбувається активне формування професійних намірів і планів. По-третє, професійне самовизначення вивчається як процес становлення людини суб'єктом професійної діяльності та розвитку її професійної самосвідомості [32, с. 87].

На думку І. Ю. Беганської, професійне самовизначення слід розглядати як цілісний інтегративний процес, у межах якого реалізуються базові життєві цінності особистості та конкретизуються різні аспекти її життєвого, соціального й особистісного самовизначення. Дослідниця наголошує, що саме професійне самовизначення відображає вибір молодою людиною подальшого шляху розвитку, способів і сфер реалізації власних індивідуальних якостей і здібностей, а також соціального середовища, у якому можливе досягнення життєвих цілей і втілення моральних цінностей [3, с. 305].

У цьому контексті О. Л. Галушко зазначає, що процес становлення професійного самовизначення має низку характерних особливостей. По-перше, професійне самовизначення виявляється у вибірковому ставленні особистості до світу професій загалом і до конкретно обраної професії зокрема. По-друге, його центральним елементом є усвідомлений вибір професійної діяльності з урахуванням вимог професії, індивідуально-психологічних особливостей і можливостей особистості, а також соціально-економічних умов. По-третє, професійне самовизначення не обмежується одноразовим актом вибору, а триває впродовж усього професійного життя, супроводжуючись постійною рефлексією, переосмисленням власного професійного досвіду та самоствердженням у професійній діяльності [5, с. 42].

Крім того, актуалізація професійного самовизначення особистості, зауважує автор, зумовлюється значущими життєвими подіями, такими як завершення навчання в закладі загальної середньої або професійної освіти, зміна соціального статусу чи місця проживання. Водночас професійне самовизначення розглядається як важливий показник соціально-психологічної зрілості особистості, що відображає її прагнення до самореалізації та самоактуалізації [5, с. 43].

Поглиблюючи зазначені положення, І. В. Ендеберя та І. І. Новік підкреслюють, що у психолого-педагогічному аспекті професійне становлення є індивідуальним особистісним процесом, провідним компонентом якого виступає особистісний вибір. Науковці звертають увагу на

наявність низки суперечностей, що супроводжують цей процес. Зокрема, на соціальному рівні вони проявляються як розбіжності між реальними вимогами професійної діяльності, життєвими планами особистості та потребами суспільства у кваліфікованих фахівцях. На психологічному рівні ці суперечності виявляються у напрузі між потребою людини в самореалізації та її прагненням бути соціально значущою і корисною для суспільства [9, с. 71].

На думку І. П. Калюжної, професійне самовизначення особистості слід розглядати одночасно як процес і як результат загального професійного розвитку людини як суб'єкта майбутньої професійної діяльності. Дослідниця наголошує, що реалізація процесу професійного самовизначення зумовлюється сукупністю психологічних і соціальних умов. До психологічних умов автор відносить цілісну характеристику особистості, індивідуально-типологічні особливості, риси характеру, темперамент, специфіку системи ціннісних орієнтацій, рівень розвитку здібностей і вмінь, мотивацію професійного вибору, а також уявлення про власні перспективи професійного зростання. Водночас соціальними умовами професійного самовизначення виступають потреби суспільства, рівень технологічного розвитку, соціально-економічні чинники та міжнародні зв'язки [13, с. 17].

Подібної позиції дотримуються О. О. Гомонюк та А. В. Мазур, які розглядають професійне самовизначення як важливий аспект загального самовизначення особистості та аналізують його як безперервний процес пошуку сенсу у професійній діяльності. Автори підкреслюють, що обрана професія не лише засвоюється, а й реалізується через послідовність значущих виборів, кожен з яких має життєву цінність і визначає подальшу траєкторію професійного розвитку. При цьому центральним механізмом професійного самовизначення виступає розвиток самосвідомості, формування ціннісно-моральних орієнтацій та прагнення до професійної компетентності [6, с. 142].

У контексті суб'єктного підходу до аналізу професійного самовизначення Т. М. Балева та О. В. Васильєва зазначають, що особистість, яка усвідомлено визначилася з професійним шляхом, перестає бути пасивним

об’єктом зовнішнього впливу з боку соціального середовища. Натомість вона виступає активним суб’єктом власного професійного розвитку, здатним до саморегуляції, самостійного прийняття рішень і відповідальності за власний професійний вибір. Така позиція сприяє зростанню відкритості до власних потреб і можливостей, а також формуванню внутрішньої готовності до самореалізації [2, с. 205].

Узагальнюючи результати зарубіжних досліджень, Т. М. Єлова зазначає, що в науковій літературі виокремлюються психодинамічні та соціокультурні детермінанти професійного самовизначення. Зокрема, психодинамічний підхід акцентує увагу на ролі внутрішніх потреб, мотиваційних конфліктів та особистісного досвіду, які можуть опосередковано впливати на вибір професійного шляху. Водночас соціокультурні підходи підкреслюють значущість сімейного виховання, соціальних настанов, життєвих сценаріїв і культурних очікувань, що формують уявлення особистості про прийнятні та бажані напрями професійної самореалізації [10, с. 77].

На думку Л. О. Залановська, основні завдання професійного самовизначення полягають у формуванні в особистості активної життєвої позиції та готовності до пізнання власних індивідуально-психологічних особливостей як передумови усвідомленого професійного вибору. Важливим аспектом цього процесу є ознайомлення молоді зі світом професій, правилами їх вибору, а також з актуальними потребами сучасного ринку праці [12, с. 15].

Автор підкреслює значущість розвитку самопізнання та формування цілісного «образу-Я» як суб’єкта майбутньої професійної діяльності. Це, у свою чергу, забезпечує здатність особистості співвідносити власні можливості, інтереси та професійні наміри з вимогами конкретної професії та соціально-економічними умовами. На цій основі формується вміння проєктувати та коригувати індивідуальний професійний план [12, с. 16].

Важливим завданням професійного самовизначення є також розвиток умінь аналізувати різні види професійної діяльності з урахуванням їх психологічної спорідненості та подібності вимог до особистості. Особливе

місце в цьому процесі відводиться організації професійних проб, які створюють умови для практичного з'ясування можливостей самореалізації в різних сферах діяльності. Крім того, професійне самовизначення передбачає розвиток професійно важливих якостей, формування мотивації та психологічної готовності до можливих змін професійного напряму й переорієнтації на нові види діяльності, а також становлення загальнолюдських і загальнопрофесійних якостей [11, с. 182].

Таким чином, аналіз наукових підходів засвідчує, що сучасна психологічна наука накопичила значний теоретичний і методологічний досвід у дослідженні проблеми професійного самовизначення. Різноманіття наукових позицій зумовлене не лише складністю й багатовимірністю цього феномену, а й специфікою соціально-економічних, культурних та регіональних умов, у яких відбувається професійний вибір особистості. Отже, професійне самовизначення слід розглядати як динамічний, соціально зумовлений і особистісно значущий процес, що потребує цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу, особливо в період старшого шкільного віку.

1.2. Чинники, що впливають на професійне самовизначення старшокласників

Професійне самовизначення старшокласників формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, які охоплюють як внутрішні психологічні особливості особистості, так і зовнішні соціальні умови її розвитку. У науковій літературі зазначається, що саме поєднання індивідуальних можливостей та соціального контексту визначає характер, спрямованість і результативність професійного вибору учнів старшого шкільного віку [8, с. 72].

До внутрішніх чинників професійного самовизначення науковці відносять інтереси, здібності, нахили, рівень розвитку самосвідомості,

самооцінку, систему ціннісних орієнтацій і мотивацію професійного вибору. Зокрема, дослідники наголошують, що наявність стійких професійних інтересів та адекватної самооцінки сприяє усвідомленому й реалістичному вибору професії. Водночас невизначеність життєвих цілей, низький рівень самопізнання та недостатня сформованість мотиваційної сфери можуть ускладнювати процес професійного самовизначення та викликати внутрішні суперечності [16, с. 48].

Важливу роль у цьому процесі відіграє рівень розвитку рефлексії та здатність старшокласників аналізувати власні можливості й співвідносити їх із вимогами майбутньої професійної діяльності. Аналіз наукових джерел наводить нас на висновок про те, що саме сформованість «образу-Я» як суб'єкта професійного вибору є психологічною основою відповідального та самостійного прийняття рішень.

Поряд із внутрішніми чинниками значний вплив на професійне самовизначення старшокласників здійснюють зовнішні соціальні чинники. До них належать сім'я, освітнє середовище, найближче соціальне оточення, засоби масової інформації, а також соціально-економічні умови розвитку суспільства. Особливу роль у формуванні професійних намірів відіграє сім'я, яка виступає першою соціальною інституцією, що транслює уявлення про престижність професій, цінність праці та моделі професійної самореалізації [23, с. 171].

Освітнє середовище закладу загальної середньої освіти також є важливим чинником професійного самовизначення. Профорієнтаційна робота школи, діяльність практичного психолога, класного керівника та вчителів-предметників сприяють розширенню уявлень учнів про світ професій, формуванню навичок самопізнання та розвитку професійно важливих якостей. Водночас недостатня увага до профорієнтації може призводити до поверхневого або ситуативного вибору професії [34, с. 317].

Суттєвий вплив на професійне самовизначення старшокласників здійснює і сучасний ринок праці. Динамічні зміни соціально-економічних

умов, поява нових професій, зростання конкуренції та вимог до професійної компетентності зумовлюють необхідність гнучкості, готовності до навчання впродовж життя та переорієнтації професійних планів. У цьому контексті професійне самовизначення набуває характеру безперервного процесу, що триває протягом усього професійного життя особистості [39, с. 98].

Спільним у працях сучасних дослідників є твердження про те, що чинники професійного самовизначення не діють ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії. Однак автори розходяться у думках щодо визначення провідного чинника: одні вчені надають пріоритет внутрішнім психологічним детермінантам, інші – соціальному середовищу та умовам професійної соціалізації.

Більшість науковців, зокрема А. В. Авер'янова, І. Ю. Беганська, Л. П. Оліховська, О. Ю. Середа, О. Л. Пінська, В. П. Синишина, Я. М. Раєвська, вважають, що основою професійного самовизначення старшокласників є сформовані уявлення про світ професій, цілісний «образ-Я», а також здатність співвідносити знання про власні індивідуально-психологічні особливості з вимогами майбутньої професійної діяльності. У зв'язку з цим профорієнтаційна робота з учнями має бути спрямована насамперед на розвиток самопізнання, формування адекватної самооцінки, навичок аналізу інформації про професії, а також усвідомлення власних можливостей і обмежень у контексті майбутнього професійного вибору [1; 3; 18; 27; 28; 29].

Особливої значущості проблема професійного самовизначення набуває в умовах упровадження профільного навчання в закладах загальної середньої освіти. Вибір профілю навчання фактично виступає першим серйозним кроком учня до визначення напряму майбутньої професійної діяльності та подальшого освітнього маршруту. Саме тому недостатня готовність старшокласників до такого вибору може призводити до помилкових рішень, зниження навчальної мотивації та професійної дезорієнтації [35, с. 94].

Сучасні наукові дослідження переконливо доводять необхідність активізації процесу професійного самовизначення школярів шляхом розвитку

у них здатності до самопізнання та реалістичної оцінки вимог сучасного ринку праці. Важливого значення набуває формування адекватної самооцінки, уміння узгоджувати власні потреби, інтереси та здібності з обраною професійною сферою. До провідних психологічних механізмів професійного самовизначення науковці відносять самопізнання, самооцінку та самовдосконалення, які забезпечують входження молодої людини у певне професійне середовище та створюють умови для її подальшої самореалізації [41, с. 55].

Особливо актуальною підготовка до вибору профілю навчання стає у 8–9 класах, оскільки наприкінці основної школи учні мають визначитися з подальшим шляхом здобуття освіти. Необхідність такого вибору в цьому віці зумовлена не лише зовнішніми освітніми вимогами, а й внутрішніми особистісними потребами, зокрема прагненням знайти гідне місце в суспільстві та набути соціально значущу й престижну професію [38, с. 142].

Водночас у підлітковому та ранньому юнацькому віці більшість учнів зазнають значних труднощів у визначенні життєвих цілей і професійних перспектив. Це пов’язано з недостатнім рівнем розвитку особистісних якостей, необхідних для усвідомленого вибору профілю навчання, таких як відповідальність за прийняті рішення, самостійність, сформованість інтересів і здібностей, об’єктивна самооцінка та вольова регуляція поведінки. Крім того, у старшокласників часто спостерігається обмеженість знань про власні можливості, світ професій, а також потреби регіонального ринку праці [30, с. 118].

Ситуація ускладнюється і тим, що значна частина підлітків не усвідомлює необхідності раннього професійного самовизначення та схильна перекладати відповідальність за вибір професійного шляху на батьків або інших значущих дорослих. У результаті в сучасних соціально-освітніх умовах виникає суперечність між об’єктивною необхідністю первинного професійного самовизначення (вибір профілю навчання, виду й рівня

подальшої освіти) та недостатньою психологічною готовністю учнів до такого вибору [34, с. 317].

На етапі навчання у 9 класі перед учнями постає необхідність усвідомленого вибору подальшого освітнього шляху, що передбачає адекватну оцінку можливостей здобуття повної загальної середньої, початкової або середньої професійної освіти. У цей період школяр повинен уміти критично оцінювати власні індивідуально-психологічні характеристики, зокрема схильності, здібності, наявність професійно важливих якостей та рівень самооцінки. Важливим є також урахування соціально-економічних чинників, таких як затребуваність професій на ринку праці, рівень оплати праці та перспективи працевлаштування [26, с. 42].

Крім того, старшокласник має сформулювати професійно зумовлені цілі здобуття освіти та, з урахуванням можливостей подальшого навчання, розробити індивідуальну освітню траєкторію, яка сприятиме реалізації поставлених життєвих і професійних завдань. Саме така послідовність дій забезпечує усвідомлений характер первинного професійного самовизначення та знижує ризик випадкового або ситуативного вибору [4, с. 46].

У наукових дослідженнях професійне самовизначення розглядається як тривалий процес, що охоплює весь період професійної діяльності особистості – від виникнення первинних професійних намірів до завершення трудового шляху. Цей процес супроводжує людину протягом усього життя, а його ключовим, переломним моментом є акт вибору професії, який за часом зазвичай збігається із закінченням школи та спирається на попередні етапи професійного самовизначення [20, с. 85].

У психологічній літературі представлено різні підходи до визначення чинників прийняття рішення щодо вибору професії. Частина дослідників розглядає вибір професії як вибір певного виду діяльності, а професійне самовизначення – як процес розвитку суб’єкта праці. У межах цього підходу провідною детермінантою успішного вибору вважається професійний інтерес або професійна спрямованість особистості. Інші автори трактують вибір

професії як форму соціального самовизначення, зумовлену передусім соціальними характеристиками професій, їх престижністю та суспільною значущістю [37, с. 152].

Найбільш продуктивним у сучасній психологічній науці є інтегративний підхід, відповідно до якого вибір професії розглядається як одна з найважливіших подій у цілісному житті людини. Професійний вибір пов'язаний із попереднім життєвим досвідом особистості та водночас спрямований у майбутнє, беручи участь у формуванні загального «образу-Я», життєвих планів і перспектив самореалізації. У цьому контексті професійне самовизначення постає як система суб'єктно-об'єктних відносин, що передбачає аналіз як характеристик об'єкта вибору (змісту та вимог професійної діяльності), так і особливостей суб'єкта, який здійснює цей вибір [42, с. 271].

У процесі професійного самовизначення важливе значення має сформоване уявлення учнів про зміст і специфіку різних професій. У психологічній та педагогічній літературі традиційно використовується узагальнена схема опису професії, яка охоплює кілька взаємопов'язаних аспектів. Зокрема, соціально-економічний аспект передбачає ознайомлення з історією виникнення професії, її роллю в системі народного господарства, особливостями професійної освіти, умовами підготовки кадрів, перспективами кар'єрного зростання, рівнем заробітної плати та престижністю професійної діяльності [40, с. 230].

Виробничо-технічний аспект включає характеристику технологічного процесу, об'єкта й знарядь праці, робочого місця, а також форм організації трудової діяльності. Не менш важливим є санітарно-гігієнічний аспект, який охоплює інформацію про умови праці, кліматичні фактори, рівень освітлення, режим і ритм роботи, а також можливі медичні протипоказання. Психофізіологічний аспект, у свою чергу, відображає вимоги професії до особливостей психічних процесів, індивідуально-психологічних властивостей і особистісних якостей людини [21, с. 44].

Значний внесок у систематизацію уявлень про світ професій зробив К. Роджерс, який запропонував оглядову класифікацію професій за ознаками предмета праці, цілей, засобів і умов діяльності. Відповідно до цієї класифікації виокремлюється кілька основних типів професій, що утворюють перший ярус: професії, пов'язані з живою природою; професії технічного спрямування; професії, орієнтовані на знакові системи; професії художньо-творчого характеру; професії, основою яких є взаємодія між людьми [33, с. 57].

На цій основі виділяються п'ять узагальнених схем професійної діяльності: «людина – природа», «людина – техніка», «людина – знакова система», «людина – художній образ» та «людина – людина». Так, до типу «людина – жива природа» належать професії, пов'язані з рослинними й тваринними організмами, мікроорганізмами та умовами їх існування (агроном, зоотехнік, ветеринар, мікробіолог та ін.). Тип «людина – людина» охоплює професії, у яких предметом діяльності є соціальні групи, окремі особи та міжособистісні взаємини (учитель, лікар, соціальний працівник, продавець тощо) [33, с. 62].

Професії типу «людина – техніка» пов'язані з роботою з неживими технічними об'єктами, механізмами та технологічними системами (технік-механік, інженер, електрослюсар, технік-технолог). Тип «людина – знакова система» об'єднує професії, у яких основним предметом діяльності є символи, знаки, цифри, формули, природні й штучні мови (програміст, математик, картограф, редактор, мовознавець). До типу «людина – художній образ» належать професії, пов'язані з художнім відображенням дійсності та творчою діяльністю (художник, актор, артист балету, реставратор, настроювач музичних інструментів) [41, с. 58].

Розглядаючи питання вибору професії, О. Ю. Середа також окреслює основні чинники, які визначають професійний вибір особистості. До них належать позиція старших і родини, вплив однолітків, позиція педагогічного колективу закладу освіти, власні професійні наміри та життєві плани, рівень розвитку здібностей та особливості їх прояву, прагнення до суспільного

визнання, рівень поінформованості про різні види професійної діяльності, а також індивідуальні схильності [28, с. 120].

У психологічних дослідженнях серед провідних чинників вибору професії традиційно виокремлюють індивідуально-психологічні особливості особистості. Зокрема, до них належать інтереси, які можуть проявлятися у формі пізнавального або професійного інтересу до певного виду діяльності, а також стійкі схильності, що спрямовують активність учня на відповідну сферу професійної самореалізації. Важливу роль відіграють і здібності, які розглядаються як психологічні механізми, необхідні для досягнення успіху у певному виді діяльності [27, с. 83].

Крім того, суттєвий вплив на професійний вибір мають темперамент і характер особистості, які зумовлюють індивідуальний стиль діяльності, особливості поведінки в різних ситуаціях, рівень витривалості, емоційної стабільності та комунікативності. Зазначені чинники переважно належать до суб’єктивних, оскільки пов’язані з внутрішніми психологічними ресурсами особистості та її індивідуальним досвідом [20, с. 97].

Поряд із суб’єктивними чинниками у науковій літературі виділяють і об’єктивні фактори професійного самовизначення. До них належать рівень загальноосвітньої підготовки та навчальної успішності, стан фізичного і психічного здоров’я, а також ступінь поінформованості учнів про світ професій, умови праці та вимоги до фахівців різних спеціальностей. Недостатній рівень інформованості або невідповідність між можливостями учня та обраною професією можуть ускладнювати процес професійного вибору й призводити до помилкових рішень [25, с. 29].

Окрему групу становлять соціальні чинники, серед яких важливе місце займають соціальне оточення, сімейні умови, освітній рівень батьків, їхні професійні очікування та установки щодо майбутнього дитини. Саме соціальне середовище часто формує у старшокласників уявлення про престижність і доцільність певних професій, впливає на рівень домагань і професійні плани [21, с. 95].

Особливе місце серед усіх чинників професійного самовизначення займають здібності. У наукових працях часто простежується тенденція ототожнення здібностей з обдарованістю, однак варто зазначити, що надзвичайно високий рівень розвитку здібностей є необхідним лише для обмеженої кількості професій. Для більшості видів професійної діяльності достатнім є середній або достатній рівень розвитку здібностей за умови наявності мотивації, наполегливості та готовності до професійного зростання [37, с. 155].

Вибір професії відображає певний рівень особистісних домагань старшокласника, які ґрунтуються на усвідомленій оцінці власних здібностей, можливостей і потенціалу. Процес професійного самовизначення потребує високої активності суб'єкта, оскільки передбачає самостійне прийняття рішень, прогнозування наслідків професійного вибору та відповідальність за нього. Важливу роль у цьому відіграє рівень сформованості свідомої психічної саморегуляції, а також розвиток контрольно-оцінної сфери особистості [40, с. 232].

Психологічні дослідження свідчать, що ефективне професійне самовизначення неможливе без здатності особистості адекватно оцінювати власні індивідуальні якості як чинники вибору професії. Йдеться насамперед про усвідомлення своїх інтересів, схильностей, здібностей, особливостей темпераменту та характеру, які можуть сприяти або, навпаки, обмежувати успішність у певній сфері діяльності [25, с. 107].

Не менш важливою є здатність старшокласників орієнтуватися у світі професій, аналізувати його не на основі випадкових або стереотипних уявлень, а спираючись на об'єктивну інформацію про зміст праці, вимоги до фахівця, умови професійної діяльності та перспективи розвитку. Формування адекватного уявлення про професійне середовище створює підґрунтя для усвідомленого та реалістичного вибору [23, с. 51].

Крім того, у процесі професійного самовизначення важливою є здатність виділяти для себе провідні, значущі чинники вибору професії, вибудовувати

індивідуальну ієрархію мотивів і цінностей, а також комплексно оцінювати ситуацію професійного вибору. Саме така інтеграція внутрішніх ресурсів особистості з об’єктивними умовами дозволяє старшокласникові приймати обґрунтовані рішення щодо майбутнього професійного шляху [12, с. 16].

Отже, професійне самовизначення старшокласників є складним психологічним процесом, який залежить від рівня розвитку самосвідомості, саморегуляції, здатності до самооцінки та аналізу професійного середовища. Урахування зазначених чинників є необхідною умовою ефективної профорієнтаційної роботи та формування готовності учнів до свідомого й відповідального вибору професії.

1.3. Вікові особливості та психологічні механізми професійного самовизначення

Професійне самовизначення старшокласників тісно пов’язане з віковими особливостями розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Саме в цей період відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, формування системи цінностей, життєвих планів і уявлень про власне майбутнє, що безпосередньо зумовлює характер і спрямованість професійного вибору. Старший шкільний вік є сенситивним етапом професійного самовизначення, оскільки поєднує біологічну, психологічну та соціальну зрілість із необхідністю прийняття важливих життєвих рішень [14, с. 362].

Професійне самовизначення – це не одноразовий акт вибору професії, а тривалий процес формування ставлення особистості до себе як до професіонала. Він триває протягом усього життя, але має свої критичні точки та особливості на кожному віковому етапі [11, с. 89].

Згідно з класичними теоріями (С. Дилінгер, Б. Басс), процес розвитку професійної свідомості можна поділити на кілька ключових етапів (подано в таблиці 1.1.):

Таблиця 1.1. Розвиток професійної свідомості

Віковий період	Стадія (за Д. Сьюпером та Б. Басс)	Основний зміст
0–14 років	Зростання	Професійні ролі програються у грі (стадія «фантазії»). Дитина орієнтується на інтереси, а згодом — на власні здібності.
15–24 роки	Дослідження	Активний самоаналіз. Спроба співвіднести свої «Хочу» та «Можу». Вибір навчального закладу та початок професійної підготовки.
25–44 роки	Укорінення	Входження у професію, адаптація на робочому місці, прагнення до стабільності та кар'єрного зростання.
45–64 роки	Підтримка	Збереження досягнутого статусу, передача досвіду молодшим колегам (наставництво).
65+ років	Спад	Поступовий відхід від активної професійної діяльності, переключення на хобі або сімейні справи.

Вікові особливості професійного самовизначення особистості ґрунтовно представлені у класичних теоріях професійного розвитку, зокрема у концепціях Сьюзен Дилінгер та Бернард Моріс Басс. Згідно з цими підходами, процес формування професійної свідомості є поетапним і триває протягом усього життя людини. Водночас у межах даного дослідження особливу увагу зосереджено на тих етапах, які безпосередньо стосуються підліткового та раннього юнацького віку, тобто періоду навчання у старших класах закладу загальної середньої освіти [15; 24].

Перший етап – стадія зростання (0–14 років) – характеризується формуванням первинних уявлень про світ професій. На цьому етапі професійні ролі переважно програються у формі гри та фантазій. Дитина орієнтується спочатку на зовнішню привабливість професій, приклади з найближчого оточення, а згодом – на власні інтереси та елементарні уявлення про здібності. Хоча професійний вибір у цей період ще не має усвідомленого характеру, саме тут закладаються передумови подальшого професійного самовизначення, формується інтерес до різних видів діяльності та виникає початкове уявлення про працю як соціально значущу цінність [15, с. 74].

Ключовим для теми даної бакалаврської роботи є етап дослідження (15–24 роки), оскільки саме він охоплює старший шкільний вік (15–17 років). На цій стадії професійне самовизначення набуває усвідомленого характеру. Старшокласники активно здійснюють самоаналіз, намагаються співвіднести власні бажання («Хочу») з реальними можливостями та здібностями («Можу»), оцінюють вимоги професій і перспективи подальшого навчання. Вибір профілю навчання, навчального закладу або напряму професійної підготовки виступає важливим результатом цього етапу та визначає подальшу освітню й професійну траєкторію особистості [24, с. 22].

Саме в старшому шкільному віці відбувається формування відносно стійких професійних намірів, зростає відповідальність за прийняті рішення, розвивається здатність до прогнозування майбутнього та усвідомлення соціальної значущості праці. Водночас цей етап супроводжується внутрішніми суперечностями, сумнівами, нестійкістю мотивації та залежністю від зовнішніх впливів, що зумовлює необхідність психолого-педагогічної підтримки процесу професійного самовизначення старшокласників [10, с. 81].

Наступні етапи – укорінення (25–44 роки)**,** підтримка (45–64 роки) та спад (65+ років) – пов’язані вже з реалізацією, стабілізацією або завершенням професійної діяльності. Вони виходять за межі вікових рамок даного дослідження та розглядаються лише в теоретичному контексті для розуміння цілісності професійного розвитку особистості [10, с. 82].

Отже, аналіз вікових стадій професійного розвитку дає підстави стверджувати, що саме старший шкільний вік є критично важливим періодом формування основ професійного самовизначення. У цей час закладаються професійні цінності, мотиви та життєві плани, які визначають подальший професійний шлях особистості. Тому дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників є науково обґрунтованим і соціально значущим.

Підлітковий та юнацький віку (11–18 років) – це найважливіший період, коли формується психологічна готовність до вибору.

- 11–14 років: Перехід від дитячих мрій до усвідомлення своїх схильностей.
- 15–17 років: Формування «Я-концепції» та «Особистої професійної перспективи» (І. В. Ендеберя, І. І. Новік). Підліток починає розуміти соціальну цінність праці [9, с. 71].

Підлітковий та ранній юнацький вік (11–18 років) є ключовим етапом у формуванні психологічної готовності особистості до професійного самовизначення. Саме в цей період відбувається поступовий перехід від наївних, ситуативних уявлень про майбутню професію до більш усвідомленого, реалістичного бачення власних можливостей і перспектив професійного розвитку. Вікові особливості цього етапу зумовлюють нерівномірність і поетапність процесу професійного вибору [4, с. 47].

У віці 11–14 років професійні уявлення мають переважно емоційно-образний характер і значною мірою ґрунтуються на зовнішній привабливості професій, прикладах з найближчого соціального оточення, засобах масової інформації та особистих враженнях. На цьому етапі підліток поступово переходить від дитячих мрій до первинного усвідомлення власних інтересів, схильностей і здібностей. Вибір професії ще не є усвідомленою метою, однак саме в цей період закладаються основи самопізнання, формується інтерес до різних видів діяльності та з’являється потреба у самоствердженні [11, с. 86].

Водночас у молодших підлітків спостерігається недостатній рівень розвитку рефлексії, обмежені знання про світ професій і слабка здатність до прогнозування віддалених наслідків власних рішень. Це зумовлює нестійкість професійних намірів, часту зміну інтересів і залежність від думки значущих дорослих або однолітків. Тому професійне самовизначення на цьому етапі має переважно пробний, пошуковий характер і потребує педагогічного супроводу.

У віці 15–17 років процес професійного самовизначення набуває якісно нового рівня. Саме в цей період інтенсивно формується «Я-концепція»

особистості, що включає уявлення про себе в теперішньому та майбутньому, зокрема в професійному вимірі. Старшокласник починає осмислювати власне місце в суспільстві, оцінювати соціальну значущість праці та усвідомлювати відповідальність за вибір майбутнього професійного шляху.

За концепцією К. Р. Роджерса, у цьому віці формується «особиста професійна перспектива», яка передбачає не лише вибір конкретної професії, а й усвідомлення життєвих цілей, шляхів їх досягнення, можливих труднощів і способів їх подолання. Професійний вибір починає сприйматися як частина загального життєвого самовизначення, а не як ізольоване рішення [33, с. 54].

Характерною особливістю цього вікового періоду є зростання здатності до абстрактного та прогностичного мислення, що дозволяє старшокласникам аналізувати вимоги професій, співвідносити їх із власними здібностями та планувати індивідуальну освітню траєкторію. Водночас емоційна нестабільність, підвищена тривожність і страх помилки можуть ускладнювати процес прийняття рішення та зумовлювати внутрішні суперечності [35, с. 96].

У підлітковому та ранньому юнацькому віці провідним новоутворенням розвитку виступає формування самосвідомості. Старшокласники активно осмислюють власні якості, здібності, інтереси та можливості, намагаючись співвіднести їх із вимогами соціального середовища. Саме в цей період відбувається становлення цілісного «образу-Я», який включає уявлення про себе в теперішньому та майбутньому, зокрема в професійному вимірі. Узгодженість між реальним і ідеальним «Я» визначає рівень упевненості старшокласника у власному професійному виборі, тоді як їх розбіжність може спричиняти внутрішні конфлікти, тривожність і невизначеність [29, с. 166].

Важливою віковою особливістю є розвиток рефлексії, що забезпечує здатність старшокласників аналізувати власний досвід, оцінювати свої досягнення й помилки, прогнозувати наслідки прийнятих рішень. Рефлексія виступає психологічним механізмом, який надає професійному самовизначенню усвідомленого характеру. Завдяки їй учні можуть критично

осмислювати як власні наміри, так і зовнішні впливи з боку батьків, однолітків, учителів або соціального середовища загалом [27, с. 85].

Суттєву роль у професійному самовизначенні старшокласників відіграє розвиток мислення. У цьому віці формується здатність до абстрактного, логічного та прогностичного мислення, що дозволяє аналізувати складні соціально-економічні явища, оцінювати перспективи професійної діяльності та планувати власну освітню і професійну траєкторію. Разом із тим недостатній життєвий досвід часто обмежує глибину таких прогнозів, що може призводити до ідеалізованих або поверхневих уявлень про професії [21, с. 46].

Психологічними механізмами професійного самовизначення в старшому шкільному віці є самопізнання, самооцінка, мотивація та саморегуляція. Самопізнання забезпечує усвідомлення індивідуально-психологічних особливостей особистості, зокрема інтересів, схильностей і здібностей, що є необхідною умовою адекватного професійного вибору. Самооцінка визначає рівень домагань старшокласника та ступінь реалістичності його професійних планів. Адекватна самооцінка сприяє узгодженню можливостей особистості з вимогами професії, тоді як завищена або занижена ускладнює процес самовизначення [17, с. 43].

Мотиваційна сфера старшокласників характеризується поєднанням внутрішніх і зовнішніх мотивів професійного вибору. До внутрішніх мотивів належать інтерес до певного виду діяльності, прагнення до самореалізації, самоствердження та особистісного зростання. Зовнішні мотиви пов’язані з престижністю професії, матеріальним забезпеченням, соціальним статусом і схваленням з боку значущого оточення. У цьому віці мотиваційна структура ще не є стабільною, що зумовлює можливі коливання професійних намірів і їх зміну під впливом соціальних факторів [35, с. 96].

Важливим психологічним механізмом професійного самовизначення є саморегуляція поведінки, яка забезпечує здатність старшокласників планувати власні дії, приймати відповідальні рішення та контролювати їх виконання.

Рівень сформованості саморегуляції визначає готовність учнів до самостійного професійного вибору, подолання труднощів і корекції професійних планів у разі необхідності [39, с. 102].

Разом із тим вікові особливості старшокласників зумовлюють низку труднощів у процесі професійного самовизначення, що мають як психологічний, так і соціальний характер. Однією з провідних проблем є емоційна нестійкість, притаманна підлітковому та ранньому юнацькому віку, яка проявляється у підвищеній тривожності, невпевненості у власних можливостях, страху помилки та коливаннях у прийнятті рішень. Такі емоційні стани часто ускладнюють здатність старшокласників здійснювати зважений і послідовний професійний вибір [36, с. 42].

Суттєвий вплив на професійні наміри учнів здійснює думка однолітків, яка в цьому віці набуває особливої значущості. Прагнення відповідати очікуванням референтної групи нерідко зумовлює вибір професії не на основі власних інтересів і здібностей, а з міркувань соціального схвалення або престижності. Поряд із цим простежується залежність від позиції батьків, які, керуючись власним життєвим досвідом або соціально-економічними міркуваннями, можуть нав’язувати дитині певні професійні орієнтації, не завжди узгоджені з її індивідуальними можливостями [25, с. 74].

Ще однією значущою проблемою є недостатня поінформованість старшокласників про реальні умови професійної діяльності та вимоги сучасного ринку праці. Обмежені або поверхневі уявлення про зміст праці, умови роботи, перспективи кар’єрного зростання й необхідні професійні компетентності часто призводять до ідеалізації окремих професій або, навпаки, до їх необґрунтованого знецінення. У результаті професійний вибір може ґрунтуватися на стереотипах, випадковій інформації або зовнішній привабливості професії [28, с. 92].

Крім того, для старшокласників характерним є недостатній життєвий і професійний досвід, що ускладнює здатність прогнозувати віддалені наслідки власного вибору та оцінювати його відповідність довгостроковим життєвим

цілям. У поєднанні з несформованістю навичок саморегуляції та відповідальності це зумовлює пошуковий, пробний характер професійного самовизначення у старшому шкільному віці [16, с. 49].

У зв’язку з цим професійне самовизначення старшокласників потребує системної психолого-педагогічної підтримки, яка має бути спрямована на розвиток самопізнання, формування адекватної самооцінки, розширення уявлень про світ професій і сучасний ринок праці, а також на навчання учнів навичкам прийняття відповідальних рішень. Такий супровід створює умови для подолання вікових труднощів і сприяє формуванню готовності старшокласників до усвідомленого та соціально відповідального професійного вибору [22, с. 65].

Тому, професійне самовизначення старшокласників є складним і багатовимірним процесом, який зумовлюється віковими особливостями психічного розвитку та реалізується через систему психологічних механізмів – самосвідомість, рефлексію, самооцінку, мотивацію та саморегуляцію. Ми вважаємо, що врахування зазначених вікових характеристик є необхідною умовою ефективної профорієнтаційної роботи та психологічного супроводу учнів старших класів.

У результаті теоретичного аналізу проблеми професійного самовизначення старшокласників було з’ясовано, що дане явище є складним, багатокомпонентним психологічним феноменом, який охоплює процес усвідомлення особистістю власних індивідуально-психологічних особливостей, формування уявлень про світ професій та прийняття рішення щодо майбутньої професійної діяльності. Професійне самовизначення розглядається як важливий етап життєвого становлення особистості, що пов’язаний із розвитком самосвідомості, ціннісних орієнтацій та життєвих планів.

Встановлено, що на процес професійного самовизначення старшокласників впливає сукупність зовнішніх і внутрішніх чинників. До внутрішніх чинників належать інтереси, здібності, мотивація, рівень

самооцінки, ціннісні орієнтації та особистісні якості. Зовнішні чинники представлені впливом сім'ї, освітнього середовища, соціального оточення, засобів масової інформації, а також соціально-економічних умов. Взаємодія цих чинників визначає характер і результативність професійного вибору старшокласників.

Особливу роль у професійному самовизначенні відіграють вікові особливості юнацького періоду, який характеризується активним формуванням «образу-Я», розвитком рефлексії, прагненням до самостійності та побудови життєвих перспектив. У цьому віці актуалізуються психологічні механізми самопізнання, самооцінювання, ідентифікації та прогнозування власного майбутнього, що є основою усвідомленого професійного вибору.

Таким чином, професійне самовизначення старшокласників є складним динамічним процесом, що формується під впливом комплексу психологічних та соціальних чинників і потребує цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу. Це обумовлює необхідність проведення емпіричного дослідження з метою виявлення особливостей професійного самовизначення сучасних старшокласників, що й визначає логіку подальшого наукового пошуку.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

2.1. Методика та організація дослідження

Емпіричне дослідження спрямоване на вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників у період ранньої юності, коли відбувається інтенсивне формування професійних намірів, усвідомлення власних інтересів і здібностей, а також вибір подальшої освітньо-професійної траєкторії. Саме на цьому етапі розвитку особистості професійний вибір набуває особливої значущості, оскільки пов’язаний із визначенням життєвих цілей, соціального статусу та перспектив самореалізації у майбутньому.

Необхідність проведення емпіричного дослідження зумовлена тим, що процес професійного самовизначення старшокласників відбувається під впливом багатьох чинників, серед яких провідну роль відіграють мотиваційна сфера, рівень самосвідомості, особливості особистості, а також соціальне оточення й уявлення про престижність окремих професій у сучасному суспільстві. В умовах соціально-економічних змін та трансформації ринку праці питання усвідомленого професійного вибору набуває особливої актуальності.

Мета емпіричного дослідження полягає у виявленні та аналізі психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників, зокрема мотивів вибору професії, рівня сформованості професійних намірів, особистісних характеристик та індивідуальних відмінностей, що впливають на процес професійного вибору.

Для досягнення поставленої мети було висунуто робочу гіпотезу дослідження, згідно з якою старшокласники у процесі професійного самовизначення надають перевагу професіям, що вважаються престижними у

сучасному суспільстві та асоціюються з високим соціальним статусом, матеріальною стабільністю й можливостями кар'єрного зростання. Передбачається, що орієнтація на престижність професії може домінувати над урахуванням власних інтересів і здібностей, що відображається у мотиваційній структурі професійного вибору.

Перевірка висунутої гіпотези здійснювалася шляхом аналізу результатів анкетування та психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення мотивів вибору професії та індивідуально-психологічних особливостей старшокласників.

Базою проведення емпіричного дослідження став інтернет-простір, зокрема дистанційне опитування із використанням сервісу Google Forms, що забезпечило зручність збору емпіричних даних, добровільність участі респондентів та дотримання принципу анонімності. Використання онлайн-формату дало змогу охопити старшокласників незалежно від їхнього місця перебування, створити комфортні умови для заповнення опитувальників та мінімізувати вплив зовнішніх чинників на відповіді учнів. Такий формат є доцільним для досліджень із підлітками, оскільки відповідає їхнім комунікативним та цифровим навичкам.

Вибірку дослідження становили 42 старшокласники віком від 15 до 17 років, які навчаються у 10–11 класах закладів загальної середньої освіти (Уманського ліцею №1 Уманської міської ради Черкаської області та Уманського ліцею №3 Уманської міської ради Черкаської області). Саме цей віковий період характеризується активним формуванням професійних намірів, розвитком самосвідомості та необхідністю прийняття рішень щодо подальшої освітньо-професійної траєкторії, що зумовлює доцільність його дослідження в контексті професійного самовизначення.

Диференціація вибірки за статтю була представлена таким чином**:**

- 22 особи жіночої статі**;**
- 20 осіб чоловічої статі**.**

Співвідношення респондентів за статтю є відносно збалансованим, що дозволяє отримати узагальнені результати без суттєвого перекосу у бік однієї статі та підвищує надійність інтерпретації отриманих даних.

Обрана вибірка є репрезентативною для вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення учнів старшого шкільного віку, оскільки охоплює саме ту вікову категорію, для якої характерні інтенсивні процеси професійного вибору, формування мотивації та професійних планів. Отримані в ході дослідження дані можуть бути використані для виявлення загальних тенденцій професійного самовизначення старшокласників та подальшого обґрунтування психолого-педагогічних рекомендацій.

У ході емпіричного дослідження з метою всебічного вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників було використано комплекс психодіагностичних методів і методик, що забезпечили цілісність і надійність отриманих результатів.

Провідним методом емпіричного дослідження було психодіагностичне обстеження, яке здійснювалося за допомогою комплексу взаємодоповнюючих методик.

Зокрема, для вивчення мотиваційної складової професійного самовизначення було використано тест «Мотиви вибору професії» (додаток 1), який дозволяє виявити провідні мотиви професійного вибору старшокласників. За допомогою даної методики досліджувалися внутрішні (інтерес до діяльності, самореалізація), соціально значущі (користь суспільству), а також зовнішні (престижність професії, матеріальні вигоди) мотиви. Застосування тесту дало змогу визначити, які саме чинники мають домінуючий вплив на формування професійних намірів учнів та рівень усвідомленості їхнього вибору [31].

З метою дослідження професійних інтересів і схильностей було застосовано опитувальник професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда (додаток 2), який базується на типологічній моделі особистості та професійного середовища. Методика дозволяє визначити домінуючий тип

професійної спрямованості (реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенційний, підприємницький, художній) та встановити відповідність між індивідуальними особливостями учнів і можливими напрямами професійної діяльності [19].

Для вивчення загальної спрямованості особистості було використано методику діагностики спрямованості особистості Б. Басса (додаток 3), яка дає змогу визначити домінуючу орієнтацію особистості: на себе, на спілкування або на справу. Отримані результати дозволили проаналізувати мотиваційні установки старшокласників та їхній вплив на процес професійного самовизначення [15].

З метою дослідження індивідуально-психологічних особливостей особистості, що мають значення для професійного вибору, було застосовано психогеометричний тест С. Дилінгер (додаток 4), який належить до проєктивних методів психодіагностики. Дана методика дозволяє визначити домінуючий тип особистості, стиль поведінки, особливості мислення та міжособистісної взаємодії. Результати тесту доповнили дані інших методик і сприяли більш глибокій інтерпретації отриманих результатів [24].

Таким чином, використання комплексу взаємодоповнюючих психодіагностичних методик забезпечило всебічне дослідження професійного самовизначення старшокласників, дозволило виявити особливості їх мотиваційної сфери, професійних інтересів та індивідуально-психологічних характеристик.

Для обробки та інтерпретації результатів дослідження було використано кількісний і якісний аналіз отриманих даних. Кількісний аналіз передбачав підрахунок частот і відсоткових показників, узагальнення результатів у таблицях і діаграмах. Якісний аналіз полягав в інтерпретації відповідей респондентів, виявленні типових тенденцій та психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників.

Застосування комплексу зазначених методів і методик забезпечило всебічне вивчення досліджуваної проблеми, дозволило перевірити висунуту

гіпотезу та отримати достовірні результати щодо психологічних особливостей професійного самовизначення учнів старшого шкільного віку.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників здійснювалося послідовно та системно, що забезпечило наукову обґрунтованість і достовірність отриманих результатів. У процесі дослідження було виділено два основні етапи, кожен з яких мав власні завдання та зміст.

Підготовчий етап передбачав розробку програми емпіричного дослідження відповідно до поставленої мети та робочої гіпотези. На цьому етапі було здійснено добір адекватних психодіагностичних методик, які дозволяли дослідити мотиваційну та особистісну складові професійного самовизначення старшокласників. Зокрема, було відібрано «Методику діагностики спрямованості особистості Б. Басса», «Опитувальник професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда», Психогеометричний тест (Сьюзен Дилінгер)», Тест «Мотиви вибору професії». Крім того, було розроблено структуру Google-анкети, сформульовано інструкції для респондентів та забезпечено умови добровільної й анонімної участі в дослідженні. Також на цьому етапі здійснювалося попереднє планування способів обробки та аналізу отриманих даних.

Основний етап включав безпосереднє проведення емпіричного дослідження, під час якого старшокласники заповнювали онлайн-опитувальники та виконували психодіагностичні завдання. Після завершення збору емпіричних даних було здійснено їх систематизацію, кількісну обробку та якісний аналіз результатів відповідно до завдань дослідження. Отримані дані узагальнювалися у вигляді таблиць і діаграм, що дало змогу виявити основні тенденції професійного самовизначення старшокласників. Завершальним етапом стало формулювання узагальнених висновків та їх співвіднесення з висунутою робочою гіпотезою.

Отже, послідовна організація етапів емпіричного дослідження забезпечила цілісність дослідницького процесу та створила умови для отримання об’єктивних і науково обґрунтованих результатів.

Емпіричне дослідження професійного самовизначення старшокласників здійснювалося поетапно із використанням комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення мотиваційної сфери, професійних інтересів, спрямованості особистості та індивідуально-психологічних особливостей.

На першому етапі дослідження було використано тест «Мотиви вибору професії», спрямований на виявлення провідних мотивів професійного вибору старшокласників. Методика містить систему тверджень, які відображають різні аспекти мотиваційної сфери, зокрема інтерес до професії, прагнення до самореалізації, орієнтацію на матеріальні вигоди, престижність та соціальну значущість праці. Респондентам пропонувалося оцінити значущість кожного твердження, що дозволило визначити структуру мотивації професійного вибору. Отримані результати були згруповані за основними категоріями мотивів: внутрішньо-індивідуальні, соціально значущі, зовнішні позитивні та зовнішні негативні. Це дало змогу встановити домінуючі мотиви та рівень усвідомленості професійного самовизначення [31].

На другому етапі дослідження застосовувався опитувальник професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда, який дозволяє визначити тип професійної спрямованості особистості відповідно до шести типів: реалістичного, інтелектуального, соціального, конвенційного, підприємницького та художнього. Респондентам пропонувалося обрати найбільш привабливі для них види діяльності, що дало змогу співвіднести їхні інтереси з відповідними професійними сферами. Результати методики дозволили встановити індивідуальні профілі професійної спрямованості та визначити найбільш оптимальні напрями майбутньої професійної діяльності для кожного досліджуваного [19].

На третьому етапі дослідження було використано методику діагностики спрямованості особистості Б. Басса, яка спрямована на визначення домінуючої орієнтації особистості: на себе, на спілкування або на справу. Методика передбачає оцінювання респондентами низки тверджень, що відображають їхні поведінкові та мотиваційні установки. Отримані результати дали змогу виявити провідні мотиваційні тенденції старшокласників та їхній вплив на процес професійного самовизначення, зокрема орієнтацію на особистісні досягнення, взаємодію з іншими чи результат діяльності [15].

На четвертому етапі дослідження було застосовано психогеометричний тест С. Дилінгер, який належить до проєктивних методів психодіагностики. Респондентам пропонувалося обрати одну з п’яти геометричних фігур (квадрат, трикутник, прямокутник, коло, зигзаг), яка найбільше відповідає їхньому внутрішньому стану або асоціюється з ними. Вибір фігури інтерпретувався як прояв домінуючих індивідуально-психологічних особливостей особистості, стилю мислення та поведінки [24].

Інтерпретація результатів тесту:

• квадрат – наполегливість, організованість, відповідальність;

• трикутник – лідерство, цілеспрямованість, орієнтація на досягнення;

• прямокутник – стан пошуку, нестійкість, відкритість до змін;

• коло – комунікабельність, емпатійність, орієнтація на взаємодію;

• зигзаг – творчість, креативність, нестандартність мислення.

Застосування даної методики дозволило доповнити кількісні результати інших тестів якісною характеристикою особистості старшокласників та визначити їх потенційну професійну спрямованість.

Усі методики проводилися в онлайн-форматі з використанням сервісу Google Forms, що забезпечило зручність для респондентів, а також сприяло підвищенню щирості відповідей. Перед початком дослідження учасникам було надано інструкції щодо виконання завдань та гарантовано анонімність і конфіденційність результатів.

Таким чином, поетапне використання комплексу психодіагностичних методик забезпечило всебічне дослідження професійного самовизначення старшокласників, дозволило виявити особливості їх мотиваційної сфери, професійних інтересів, спрямованості особистості та індивідуально-психологічних характеристик.

Отже, обрана методика та організація емпіричного дослідження забезпечили можливість комплексного вивчення психологічних особливостей професійного самовизначення учнів старших класів та створили підґрунтя для подальшого аналізу й інтерпретації результатів, представлених у наступному підпункті.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Аналіз результатів емпіричного дослідження спрямований на виявлення психологічних особливостей професійного самовизначення старшокласників, зокрема домінуючих мотивів вибору професії та індивідуально-особистісних характеристик, що впливають на формування професійних намірів у період ранньої юності. Отримані результати було проаналізовано з урахуванням мети та робочої гіпотези дослідження.

На першому етапі аналізу було узагальнено результати анкетування за «Методикою вивчення мотивів вибору професії», що дало змогу виявити особливості структури мотиваційної сфери професійного самовизначення старшокласників. Аналіз відповідей респондентів засвідчив, що у процесі професійного вибору представлені всі основні групи мотивів, а саме: внутрішньо-індивідуальні, соціально значущі, зовнішні позитивні та зовнішні негативні. Це свідчить про багатокомпонентний характер мотивації професійного самовизначення учнів старшого шкільного віку.

Виявлена різноманітність мотиваційних чинників підтверджує, що професійний вибір старшокласників формується під впливом внутрішніх потреб особистості, соціальних очікувань і зовнішніх умов, що зумовлює

необхідність комплексного підходу до аналізу професійного самовизначення у період ранньої юності. На основі обробки анкетних даних було визначено рівень вираженості основних груп мотивів професійного вибору старшокласників.

Таблиця 2.1. Розподіл мотивів вибору професії серед старшокласників

Групи мотивів	Кількість осіб	% від загальної кількості
Внутрішньо-індивідуальні	14	33,3 %
Соціально значущі	12	28,6 %
Зовнішні позитивні	11	26,2 %
Зовнішні негативні	5	11,9 %
Разом	42	100 %

Як свідчать дані таблиці 2.1, провідними у структурі мотивації професійного вибору старшокласників є внутрішньо-індивідуальні мотиви (33,3 %). Це вказує на наявність у частини учнів прагнення до самореалізації, зацікавленості у майбутній професійній діяльності та бажання враховувати власні здібності при виборі професії.

Встановлено, що значна частина старшокласників орієнтується на внутрішньо-індивідуальні мотиви, зокрема інтерес до майбутньої професії, прагнення до самореалізації та відповідність професійної діяльності власним здібностям. Це свідчить про наявність у частини учнів усвідомленого ставлення до професійного вибору та прагнення реалізувати власний потенціал.

Водночас значну частку становлять соціально значущі мотиви (28,6 %), що відображає орієнтацію старшокласників на престижність професії, соціальне визнання та бажання зайняти гідне місце в суспільстві. Цей результат підтверджує актуальність робочої гіпотези дослідження Орієнтація на престиж професії підтверджує актуальність робочої гіпотези дослідження та відображає вплив соціальних уявлень про успішність і статусність окремих професій у сучасному суспільстві.

Також у мотиваційній структурі старшокласників представлені зовнішні позитивні мотиви, зокрема прагнення до матеріальної стабільності, високого рівня заробітної плати та можливостей кар’єрного зростання. Наявність таких

мотивів є закономірною для сучасної молоді та відображає їхнє прагнення до економічної незалежності й упевненості у майбутньому. Зовнішні позитивні мотиви (26,2 %) пов'язані з прагненням до матеріальної стабільності, високого рівня доходу та кар'єрного зростання, що є типовим для сучасної молоді в умовах соціально-економічної нестабільності.

Менш вираженими, проте наявними, є зовнішні негативні мотиви (11,9 %), пов'язані з уникненням небажаної роботи, страхом помилки або тиском з боку соціального оточення. Домінування цих мотивів у окремих респондентів може свідчити про недостатню сформованість професійних інтересів та невпевненість у власному професійному виборі.

Рисунок 2.1. Структура мотивів вибору професії старшокласників



Як видно з рисунка 2.1, у структурі мотивів вибору професії старшокласників домінують внутрішньо-індивідуальні мотиви (33,3 %), що свідчить про орієнтацію значної частини учнів на власні інтереси та самореалізацію. Водночас суттєву роль відіграють соціально значущі (28,6 %) та зовнішні позитивні мотиви (26,2 %), що підтверджує вплив престижності професії та матеріальних чинників на професійний вибір. Найменш вираженими є зовнішні негативні мотиви (11,9 %).

Опис діаграми свідчить про відносно збалансовану структуру мотивів, однак із домінуванням мотивів, пов'язаних із престижністю професії та

самореалізацією. Отже, мотиваційна структура професійного самовизначення старшокласників характеризується поєднанням внутрішніх і зовнішніх чинників із домінуванням мотивів самореалізації.

Наступним етапом аналізу стало дослідження професійної спрямованості старшокласників за допомогою опитувальника Д. Голланда.

Рисунок 2.2. Розподіл типів професійної спрямованості старшокласників за методикою Д. Голланда (n = 42)



Як свідчать результати рисунку 2.2, найбільш представленим серед старшокласників є соціальний тип професійної спрямованості (23,8 %), що вказує на орієнтацію значної частини учнів на взаємодію з людьми, допомогу іншим та реалізацію себе у професіях типу «людина – людина».

Досить високі показники мають також підприємницький (19,0 %) та інтелектуальний типи (16,7 %), що свідчить про наявність у старшокласників прагнення до лідерства, управлінської діяльності, а також інтересу до аналітичної та пізнавальної діяльності.

Менш представленими є реалістичний (14,3 %), художній (14,3 %) та конвенційний типи (11,9 %), що відображає індивідуальну різноманітність професійних інтересів учнів.

Загалом результати свідчать про домінування соціально орієнтованих і комунікативних видів діяльності у структурі професійних інтересів старшокласників.

На наступному етапі було проаналізовано результати методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса.

Рисунок 2.3. Розподіл спрямованості особистості старшокласників за методикою Б. Басса (n = 42)



Дані рисунку 2.3 свідчать, що найбільш вираженою є спрямованість на спілкування (38,1 %), що вказує на високий рівень соціальної орієнтації старшокласників, їхню потребу у взаємодії, співпраці та підтримці міжособистісних контактів.

Водночас значна частка учнів має спрямованість на справу (35,7 %), що характеризує їх як відповідальних, цілеспрямованих та орієнтованих на досягнення результату.

Спрямованість на себе (26,2 %) представлена дещо меншою мірою, однак також є важливим показником, що відображає прагнення до самореалізації та особистісного розвитку.

Отримані результати свідчать про переважання соціально орієнтованих і діяльнісних мотиваційних установок, які відіграють важливу роль у процесі професійного самовизначення старшокласників.

Завершальним етапом аналізу стало узагальнення результатів психогеометричного тесту, що дозволило охарактеризувати індивідуально-психологічні особливості старшокласників у контексті їх професійного самовизначення.

Рисунок 2.4. Розподіл типів особистості старшокласників за психогеометричним тестом С. Дилінгер (n = 42)



Як свідчать результати рисунку 2.4, найбільш представленим є прямокутний тип особистості (23,8 %), що характеризує стан пошуку, невизначеності та внутрішніх змін, типовий для старшокласників у період професійного самовизначення.

Досить високі показники мають квадратний (21,4 %) та коловий типи (21,4 %), що свідчить про поєднання у вибірці організованих, відповідальних учнів і тих, хто орієнтований на спілкування та міжособистісну взаємодію.

Трикутний тип (19,0 %) вказує на наявність старшокласників із лідерськими якостями та прагненням до досягнення успіху, тоді як зигзагоподібний тип (14,4 %) відображає творчий потенціал частини учнів.

Отримані результати підтверджують різноманітність індивідуально-психологічних особливостей старшокласників і їхній вплив на процес професійного самовизначення.

Узагальнення результатів дослідження показало, що професійне самовизначення старшокласників має комплексний характер і формується під впливом поєднання мотиваційних, особистісних і професійно-орієнтаційних чинників.

Встановлено, що: домінують внутрішньо-індивідуальні та соціально значущі мотиви; спостерігається різноманітність професійних інтересів; значна частина учнів перебуває у стані професійного пошуку; особистісні характеристики безпосередньо впливають на вибір професії.

Результати емпіричного дослідження загалом підтверджують робочу гіпотезу, згідно з якою старшокласники у процесі професійного самовизначення надають перевагу професіям, що вважаються престижними у сучасному суспільстві. Водночас встановлено, що для значної частини учнів важливим є також узгодження професійного вибору з власними інтересами, здібностями та особистісними характеристиками.

2.3. Психолого-педагогічні рекомендації щодо формування готовності до професійного самовизначення

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що професійне самовизначення старшокласників має складний і багатофакторний характер та формується під впливом поєднання мотиваційних, особистісних і соціальних чинників. Виявлена нестійкість професійних намірів, орієнтація на престижність професій, а також перебування значної частини учнів у стані професійного пошуку зумовлюють необхідність цілеспрямованого психолого-

педагогічного супроводу процесу професійного самовизначення у старшому шкільному віці.

На основі теоретичного аналізу та результатів емпіричного дослідження доцільно сформулювати такі психолого-педагогічні рекомендації.

Рекомендації для педагогів закладів загальної середньої освіти

1. Створення стимулюючого освітнього середовища для самопізнання**:** впроваджувати елементи профорієнтації в межах вивчення загальноосвітніх предметів (наприклад, розв'язування прикладних задач з фізики чи хімії, що демонструють роботу інженера чи лаборанта); використовувати методики «Щоденник успіху» або «Портфоліо досягнень», де учень фіксує не лише оцінки, а й предмети, що даються найлегше, та види діяльності, які приносять задоволення; заохочувати участь у проєктній діяльності, де старшокласник може спробувати себе в різних ролях (лідер, виконавець, генератор ідей, аналітик).

2. Модернізація системної профорієнтаційної роботи: замінити традиційні лекції на тренінги з тайм-менеджменту, критичного мислення та стресостійкості, що є універсальними навичками (soft skills) для будь-якої професії; організовувати не просто екскурсії, а короткострокові стажування («job shadowing» – спостереження за робочим днем фахівця) у партнерстві з місцевими підприємствами; використовувати онлайн-платформи для профорієнтації, віртуальні екскурсії на виробництва та заклади вищої освіти (зво).

3. Просвіта щодо реалій ринку праці та професійного зростання: знайомити учнів із професіями «майбутнього» та тими, що трансформуються під впливом автоматизації та ШІ; пояснювати структуру ринку праці, різницю між найманою працею та фрілансом/підприємництвом, основи формування заробітної плати; запрошувати випускників школи, які вже досягли певного успіху, для неформальних зустрічей «без краваток».

4. Формування адекватної самооцінки та профорієнтаційна відповідність**:** проводити вправи на порівняння «Я-реального» (мої навички

зараз) та «Я-професійного» (вимоги професії), допомагаючи учню скласти план розвитку відсутніх якостей; акцентувати увагу на сильних сторонах учня, допомагаючи йому побачити, як його природні задатки можуть стати професійною перевагою; формувати ставлення до неправильного вибору як до досвіду, а не як до життєвого краху, навчаючи гнучкості у плануванні кар'єри.

5. Реалізація індивідуального підходу (врахування типів за Д. Голландом та С. Дилінгер): пропонувати «Художнім» типам творчі завдання, а «Реалістичним» чи «Квадратам» – завдання на систематизацію та технічне виконання; врахування психогеометрії: наприклад, при роботі з «Прямокутниками» (стадія пошуку) надавати більше емоційної підтримки та покрокових алгоритмів, тоді як «Зигзагам» давати простір для нестандартних рішень; робота з мотивацією: виявляти, що рухає учнем – внутрішній інтерес до справи чи зовнішній тиск (престиж, бажання батьків), і допомагати зміщувати акцент на власні цінності.

6. Налагодження тристоронньої взаємодії: проводити батьківські збори на тему «Як допомогти, а не заважати у виборі професії», роз'яснюючи шкідливість проектування власних нереалізованих амбіцій на дітей; своєчасно направляти учнів із високим рівнем тривожності або професійної дезорієнтації на індивідуальну консультацію до шкільного психолога.

Рекомендації для практичних психологів і соціальних педагогів

1. Поглиблена та комплексна психодіагностика: не обмежуватися однією методикою. Поєднувати діагностику професійної спрямованості (за Д. Голландом) із вивченням структури особистості (психогеометричний тест С. Дилінгер) та мотиваційної сфери (методика Б. Басса); проводити моніторинг професійних намірів на початку та в кінці навчального року, щоб відстежити стабільність вибору або появу нових інтересів; впроваджувати комп`ютерні версії тестів для швидкої обробки результатів та обов'язково надавати учням розгорнуту індивідуальну інтерпретацію в усній формі.

2. Психологічний супровід та подолання бар'єрів: використовувати техніки релаксації, арт-терапії та когнітивно-поведінкової терапії для

зниження страху перед помилкою («синдром незворотності вибору»); впроваджувати вправи на усвідомлення власних ресурсів («Мої досягнення», «Карта моїх здібностей»), що допомагають старшокласнику повірити у здатність опанувати обрану професію; створювати групи самодопомоги, де підлітки можуть поділитися своїми переживаннями щодо майбутнього, розуміючи, що вони не самі у своїх сумнівах.

3. Тренінгова робота та розвиток кар'єрних навичок: навчати алгоритмам раціонального вибору (наприклад, «Квадрат Декарта» або метод порівняння альтернатив), що мінімізує вплив імпульсивності; допомагати учням будувати «дорожню карту» професійного зростання: від підготовки до НМТ до вибору конкретного ЗВО та першого робочого місця; через рольові ігри моделювати ситуації, де учень бере на себе відповідальність за наслідки обраного шляху.

4. Спеціалізована допомога учням у стані професійної кризи: робота з «прямокутниками», оскільки цей тип характеризується мінливістю та пошуком, психолог має стати «стабілізуючою фігурою». Рекомендується поетапне планування: від короткострокових цілей (на тиждень) до довгострокових; використовувати сильні сторони кожного типу (наприклад, креативність «Зигзагів» або комунікацію «Кіл») для пошуку ніші, де ці якості будуть максимально затребувані; виявляти учнів із суперечливими результатами (наприклад, високий інтелектуальний тип, але низька мотивація до навчання) для проведення глибинних інтерв'ю.

5. Робота з мотивацією та автономією особистості: переорієнтовувати учнів із зовнішніх чинників (престиж, висока зарплата за порадою дорослих) на внутрішні (інтерес до процесу, цінність результату праці); навчати навичкам асертивної поведінки (впевненої відмови), щоб підліток міг аргументовано протистояти нав'язуванню професії з боку батьків чи друзів. проводити семінари на тему «Професія як засіб самореалізації та служіння суспільству», допомагаючи знайти сенс у майбутній діяльності (спрямованість «На справу» за Б. Бассом).

6. Просвітницька робота з педагогічним колективом: Інформувати педагогів про психологічні профілі класів, щоб вони могли диференціювати підходи у навчанні відповідно до домінуючих типів особистості в групі.

Рекомендації для батьків старшокласників

1. Емоційна підтримка та повага до вибору (принцип «не нашкодь»): відокремлення власних амбіцій: усвідомте, що дитина – це окрема особистість із власним типом спрямованості (за Д. Голландом). Якщо ви мріяли про медицину, а дитина має «Художній» чи «Зигзагоподібний» тип, не змушуйте її реалізовувати ваші мрії; створення «безпечної гавані»: дитина повинна знати, що навіть якщо її перший професійний вибір виявиться помилковим, ви підтримаєте її у пошуку нового шляху, а не будете дорікати; уникнення тиску: замість фраз «Ти мусиш бути юристом, бо це престижно», використовуйте запитання: «Що саме тобі подобається у цій професії?», «Які твої здібності допоможуть тобі там досягти успіху?».

2. Формування відповідальності та автономії: дозвольте дитині самостійно збирати інформацію про ЗВО, подавати документи та спілкуватися з приймальними комісіями. Ваша роль – консультант, а не виконавець; обговорюйте не лише переваги професії, а й її складні сторони (графік, стресовість, фізичні навантаження), щоб вибір був усвідомленим, а не ілюзорним; навчіть дитину техніці побудови «Плану Б» на випадок, якщо не вдасться вступити на бажану спеціальність з першого разу.

3. Створення інформаційно збагаченого середовища: допоможіть дитині знайти можливість поспілкуватися з реальними представниками обраної професії (знайомими, родичами). організуйте відвідування дня відкритих дверей разом, але будьте там лише слухачем; разом аналізуйте сайти для пошуку роботи (Work.ua, Robota.ua), щоб побачити реальні вимоги до вакансій та рівень заробітних плат; навчайте відрізняти «модні» професії-одноденки від фундаментальних спеціальностей, що мають перспективу тривалого розвитку.

4. Розвиток природних задатків та інтересів: підтримуйте відвідування гуртків, курсів чи секцій, навіть якщо вони на перший погляд не здаються

«серйозними». Наприклад, захоплення відеоіграми може перерости в успішну кар'єру в ІТ (для «Інтелектуального» типу); якщо ваша дитина – «Коло» (за С. Дилінгер), вона потребуватиме роботи з людьми та високого рівня комунікації; якщо «Квадрат» – їй підійде діяльність, де важлива чіткість, структура та аналітика; заохочення до волонтерства – це найкращий спосіб перевірити спрямованість «На спілкування» або «На справу» (за Б. Бассом) у реальних умовах.

5. Конструктивна комунікація в родині: замість допитів «Куди ти вступатимеш?», діліться історіями зі свого професійного життя: про свої успіхи, розчарування та те, як ви приймали рішення; якщо Ви помічаєте високу тривожність дитини (особливо у представників «Прямокутного» типу), не бійтеся запропонувати разом сходити до професійного профорієнтолога чи психолога; хваліть дитину не за «правильний» вибір, а за зусилля, які вона докладає для самопізнання та вивчення професійної сфери.

Рекомендації для викладачів та представників закладів вищої освіти

1. Проведення інтерактивних профорієнтаційних заходів: організовувати не лише дні відкритих дверей, а й майстер-класи, воркшопи та «пробний день у ролі студента», щоб старшокласники могли зануритися в освітній процес та специфіку майбутньої професії.

2. Залучення студентського активу: використовувати метод «рівний-рівному», залучаючи успішних студентів до спілкування зі школярами. це допомагає абітурієнтам отримати неформальну та щиру інформацію про навчання та студентське життя.

3. Демонстрація зв'язку теорії з практикою: під час зустрічей акцентувати увагу на тому, де саме випускники зможуть працювати після завершення навчання, які компетенції вони здобудуть та які вимоги висувають реальні роботодавці-партнери кафедри.

4. Використання цифрових інструментів: створювати віртуальні екскурсії факультетами, записувати короткі відео-лекції або подкасти про

інновації в конкретних галузях знань, щоб зацікавити цифрову генерацію молоді.

5. Консультативна підтримка при виборі спеціальності: надавати допомогу у роз`ясненні різниці між суміжними спеціальностями (наприклад, «Психологія» та «Соціальна робота»), допомагаючи старшокласникам зробити вибір відповідно до їхніх психологічних особливостей (типів за Голландом чи Дилінгер).

6. Розвиток доуніверситетської підготовки: організовувати наукові гуртки, літні школи або конкурси проєктів для школярів, що сприятиме ранньому виявленню талантів та їхній професійній адаптації ще до вступу.

Отже, реалізація запропонованих психолого-педагогічних рекомендацій сприятиме формуванню готовності старшокласників до усвідомленого професійного самовизначення, розвитку їхньої самосвідомості, відповідальності за професійний вибір та побудови реалістичної освітньо-професійної траєкторії.

Емпіричне дослідження дозволило виявити низку психологічних особливостей професійного самовизначення сучасної молоді:

- виявлено, що значна частина старшокласників керується соціально значущими або внутрішніми мотивами, проте існує група учнів із переважанням зовнішніх негативних стимулів, що свідчить про тиск оточення;
- за методикою Д. Голланда встановлено розподіл учнів за типами (реалістичний, соціальний, інтелектуальний тощо), що дало змогу визначити пріоритетні сфери діяльності для досліджуваної вибірки.
- використання психогеометричного тесту підтвердило зв'язок між індивідуальним стилем мислення та вибором професії. Зокрема, учні «прямокутного» типу найчастіше перебувають у стані професійного пошуку та потребують додаткової допомоги;
- результати за Б. Бассом показали, що переважання спрямованості «на справу» або «на спілкування» є прогностично сприятливим для

стабільного професійного вибору, тоді як надмірна спрямованість «на себе» може ускладнювати соціальну адаптацію в трудовому колективі;

Загалом, емпіричні дані підтверджують, що професійне самовизначення у старшому шкільному віці не є статичним актом, а являє собою безперервний процес пошуку ідентичності. Його успішність безпосередньо залежить від того, наскільки глибоко учень усвідомлює власні ресурси та наскільки об’єктивно оцінює запити ринку праці. Це підкреслює необхідність цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу, спрямованого на розвиток професійної самосвідомості та подолання розриву між ідеальними уявленнями про професію та її реальною практичною специфікою.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження проблеми професійного самовизначення старшокласників як важливого психологічного процесу, що визначає подальшу освітньо-професійну траєкторію особистості в період ранньої юності. Актуальність обраної теми зумовлена соціально-економічними змінами, трансформацією сучасного ринку праці та зростанням вимог до усвідомленого й відповідального професійного вибору молоді.

У процесі теоретичного аналізу наукових джерел встановлено, що професійне самовизначення є складним, багатокомпонентним і динамічним процесом, який охоплює особистісні, мотиваційні, соціальні та професійні аспекти розвитку особистості. Узагальнення наукових підходів дало змогу розглядати професійне самовизначення як результат активної суб'єктної позиції особистості, що ґрунтується на самопізнанні, формуванні ціннісно-смислових орієнтацій, розвитку самосвідомості та усвідомленні власних життєвих перспектив.

Визначено чинники, що впливають на процес професійного самовизначення старшокласників. З'ясовано, що цей процес детермінований комплексом внутрішніх та зовнішніх чинників. Внутрішні чинники включають індивідуально-психологічні особливості (темперамент, здібності), ціннісні орієнтації, рівень інтелекту та мотиваційну спрямованість. Зовнішні чинники охоплюють вплив сімейного оточення (очікування батьків), вплив педагогів, засоби масової інформації та актуальний стан ринку праці. Особливу роль відіграє інформаційне поле: надлишок або суперечливість інформації про престижність професій часто створює когнітивний дисонанс у свідомості підлітка, що вимагає втручання кваліфікованого психолога для гармонізації цих впливів.

Досліджено вікові особливості та психологічні механізми професійного самовизначення. Старший шкільний вік визначено як сенситивний період для

прийняття доленосних професійних рішень. Психологічним новоутворенням цього віку є життєве самовизначення та готовність до дорослого життя. Механізми самовизначення включають: ідентифікацію (наслідування значущих дорослих або професійних ідеалів); рефлексію (критичне осмислення власних можливостей); проєктування (побудова планів на майбутнє). виявлено, що несформованість механізму рефлексії призводить до ситуативного вибору «за компанію» або під тиском обставин, що є ознакою професійної незрілості.

У межах емпіричного дослідження, проведеного із використанням дистанційного опитування за допомогою сервісу Google Forms, було досліджено психологічні особливості професійного самовизначення 42 старшокласники віком від 15 до 17 років. Застосування тесту «Мотиви вибору професії»; опитувальника професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда»; методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса»; психогеометричного тесту (Сьюзен Дилінгер)» дало змогу комплексно проаналізувати як мотиваційну сферу професійного вибору, так і індивідуально-психологічні особливості особистості.

Результати емпіричного дослідження виявили специфічні закономірності:

За типами професійної спрямованості домінують «Соціальний» (23,8%) та «Підприємницький» (19,0%) типи, що вказує на виражену екстравертованість та прагнення до лідерства. Проте 11,9% «Конвенційного» типу свідчать про дефіцит кадрів у сферах, що потребують високої дисципліни та системності.

Психогеометричний аналіз виявив значну частку «Прямокутників» (23,8%), що є маркером кризового стану пошуку. Такі учні демонструють найнижчу стабільність професійних намірів. «Квадрати» (21,4%) та «Трикутники» (19,0%) виявилися найбільш підготовленими до вибору завдяки організованості та впевненості.

Спрямованість за Б. Бассом показала перевагу орієнтації «На спілкування» (38,1%), що підкреслює високу значущість колективної взаємодії. Спрямованість «На справу» (35,7%) притаманна учням із високим рівнем пізнавальної активності, тоді як спрямованість «На себе» (26,2%) часто вказує на егоцентричну мотивацію вибору, орієнтовану лише на зовнішні атрибути успіху.

Встановлено, що учні з високим рівнем внутрішньо-індивідуальної мотивації роблять більш усвідомлений вибір, ніж ті, хто керується зовнішніми негативними мотивами (страх невдачі або тиск батьків).

Розроблено психолого-педагогічні рекомендації щодо формування готовності до професійного самовизначення. На основі результатів дослідження запропоновано диференційовані рекомендації для всіх суб'єктів освітнього процесу: для педагогів – впровадження активних методів навчання, що моделюють професійну діяльність, та створення рефлексивного середовища в класі; для психологів – проведення тренінгів із подолання тривожності та корекція професійних намірів учнів «прямокутного» типу через індивідуальне консультування; для батьків – перехід до стилю партнерської підтримки, відмова від маніпулятивного впливу на вибір дитини, врахування її індивідуального психотипу; для викладачів ЗВО – посилення профорієнтаційного контенту, який розкриває реальну практичну сторону професії, а не лише її теоретичний опис.

Отже, професійне самовизначення старшокласників – це цілісний процес, який інтегрує знання про світ професій із глибинним розумінням власної особистості. Виконання всіх завдань дослідження дозволило довести, що формування готовності до вибору фаху потребує переходу від фрагментарних заходів до системного психолого-педагогічного супроводу, який базується на діагностиці індивідуально-типологічних особливостей учнів. Отримані результати мають практичне значення для вдосконалення профорієнтаційної роботи в сучасній школі та можуть бути використані практичними психологами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авер'янова А. В. Концептуальні підходи до проблеми професійного самовизначення особистості у вітчизняній та зарубіжній психології. *Молодий вчений*. 2015. № 2(6). С. 357-360. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2015_2%286%29__92

2. Балева Т. М., Васильєва О. В. Психологічні особливості професійного самовизначення майбутніх психологів. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA» : proceedings of the 4th International Scientific and Theoretical Conference. Sydney : European Scientific Platform. 2023. С. 205–207. URL: https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1356

3. Беганська І. Ю. Формування професійного самовизначення особистості. Комунальне господарство міст. Науково-технічний збірник. 2012. №104. С. 302-309. URL: https://eprints.kname.edu.ua/25753/1/302-309%20%D0%91%D0%B5%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%20%D0%86%D0%AE.pdf

4. Бодашевська Ю. С. Особливості професійного самовизначення у ранній юності (гендерний аспект). *World Science*. 2019. № 8 (48). С. 45-49. URL: https://rspublisher.org/index.php/ws/article/view/221

5. Галушко О. Л. Психологічні особливості професійного самовизначення у старшокласників. *Психолого-педагогічні аспекти формування особистості в умовах сучасних викликів* : зб. тез доп. наук.-практ. конф. студентів та магістрантів. Вінниця : КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», 2023. С. 41–46. URL: https://docs.academia.vn.ua/bitstream/handle/123456789/396/збірник_Друк-41-46.pdf

6. Гомонюк О. О., Мазур А. В. Особливості формування професійного самовизначення старшокласників у процесі профорієнтації. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2017. № 4. С. 136-147. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_4_7

7. Гордійчук К. В. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. *Психологія: реальність і перспективи* : зб. наук. праць РДГУ. 2019. Вип. 13. С. 15–19. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2019_13_5.

8. Горська Н. Б. Психологічні особливості професійного самовизначення у старшокласників в сучасних умовах. *Матеріали 79-ї звітної студентської наукової конференції. Секція «Факультету психології та соціальної роботи»*. Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2023. С. 69–73. URL: https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/37150

9. Ендеберя І. В., Новік І. І. Методологічний аналіз проблеми професійного становлення майбутніх практичних психологів. *Молодий вчений*. 2017. № 10. С. 69-72. URL: http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2017/10.1/18.pdf

10. Єлова Т. М. Основні чинники професійного самовизначення старшокласників. *Педагогічний часопис Волині*. 2016. №2 (3). С. 76-82. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/12135/1/r_2-21-27.pdf

11. Загальна психологія. Практичні заняття : навчальний посібник / С.Ю.Діхтяренко, А.В. Шулдик, Г.О.Шулдик, Л.А. Данилевич. Умань : Видавничо-поліграфічний центр «Візаві». 2021. 254 с. URL: https://dspace.udpu.edu.ua/jspui/handle/6789/5750

12. Залановська Л. О. Психологічні основи професійного самовизначення старшокласників: теоретичний аспект. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2021. № 2 (51). С. 12–17. https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/956

13. Калюжна І. П. Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Калюжна Ірина Петрівна ; Київ. ун-т ім. Бориса Грінченка. Київ, 2019. 20 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/28994/

14. Коростіянець Т. П. Особливості професійного самовизначення особистості у процесі навчання у ВНЗ. *Сучасні інформаційні технології та*

інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. пр. 2011. Вип. 28. С. 359–363. URL: https://vspu.net/sit/index.php/sit/article/view/4048

15. Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса : навч.-метод. матеріали. URL: https://studfile.net/preview/5043653/page:15/

16. Міщенко М. С., Кочубей Т. Д. Психологічні особливості вибору професії старшокласниками з особливими освітніми потребами. *Психологічний журнал*. №7. 2021. 46-50. URL: https://dspace.udpu.edu.ua/handle/123456789/14114

17. Музика О. Л. Психологічні особливості ціннісного самовизначення старшокласників із ознаками обдарованості. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості* : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2021. Т. 6, вип. 17. С. 33–46. URL: http://appsychology.org.ua/data/jrn/v6/i17/6.pdf

18. Оліховська Л. П. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Вип. 2 (39). С. 177–181. URL: https://dspace.uzhnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/d714dacf-18b2-468e-a99c-1b5e32a3046b/content

19. Опитувальник професійної спрямованості (ОПС) Д. Голланда. URL:https://ter.dcz.gov.ua/publikaciya/opytuvalnykprofesiynoyi-spryamovanosti-ops-d-golanda.

20. Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я. Матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної конференції: матеріали і тези доповідей / за заг. ред. проф. О. В. Бацилєвої. Київ. 2022. 163 с. URL: http://ecopsy.com.ua/data/publ/vernik/2022/Zbirnyk_materialiv_InPsy_2022_11_17.pdf

21. Пінська О.Л. Психологічні аспекти професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2022. Випуск 12. С. 39-50. URL: https://doi.org/10.31812/psychology.v12i.5735

22. Пирог Г. В., Коробко Д. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників, які виховуються у родинах та соціальних закладах : дослідження за темою / за ред. О. О. Євенок. Житомир : Вид. О. О. Євенок, 2020. 187 с. URL: https://eprints.zu.edu.ua/30892

23. Професійне самовизначення старшокласників в умовах освітнього округу: посібник / Л.А. Гуцан, О.Л. Морін, З.В. Охріменко, О.М. Пархоменко, Л.І. Гриценок, І.І. Ткачук. Харків, 2016. 220 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/704719/1/Toolkit_%D0%9F%D0%A0%D0%9E%D0%A4%D0%A1%D0%90%D0%9C%D0%9E%D0%92%D0%98%D0%97%D0%9D_%D0%A1%D0%A2%D0%90%D0%A0%D0%A8%D0%9E%D0%9A%D0%9B%D0%90%D0%A1.pdf

24. Психогеометричний тест (Сьюзен Дилінгер). URL: https://web.posibnyky.vntu.edu.ua/icgn/11prishak_osnovy_psiholog_pedagogiki_labpraktik/14.html

25. Психологія вищої школи : підручник / О. І. Власова, В. А. Семиченко, С. Ю. Пащенко, Я. Г. Невідома / за ред. О. І. Власової. К. : ВПЦ «Київський університет». 2015. 405 с. URL: https://kmaecm.edu.ua/wp-content/uploads/2021/06/vlasovoyi-o.-i.-2015-psyhologiya-vyshhoyi-shkoly.pdf

26. Психологія професійного самовизначення особистості: монографія / М.С. Корольчук, Ю.В. Дроздова, В.М. Корольчук, В.І. Осьодло, А.М. Сипливий; за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ, 2018. 280 с. URL: https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=YcPF054AAAAJ&citation_for_view=YcPF054AAAAJ:yD5IFk8b50cC

27. Раєвська Я. М., Герасимчук А. В. Психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників (за результатами дослідження). *Габітус.* 2023. Вип. 48. С. 82–87. URL: https://habitus.od.ua/journals/2023/48-2023/14.pdf

28. Середа О. Ю. Соціально-психологічні чинники професійного самовизначення старшокласників : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Середа Олена Юріївна ; Ін-т соціальної та політичної психології НАПН

України. Київ, 2021. 235 с. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/03/sereda-dis-f.pdf

29. Синишина В. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. *Наука і освіта*. 2018. № 1. С. 157–167. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2018-1-doc/2018-1-st21

30. Співак Л. М., Шевченко Л. П. Особливості ідентичності в юнацькому віці: сучасний теоретичний і практичний ракурс. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2020. № 3. С. 117–123. URL: https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-3-14.

31. Тест «Мотиви вибору професії». URL: https://www.bdut.org.ua/proforijentacija/motyvy-vyboru-profesiji/test-motyvy-vyboru-profesiji/

32. Федоренко Л. П. Специфіка професійного самовизначення випускників сільських шкіл (за результатами констатувального експерименту). *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2022. Вип. 17 (62). С. 86–95. URL: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.17(62).10

33. Феноменологічна теорія особистості К. Р. Роджерса. Психологія особистості. Теорії зарубіжних психологів: Гуманістична психологія в теоріях особистості : навч. посібник. 448 с. URL: https://stud.com.ua/174996/psihologiya/fenomenologichna_teoriya_osobistosti_rodzhersa

34. Харченко С. В. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2015. Вип. 18. С. 314-319. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znppo_2015_18_58

35. Хлєстова С. С., Мусатова К. В. Психологічні механізми професійно-особистісного розвитку майбутнього лікаря. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. Вип. 1, т. 1. С. 93–97. URL: https://dspace.vnmu.edu.ua/123456789/3407

36. Чечко І. І. Професійне самовизначення старшокласників як передумова успішної професійної самореалізації та кар'єрного розвитку. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2020. Т. 31 (70), № 3. С. 39–45. URL: https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.3/07

37. Шатілова О. С. Західні теорії кар'єрного розвитку. Теорія і практика сучасної психології. 2019. Т. 2, № 4. С. 151–158. URL: https://doi.org/10.6084/m9.figshare.20173298.v1

38. Шилова Н. І. Психологічні особливості професійного самовизначення студентів-першокурсників. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2018. Вип. 5. С. 141–146. URL: https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/82

39. Шрагіна Л. І., Полякова Р. О. Індивідуально-психологічні особливості старшокласників як фактор професійної спрямованості. *Ментальне здоров'я*. 2024. № 3. С. 98–105. URL: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-3-15

40. Шулдик А. В., Шулдик Г. О. Діагностика та формування лідерських якостей у здобувачів вищої освіти. Вчені записки Університету «КРОК». 2021, (4(64), С. 229–239. URL: https://doi.org/10.31732/2663-2209-2021-64-229-239

41. Якимович О. Н. Професійне самовизначення молоді як соціальна проблема. *Габітус*. 2024. Вип. 61. С. 54–59. URL: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.61.9

42. Яновська Т. А. Психологічні особливості професійного самовизначення у підлітковому та юнацькому віці. Молодий вчений. 2017. № 4 (44). С. 271–274. URL: http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2017/4/63.pdf

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Тест «Мотиви вибору професії»

Інструкція:
Перед вами твердження, що стосуються вибору майбутньої професії.
Оцініть, наскільки кожне твердження є важливим для вас, використовуючи шкалу:
1 – зовсім не важливо
2 – маловажливо
3 – важко сказати
4 – важливо
5 – дуже важливо
Поставте відповідну цифру навпроти кожного твердження.

Твердження

1. Мені цікава обрана мною професія.
2. Я вважаю, що ця професія відповідає моїм здібностям.
3. Я хочу займатися справою, яка приносить задоволення.
4. Для мене важливо реалізувати себе у професійній діяльності.
5. Я прагну працювати в тій сфері, яка є корисною для суспільства.
6. Для мене має значення престиж майбутньої професії.
7. Я хочу, щоб моя професія забезпечувала високий рівень заробітної плати.
8. Мені важливо мати можливість кар’єрного зростання.
9. Я обираю професію, яка гарантує стабільність і впевненість у майбутньому.
10. На мій вибір професії впливають поради батьків.
11. Я враховую думку вчителів під час вибору професії.
12. Для мене важлива думка друзів щодо мого професійного вибору.
13. Я обираю професію, щоб уникнути важкої або непривабливої роботи.
14. Я не хочу працювати на низькооплачуваній посаді.
15. Я прагну обрати професію, яка забезпечить комфортні умови праці.
16. Я добре усвідомлюю вимоги обраної професії.
17. Я маю достатню інформацію про професії, які мене цікавлять.
18. Я впевнений(а), що мій вибір професії є правильним.
19. Я готовий(а) нести відповідальність за свій професійний вибір.
20. Я планую цілеспрямовано готуватися до обраної професії.

Обробка результатів (для методичного опису)

Підрахунок результатів здійснюється шляхом сумування балів за твердженнями, що належать до відповідних груп мотивів:

- внутрішньо-індивідуальні мотиви;
- соціально значущі мотиви;
- зовнішні позитивні мотиви;
- зовнішні негативні мотиви.

Домінування певної групи мотивів свідчить про провідні чинники професійного самовизначення старшокласників.

ДОДАТОК Б

Методика професійного самовизначення Дж. Голланда (Холланда) дозволяє співвіднести схильності, здібності, інтелект із різними професіями для найкращого вибору професії.

Теоретичною основою опитувальника професійного самовизначення є теорія професійного вибору, розроблена американським професором Джононом Холландом. Її суть у тому, що успіх у професійній діяльності залежить від відповідності умови типу особистості та типу професійного середовища. Поведінка людини визначається не тільки її особистісними особливостями, а й оточенням, в якому вона виявляє свою активність. Люди прагнуть знайти професійне середовище, властиве своєму типу, яке дозволило б їм повніше розкрити свої здібності, висловити ціннісні орієнтації.

Вам пропонується 43 пари професій, кожній парі Ви повинні вибрати одну: найбільш бажану.

Методика

1.
Автомеханік
Авіаконструктор
2.
Єгер
Інтерв'юер
3.
Кондитер
Начальник відділу
4.
Пасічник
Адміністратор
5.
Радіооператор
Актор
6.
Астроном
Гід-екскурсовод
7.
Бактеріолог
Коректор текстів
8.
Зоолог
Брокер
9.
Мінеролог
Актор цирку
10.
Гувернантка
Працівник архіву
11.
Священик
Голова адміністрації
12.

Консультант
Драматург
13.
Фінансовий радник
Директор фірми
14.
Шифрувальник
Мистецтвознавець
15.
Директор магазину
Композитор
16.
Гірничий інженер
Біофізик
17.
Тваринник
Репетитор
18.
Маляр
Упорядник каталогів
19.
Мисливствознавець
Директор ринку
20.
Електротехнік
Карикатурист
21.
Біолог
Сімейний лікар
22.
Вірусолог
Контролер-касир
23.
Генетик
Менеджер
24.
Гідробіолог
Письменник
25.
Вихователь дитячого садка
Кресляр
26.
Інструктор з плавання
Начальник відділу збуту
27.
Медсестра/медбрат
Модель
28.
Складач текстів
Оптовий торговець

29.
Переписувач нот
Музичний аранжувальник
30.
Виконроб
Музикант
31.
Машиніст
Інженер-дослідник
32.
Кравець
Консультант служби знайомств
33.
Рульовий-моторист
Реєстратор
34.
Штукатур
Підприємець
35.
Садівник
Танцюрист
36.
Редактор наукового журналу
Вчитель
37.
Фізик-теоретик
Копіювальник креслень
38.
Іхтіолог
Банкір
39.
Вчений-теоретик
Художник з інтер'єру
40.
Викладач іноземних мов
Контролер якості продукції
41.
Фізіотерапевт
Менеджер по закупці
42.
Соціальний працівник
Художник-мультиплікатор
43.
Продюсер телебачення
Режисер

Ключ до тесту (Типи за Голландом):

- **Реалістичний (Р):** робота з технікою, інструментами.
- **Інтелектуальний (І):** наукова діяльність, аналітика.
- **Соціальний (С):** робота з людьми, викладання, медицина.
- **Конвенційний (К):** розрахунки, цифри, канцелярія.
- **Підприємницький (П):** управління, бізнес, ризик.
- **Художній (Х):** мистецтво, творчість.

ДОДАТОК В

Дослідження спрямованості особистості (Б. Басса)

Потрібно вибрати одну відповідь, яка найбільше відповідає дійсності та виражає Вашу думку, і записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найбільш привабливо». Потім вибрати одну відповідь, яка найменше відповідає реальності, і записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найменш привабливо».

Бланк до методики Б. Басса

1. Найбільше задоволення я одержую від: А) схвалення моєї роботи; Б) усвідомлення того, що робота виконана добре; В) усвідомлення того, що мене оточують друзі.

2. Якби я грав у футбол (волейбол, баскетбол), то прагнув би бути: А) тренером, який розробляє тактику гри; Б) відомим гравцем; В) обраним капітаном команди.

3. На мою думку, кращим педагогом є той, хто: А) цікавиться учнями та має до кожного індивідуальний підхід; Б) зацікавлює своїм предметом так, що учні з задоволення заглиблюються в цей предмет; В) створює у колективі таку атмосферу, за якої кожен учень може висловити свою думку.

4. Мені подобається, коли люди: А) радіють за виконану роботу; Б) із задоволенням працюють у колективі; В) прагнуть виконати свою роботу краще за інших.

5. Я бажав би, щоб мої друзі: А) були доброзичливими та допомагали людям, коли це необхідно; Б) були вірними та відданими мені; В) були розумними та цікавими людьми.

6. Кращими друзями я вважаю тих: А) з ким маю гарні стосунки; Б) на кого завжди можна покластися: В) хто може багато досягти у житті.

7.Найбільше мені не подобається: А) коли у мене щось не виходить; Б) коли розвалюються стосунки з товаришами;
В) коли мене критикують.

8. На мою думку, дуже погано, коли педагог: А)не приховує своєї антипатії до деяких учнів, насміхається та дражнить їх; Б) викликає дух суперництва в колективі; В) недостатньо добре знає предмет, який викладає.

9. У дитинстві мені найбільше подобалося: А) проводити час з друзями; Б) відчуття виконаної справи; В) коли мої вчинки схвалювали.

10. Я бажав би бути схожим на тих, хто: А) досягнув успіху в житті; Б) дійсно закоханий у свою справу; В) відзначається доброзичливістю та товариськістю.

11. Насамперед школа повинна: А) навчати вирішувати завдання, які ставить життя; Б) розвивати передусім індивідуальні здібності учнів; В) виховувати якості, які допомагають встановлювати стосунки з людьми.

12. Якби я мав більше вільного часу, то використовував би його: А) для спілкування з друзями; Б) для відпочинку та розваг; В) для самоосвіти та улюблених справ.

13. Найбільших успіхів я досягаю, коли: А) працюю з людьми, до яких відчуваю симпатію; Б) маю цікаву роботу; В) отримаю винагороду за свої зусилля.

14. Мені подобається, коли: А) інші люди поважають мене; Б) я відчуваю задоволення від добре виконаної роботи; В) я маю час приємно спілкуватися з друзями.

15. Якби про мене написали в газеті, то краще було б, щоб: А) розповіли про якусь цікаву справу, пов'язану із навчанням, спортом, де я брав участь; Б) написали про мою діяльність; В) обов'язково розповіли про колектив, у якому я працював.

16. Краще за все я навчаюсь, коли викладач: А) має до мене індивідуальний підхід; Б) може зацікавити своїм предметом; В) проводить колективні обговорення проблем, що вивчаються.
17. Для мене немає нічого гіршого, за: А) образу власної гідності; Б) невдачу при виконанні важливої справи; В) втрату друзів.
18. Найбільше я ціную: А) успіх; Б) можливості спільної роботи; В) здоровий практичний розум та інтуїцію.
19. Я не поважаю людей, які: А) вважають себе гіршими за інших; Б) часто сваряться та конфліктують; В) заперечують усе нове.
20. Приємно, коли: А) працюєш над важливою справою; Б) маєш багато друзів; В) усім подобаєшся та викликаєш схвалення.
21. На мою думку, в першу чергу керівник повинен бути: А) доступним; Б) авторитетним; В) вимогливим.
22. У вільний час я з цікавістю прочитав би книжки: А) про те, як знайти друзів та налагодити гарні стосунки з оточую-іми; Б) про життя знаменитих людей; В) про останні досягнення науки та техніки.
23. Якби в мене були музикальні здібності, я бажав би бути: А) диригентом; Б) композитором; В) солістом.
24. Я бажав би: А) вигадати цікавий конкурс; Б) перемогти у конкурсі; В) організувати конкурс і управляти ним.
25. Для мене важливо знати: А) що я бажаю зробити; Б) як досягнути мети; В) як організувати людей для досягнення мети.
26. Людина повинна прагнути до того, щоб: А) інші люди схвалювали її вчинки; Б) передусім виконувати свою справу; В) її не можна було б критикувати за виконану роботу.
27. Найкраще я відпочиваю у вільний час, якщо: А) спілкуюсь з друзями; Б) дивлюсь цікаві фільми; В) займаюсь своєю улюбленою справою.

Обробка результатів. Кожній відповіді у стовпчику «Найбільш привабливо» надається 2 бали, відповіді у стовпчику «Найменш привабливо» - 0 балів, відповідям, що не потрапили в жодний стовпчик - 1 бал. Бали, набрані за всіма 27 судженнями, додаються для кожного виду спрямованості окремо (за ключем).

Ключ

№	**Я**	**С**	**Д**		№	**Я**	**С**	**Д**		№	**Я**	**С**	**Д**
1	А	В	Б		**10**	А	в	Б		**19**	А	Б	В
2	Б	в	А		**11**	Б	в	А		**20**	В	Б	А
3	А	в	Б		**12**	Б	А	В		**21**	Б	А	В
4	В	Б	А		**13**	В	А	Б		**22**	Б	А	В
5	Б	А	В		**14**	А	В	Б		**23**	В	А	Б
6	В	А	Б		**15**	Б	В	А		**24**	Б	в	А
7	В	Б	А		**16**	А	в	Б		**25**	А	В	Б
8	А	Б	В		**17**	А	в	Б		**26**	В	А	Б
9	В	А	Б		**18**	А	Б	В		**27**	Б	А	В

Інтерпретація результатів. За допомогою методики визначаються такі види спрямованості особистості: ***Спрямованість на себе (Я)*** - орієнтація на пряме винагородження та задоволення, агресивність у досягненні статусу, схильність до суперництва, тривога, прагнення до влади. ***Спрямованість на спілкування (С)*** - прагнення передусім підтримувати стосунки з людьми, орієнтація на спільну, орієнтація на соціальне схвалення, потреба в емоційних стосунках з людьми. ***Спрямованість на справу, діло (Д)*** - зацікавленість у вирішенні ділових проблем, виконання роботи якнайкраще.

ДОДАТОК Г

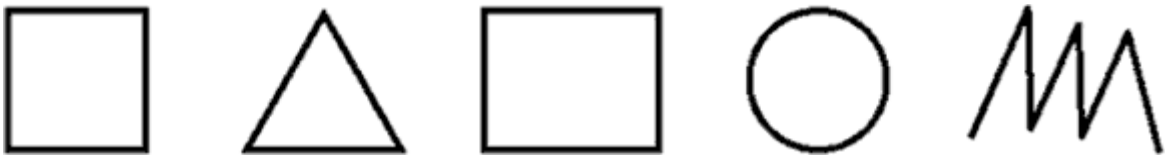
Психогеометричний тест (Сьюзен Дилінгер)

Інструкція:
Уважно розгляньте п’ять геометричних фігур, наведених нижче.
Оберіть **одну фігуру**, яка:

- найбільше вам подобається;
- або привернула вашу увагу першою;
- або з якою ви асоціюєте себе найбільше.

Не обдумуйте відповідь занадто довго — важливо обрати фігуру інтуїтивно.

1. **Оберіть одну з запропонованих фігур, з якою Ви себе асоціюєте.**
2. **Оберіть ще одну фігуру, на яку Ви також звернули свою увагу або вагались, обираючи першу фігуру.**



Інтерпретація
Пам’ятайте, що в реальному житті немає “чистих фігур”. В залежності від життєвої ситуації або оточення, у Вас може переважати одна або інша фігура, але саме перша фігура насамперед формує Вашу особистість.

Обробка результатів

Обрана фігура інтерпретується відповідно до її психологічного значення та співвідноситься з характеристиками типу особистості. Отримані результати використовуються для якісного аналізу індивідуально-психологічних особливостей старшокласників та визначення їхньої професійної спрямованості.