

- конференції «Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки» (с. 125-132). Київ, Київський національний університет імені Тараса Шевченка.
2. Сидоренко, О. В., & Крамаренко, Т. М. (Ред.). (2021). *Психолого-педагогічний супровід дітей з особливими освітніми потребами: теорія і практика*. Київ: Освіта України.
  3. Ткаченко, О. (2021). Інклюзивна освіта: досвід України та світу. *Актуальні проблеми педагогічної науки: збірник наукових праць* (Вип. 2, с. 87-95). Харків: Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди.

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

**УДК 159.922.8**

**Барановський Ярослав Володимирович**

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Кузьменко Юлія Володимирівна**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогічних наук, професійної та початкової освіти,  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Актуальність дослідження.** Реформування сучасної освіти передбачає набуття учнями ключових життєвих компетенцій. Особистість, що досягає раннього юнацького віку, а це припадає на період навчання у старших класах школи, стикається з першочерговою справою свого життя – вибором майбутньої професії. Вибір професії є однією з провідних потреб раннього юнацького віку та відбувається за наявності основних новоутворень особистості на цьому етапі: особистісного, соціального та професійного самовизначення.

В ідеалі цей вибір має здійснюватися самостійно та усвідомлено з урахуванням знань старшокласників про власні психологічні особливості, про актуальні та потенційні можливості, спираючись на сильні сторони своєї особистості, керуючись бажаннями щодо майбутньої діяльності та орієнтуючись на потреби сучасного ринку праці.

Професійне самовизначення є одним із основних етапів дорослішання старшокласників. Правильний вибір професії залежить не тільки від інтелектуальних і практичних здібностей, але й від психологічної готовності, емоційного стану, особистісних цінностей і впевненості у своїх силах. У зв'язку з цим важливо вивчати не лише фактори, що впливають на професійне самовизначення, а й психологічні механізми, які можуть допомогти в оптимізації цього процесу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Професійне самовизначення старшокласників є складним і багатогранним процесом, що включає різноманітні психологічні, соціальні та індивідуальні чинники.

Цей процес пов'язаний з формуванням свідомого вибору професії, який має великий вплив на подальший розвиток особистості, соціалізацію, кар'єрне зростання та загальну якість життя. Процес професійного самовизначення старшокласників відбувається на етапі психосоціального розвитку, що передуює дорослому життю. У цей період учні, які навчаються в старших класах перебувають у стані інтенсивного пошуку себе, оцінки своїх здібностей, інтересів і схильностей. Вони прагнуть знайти своє місце в світі, визначити свої цінності, що безпосередньо впливає на вибір професії.

Проблемою професійного самовизначення старшокласників займалися як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники, зокрема на думку Є. Клімова, Н. Побірченко, Б. Федоришина, процес професійного самовизначення потребує активізації самопізнання особистості. Е. Зеєр, М. Пряжніков, Г. Резапкіна, С. Чистякова надають перевагу усвідомленому професійному самовизначенню.

В. Мачуський вважає, що готовність учнів старших класів до вибору професії є інтегральним особистісним утворенням, що включає в себе стійке

прагнення до певної професійної діяльності (виконання професійних завдань), наявність відповідних знань, вмінь та навичок та комплексу індивідуальних психофізіологічних характеристик, які зумовлюють успішну професійну діяльність. Готовність до професійного самовизначення В. Мачуського включає когнітивний, мотиваційний, практично-оперантний, психологічний, креативний та самооцінковий компоненти [1, с. 9].

О. Музика підкреслює, що процес самовизначення неможливий без глибокого усвідомлення людиною себе та свого місця у світі, без чіткого визначення життєвих цілей, завдань і планів, а також без активного процесу життєвого конструювання та реалізації.

Це означає, що особистість повинна зрозуміти свою теперішню сутність та чітко уявляти, якою вона прагне стати в майбутньому, тим самим визначаючи напрямок свого розвитку. Цей вибір має ціннісну природу, оскільки він базується на розумінні значущості особистих ресурсів, які необхідні для самореалізації в контексті суспільних цінностей [2, с. 114]. О. Тополь під професійним самовизначенням розуміла консолідоване особистісне утворення, яке включає спрямованість на певну професійну діяльність (мотиви, інтереси, потреби), професійну самосвідомість (здатність до саморегуляції, саморозвитку та самоосвіти), професійнооперантну підструктуру (наявність спеціальних знань, умінь, навичок), комплекс індивідуально типологічних особливостей і професійно-важливих якостей, що забезпечують ефективне та успішне виконання конкретної професійної діяльності [3, с. 16]. Після аналізу психолого-педагогічної літератури з даної проблематики, з метою визначення особливостей професійного самовизначення старшокласників було проведено дослідження, в якому взяло участь 60 осіб віком 15-17 років. За результатами дослідження було виявлено:

1. За методикою Є. Клімова найбільша кількість учасників орієнтується на професії, пов'язані з взаємодією «людина-людина» (30%), що вказує на високу зацікавленість до соціальних професій. Також значну увагу приділяють професіям, пов'язаним з технікою (25%) та знаковими системами (21,7%), що

свідчить про інтерес до точних наук та інформаційних технологій. Менше популярними є професії, що орієнтовані на взаємодію з художнім образом (15%) та природою (8,3%).

2. За результатами методики «Професійна готовність» А. Чернявської, значна частина респондентів показала високий рівень автономності (38,3%) та прийняття рішень (38,3%). Це свідчить про бажання та здатність до самостійного вибору та контролю за своєю професійною діяльністю. Високий рівень інформованості (31,7%) та орієнтації в часі (30%) також є показниками готовності старшокласників до професійної діяльності та свідомого планування майбутнього.

3. За даними методики «Визначення мотивації професійної діяльності» К. Замфір у модифікації А. Реана, найбільша частина учасників (56,7%) виявила високий рівень внутрішньої мотивації до вибору професії, що вказує на високий рівень особистісної зацікавленості та прагнення до самореалізації.

Також значний відсоток респондентів орієнтується на зовнішні позитивні стимули (25%), в той час як зовнішня негативна мотивація була помітною у 18,3% учнів.

Дослідження показало, що більшість старшокласників мають високий рівень готовності до професійного самовизначення, орієнтуючись на професії, пов'язані з людиною і технікою. Внутрішня мотивація домінує при виборі професії, проте вплив зовнішніх факторів також залишається значним. Рекомендується розвивати внутрішню мотивацію учнів і підтримувати їх через консультації та профорієнтацію.

**Висновки.** Процес професійного самовизначення старшокласників є складним, багатограним і важливим етапом їх психосоціального розвитку. Різні психологічні фактори – самосвідомість, мотивація, соціальний вплив – визначають, як саме учень обирає свою професійну діяльність. Для того, щоб цей процес був успішним, необхідно враховувати психологічні бар'єри та сприяти розвитку впевненості у своїх силах. Професійна підтримка, яка включає

індивідуальні консультації, тренінги та психологічні тестування, є важливим елементом у допомозі старшокласникам зробити правильний вибір.

### **Список використаної літератури:**

1. Мачуський В. В. Формування готовності старшокласників до професійного самовизначення у сфері технічної діяльності в позашкільних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. Київ, 2001. 16 с.
2. Музика О. Л. Психологічні особливості ціннісного самовизначення старшокласників із ознаками обдарованості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 240 с.
3. Тополь О. В. Формування готовності старшокласників до вибору професій сфери підприємницької діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. Київ, 1997. 22 с.

## **КОМПЛЕКСНИЙ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД У ПСИХОКОРЕКЦІЇ ВТОМИ ВІД ВІЙНИ У ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ УДК 159.922.7**

**Бичик Анжеліка Василівна**

Здобувачка вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Шпортун Оксана Миколаївна**

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Актуальність дослідження.** Аналіз феномену втоми від війни, як дистресового переживання, важливий для визначення пов'язаних із ним проблем та психологічних чинників дистресу та для розробки комплексного медико-