

дезадаптивних або стресових станів. Крім цього одним із завдань стрес-менеджменту є оцінка ефективності використовуваних антистресових технологій. Із цією метою повинні розроблятися надійні діагностичні процедури, що дозволяють здійснювати моніторинг змін об'єктивних і суб'єктивних характеристик стрес-ситуацій до й після застосування превентивних програм.

Задля роботи в системі професій «людина-знакова система» необхідно мати певні особисті та професійні якості, а також володіти особистісними, інформаційними та інструментальними ресурсами стресостійкості. Неправильна профорієнтація неминуче призводить до неуспіху в даній професійній діяльності та розчаруванні в ній.

Список використаних літературних джерел

1. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009. — 336с.
2. Леонова А. Б. Комплексная методология анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции // Психологический журнал. 2004. №2

Кіящук А. Й.

м. Хмельницький

АСПЕКТИ СПІВПРАЦІ ЦЕНТРУ ПРОФЕСІЙНОЇ ОРІЄНТАЦІЇ СТАРШОКЛАСНИКІВ “ВИБІР” І МІСЬКОГО ЦЕНТРУ ЗАЙНЯТОСТІ НАСЕЛЕННЯ

Презентовано досвід роботи загальношкільного профорієнтаційного центр “Вибір”, розкрито основні напрями його роботи, зміст, форми та методи професійної орієнтації, діяльнісну взаємодію з міським Центром зайнятості населення.

Ключові слова: професійна орієнтація в школі, профорієнтаційний центр “Вибір”, спеціалізована середня загальноосвітня школа, міський Центр зайнятості населення.

Постановка проблеми. Актуальність проблеми професійної орієнтації школярів обумовлена соціально-економічною ситуацією в Україні. За останні десятиліття виникло багато нових професій, зменшилась необхідність у вже давно існуючих, деякі професії втратили суспільну привабливість. Крім того в країні існує велика диспропорція в наявних кадрах так званих престижних професій, що веде до труднощів у працевлаштуванні. Необхідно зазначити, що

старшокласники та їхні батьки, як правило, дезорієнтовані у цих питаннях. Також значна частина дорослого населення незадоволена своєю професією, і ця ситуація не передбачає позитивних змін, тому що сучасній молоді складно орієнтуватись у великих об'ємах неструктуризованої інформації. Найчастіше випускник школи здійснює свій професійний вибір під впливом, наприклад, друзів, батьків, телевізійної реклами, наявності бюджетних місць на окремі спеціальності у вузах тощо. При цьому не враховується найголовніше: особливості професії, стан власного здоров'я, здібності, навички та уміння. Дезорієнтація старшокласників у питаннях професійного вибору призводить до відсутності кваліфікованих кадрів в багатьох галузях, тому що люди або не здатні виконувати свою роботу, або не задоволені тим, чим займаються.

Аналіз досліджень. У світі накопичено величезний досвід з проблем профорієнтації, оскільки це одна з перших складових праці людини. Становлення цієї наукової дисципліни і практики датується далеким 1908 роком. Саме тоді було відкрито Ф. Парсонсом бюро з консультації молоді. У наступні десятиліття цей напрям активно розвивався в США і країнах Західної Європи. Сьогодні стали прийнятними ідеї організації системи профорієнтації в умовах ринку праці, виховання конкурентоздатної особистості, які обґрунтовані в роботах зарубіжних авторів (В. Адаме, С. Векслер, М. Вудкок, А. Маслоу, К. Роджерс та ін.). Під професійною орієнтацією розуміють широкий, що виходить за рамки педагогіки і психології, комплекс заходів з надання допомоги у виборі професії; під професійною консультацією – індивідуально орієнтовану допомогу у професійному самовизначенні [1]

Активний розвиток репертуару засобів та технік роботи профконсультантів багато в чому визначається психотерапією як особливою дисципліною і широкою практикою її різних напрямів. Техніки і технології психотерапії напрацьовані і широко апробовані в 1960–1970-х рр. У 1980–1990-х рр. вони швидко і ефективно адаптуються для вирішення завдань професійної орієнтації людей різного віку, як в індивідуальних, так і в групових формах [2].

З самого початку важливим моментом професійної орієнтації було посередництво досвідченого фахівця-педагога, професіонала, а пізніше і спеціаліста-психолога – в орієнтації молодої людини, у величезному просторі актуальних і затребуваних професій, доступних для оволодіння даною людиною з урахуванням її фізичних і психологічних особливостей та зовнішніх, об'єктивних умов. Ближче до кінця ХХ ст. необхідність у такому

періодичному посередництві стає актуальною на кожному віковому етапі – як питання професійної кар’єри людини в широкому сенсі. Віковий діапазон осіб, які потребують періодичної підтримки, має тенденцію гранично розширюватися – від підліткового до пенсійного віку. У сфері мистецтва й у спорті до середини ХХ ст. нормою стали рання спеціалізація (з 6–8-річного віку). Другою важливою умовою професійної орієнтації в цей же час стали називати і психологічний супровід – цілісний процес вивчення, формування, розвитку і корекції професійного становлення особистості [3]

Професійне і особистісне самовизначення тісно взаємопов’язані. Так, наприклад, Е. Еріксон розглядає їх як два взаємопов’язані процеси становлення ідентичності особистості [4]. Н. Пряжников виділяє дві принципових відмінності між ними, з одного боку, на відміну від особистісного, професійне самовизначення більш конкретне, зазвичай оформляється офіційно (диплом про професійну освіту, сертифікат і т.п.), а з іншого, особистісне самовизначення завжди більш складне явище, залежне не від сприятливих зовнішніх, а переважно від внутрішніх причин (особистісних особливостей, “життєвих сценаріїв”, за Е. Берном, домінуючих у суспільстві цінностей і т.д.) [1].

Саме для здійснення профорієнтаційної роботи в спеціалізованій СЗШ №1 м. Хмельницького створено центр професійної орієнтації “Вибір”.

Метою статті є висвітлення досвіду співпраці означеного центру професійної орієнтації старшокласників і міського центру зайнятості населення.

Виклад основного матеріалу. До діяльності центру професійної орієнтації “Вибір”, залучено ініціативну групу вчителів (класні керівники 8–11-х класів, шкільний психолог, бібліотекар, заступник директора з виховної роботи, заступник директора з навчальної роботи із спеціалізації школи), працівники міського центру зайнятості, працівники вищих навчальних закладів II–IV рівнів акредитації, а також представники батьківської громади, які досягли певних результатів у своїй професійній сфері (лікарі, педагоги, архітектори, перекладачі-референти, банківські службовці, представники владних структур тощо). Програма центру направлена на всебічний розвиток професійного самовизначення і є ефективним способом допомоги старшокласникам у професійній орієнтації.

Організовуємо роботу центру за такими напрямками: професійна інформація, професійна консультація, професійна діагностика і професійний

добір, професійні проби.

Професійна інформація передбачає ознайомлення учнів з різними професіями та потребами у фахівцях певного профілю в Україні та за її межами. Цю роботу проводять з учнями та їхніми батьками працівники вищих навчальних закладах у спеціально визначені дні за складеним графіком; міським Центром зайнятості двічі на рік проводиться захід “Ярмарок професій”; в школі встановлено профорієнтаційний термінал з центру зайнятості, база даних якого поновлюється щотижня; традиційними стали учнівські конференції “Погляд у майбутнє”, організовані спільно з міським Центром зайнятості населення, на яких учні презентують інформацію про різні професійні сфери своїх батьків; до надання професійної інформації залучаються і класні керівники, які знайомлять учнів із перспективами навчальних закладів, обговорюють особливості професій під час виховних класних годин.

У практиці класних керівників проведення профпросвітницької роботи серед батьків учнів. Традиційними стали батьківські збори на теми “Схильність й інтереси підлітків під час вибору професії”, “Професійне самовизначення учнів”. До підготовки таких зборів залучаються представники центру зайнятості, Вищих навчальних закладів, батьки; проводиться попереднє анкетування учнів, збір інформації.

Слід відмітити, що для проведення змістовної профорієнтаційної роботи з учнями і батьками необхідна ґрунтовна підготовка педагогів. У річному плані школи передбачені заходи з профорієнтації, в межах яких проводиться семінар-практикум для вчителів “Психолого-педагогічний супровід професійного визначення учнів”; круглий стіл “Проблеми профорієнтаційної роботи з школярами”. Педагоги школи є активними учасниками “Днів відкритих дверей” разом зі своїми вихованцями; під час засідань методичних об’єднань класних керівників проводяться тренінги “Психолого-педагогічні дослідження проблем професійного самовизначення учнів”. Класні керівники проводять з учнями цикл бесід: “Як готувати себе до майбутньої професії”, “Здоров’я та вибір професії”, “Рівень освіти та майбутня професія” тощо. Під час щорічного “Тижня профорієнтації”, який проводимо спільно з Центром зайнятості учні 1–7-х класів беруть участь в конкурсі малюнків “Світ професій”; учні 8–11-х класів пишуть твори українською та іноземними мовами “Погляд у майбутнє”; проводиться виставка-конкурс творчих робіт “Таланти моєї родини”, учні

відвідують міський захід “Ярмарок професій”. Пізнавальною для учнів та їхніх батьків є загальношкільна конференція, на яку запрошуються представники всіх вищих навчальних закладів міста “Наука і світ професій”.

Професійна консультація спрямована на індивідуальні поради конкретному учню щодо найбільш доцільних професій, які відповідають його інтересам, здібностям, психофізичним можливостям. До проведення таких консультацій залучено як шкільного психолога, так і психолога міського центру зайнятості.

Роботу організовано за такими напрямками:

- довідково-організаційна консультація (подається інформація для учнів та їхніх батьків про можливості отримання певної професії в тому чи іншому навчальному закладі, про можливості оволодіння певною професією залежно від психофізичних можливостей);

- медико-профілактична консультація (виявлення психофізіологічних і медико-біологічних особливостей учнів та їх відповідність вимогам бажаної професії);

- психолого-педагогічна консультація (сприяє вибору професії відповідно до інтересів і здібностей школярів).

Така робота в нашому навчальному закладі починається ще з конкурсного відбору при вступі дітей в 1-й клас (виявляються задатки до вивчення іноземних мов). Протягом навчання в початковій і основній школі учні розвивають свої здібності, набувають навички з основних видів комунікативної діяльності, і вже у 10-ті класи йдуть учні з чітко сформованими компетентностями, в яких володіння іноземними мовами лягає в основу професійного вибору.

Професійна діагностика спрямована на вивчення усіх аспектів підготовки школярів до тієї чи іншої професії: психофізіологічних, психологічних, соціальних, економічних. Для здійснення діагностики шкільним психологом підібрана низка тестів, які спрямовані на всебічне вивчення особистості. Використовуються професіограми, в яких виділяються “професійно важливі ознаки та відповідні вимоги професії до людини, методи професійної діагностики (допомога в самопізнанні): бесіди-інтерв’ю, опитувальники професійної мотивації, опитувальники професійних здібностей, особистісні опитувальники” [5]. Проводяться тренінги, спрямовані на формування компетентностей, компетенцій і соціально значущих якостей учня як

особистості, здатної до самовизначення, саморегуляції та самоактуалізації. Класні керівники використовують методи спостереження, збір інформації від батьків, вчителів-предметників, що дає змогу окреслити чітку карту професійних можливостей і мотивацій учнів.

Професійний добір визначається як система роботи з надання порад і допомоги людині щодо прийняття нею рішення про такий вибір конкретного виду діяльності, який би максимально відповідав суб'єктивним і об'єктивним умовам професійного самовизначення, перспективному розвитку особистості й успішній реалізації в професійній діяльності [6].

Професійну пробу можна визначити як профвипробування, яке моделює елементи конкретного виду професійної діяльності і сприяє свідомому, обґрунтованому вибору професії. В основу професійних проб покладені ідеї професора С. Фукуями (Японія), згідно з якими професійна проба виступає найбільш важливим етапом в галузі професійної орієнтації. У процесі виконання професійних проб учень одержує досвід роботи з обраною професією і намагається визначити, чи відповідає характер даної діяльності його здібностям і умінням [6].

В умовах спеціалізованої школи для здійснення професійних проб діє клуб “Перекладачі”, де проводиться комплекс теоретичних і практичних занять, які моделюють основні характеристики професії, цілей, умов і знарядь праці, ситуацій прояву професійно важливих якостей, що дозволяє учневі оцінити власні можливості оволодіння обраною професією. Відвідувачі клубу є активними учасниками міського турніру “Знавці професій”, який проводить Центр зайнятості населення, здійснюють профорієнтаційну роботу з учнями школи. При здійсненні професійних проб учні залучаються до науково-технічних перекладів текстів, синхронних перекладів виступів, проведення конференцій іноземними мовами, супроводу закордонних делегацій, проведення масових заходів, тощо. Такі проби моделюють реальну професійну діяльність і цим стимулює дитину до формування адекватної самооцінки, а отже і відповідного рівня готовності до вибору майбутньої професії.

Однією зі складових діяльності центру “Вибір” є профпросвіта учнів та їхніх батьків: лекції про шляхи вирішення проблем самовизначення, Дні відкритих дверей, відзначення Днів працівників різних галузей (юриста, освітянина, медпрацівника тощо), бібліотечні уроки. Робота центру професійної орієнтації неможлива без участі батьків. Адже нерідко учні

наслідують батьківські професії, продовжуючи, наприклад, династію педагогів, лікарів тощо.

Під час навчальної практики організуємо екскурсії на місце роботи батьків (аптека, лікарня, центр планування сім'ї, податкова інспекція, хлібокомбінат, туристична агенція, відділення банку тощо), під час яких учні ближче знайомляться з умовами праці, специфікою окремих професій, дізнаються про працю своїх батьків, що не може не вплинути на професійне самовизначення.

Питання профорієнтаційної діяльності педагогічного колективу школи, центру “Вибір” розглядається на засіданнях педагогічної ради, Ради школи. Приймаються рішення щодо схвалення досвіду профорієнтаційної роботи, залучення фахівців та представників вищих навчальних закладів, батьківської громади, аналізується вступ учнів до навчальних закладів відповідно до спеціалізації школи, відстежується подальше професійне самовизначення наших випускників.

Завдяки роботі центру “Вибір” ми можемо прогнозувати розширення уявлень учнів про сенс і значення професійної діяльності в житті людини і суспільства; формування розуміння необхідності постійної самоосвіти і професійного самовдосконалення; розкриття своїх схильностей та здібностей, що допоможе співвідносити свої можливості з вимогами вибраної професії; розвиток умінь складати особистий професійний план, робити самостійний незалежний професійний вибір з урахуванням чинників, що впливають на вибір професії в сучасних умовах.

Висновок. Таким чином, профорієнтаційна діяльність в навчальному закладі в системі школа – батьківська громада – суспільство, в тісній співпраці з Центром зайнятості спрямована на всебічний розвиток професійного становлення учня і є ефективним способом допомоги у самопізнанні в реалізації професійних намірів випускників школи.

Список використаних літературних джерел

1. Пряжников Н.С. Психология труда и людского достоинства / Н. С. Пряжников, Є. Ю. Пряжникова. – М. : Академия, 2001. – 253 с.
2. Толочек В.А. Современная психология труда. / В. А. Толочек. – СПб. : Питер, 2008. – 479 с.
3. Зеер Э.Ф. Основы профориентологии / Э. Ф. Зеер., А. М. Павлова, Н. О. Садовникова. – М. : Высшая школа, 2005. –159 с.

4. Эрик Г. Эриксон. Детство и общество. – Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. – СПб. : Ленато, АСТ, 1996. – 592 с.

5. Климов Е.А. Введение в психологию труда: учебник для вузов / Е. А. Климов. – М. : Культура и спорт, ЮНИТИ, 1988. – 350 с.

6. Педагогічні засоби підготовки старшокласників до професійного самовизначення в умовах профільного навчання : метод. посібник / [Закатнов Д.О., Мельник О.В., Осипов О.В., Морін О.Л., Гуцан Л.А., Скалько О.В.; за ред. Д. О. Закатнова]. – К. : ІПВ АПН України, 2005. – 115 с.

Кобченко В.В.

м. Київ

ПСИХОТЕРАПІЯ У ПРОФЕСІЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ БЕЗРОБІТНИХ

В статті розглянуто можливості надання безробітним комплексної психологічної допомоги (консультативної і психотерапевтичної) працівниками служб зайнятості. Проаналізовано психологічні особливості життєвої ситуації безробіття і її вплив на особистість. Визначено особливості проведення в службах зайнятості консультативної психотерапії, і техніки роботи з депресивними клієнтами.

Ключові слова: депресія, життєва ситуація безробіття, консультативна психотерапія, професійне консультування, психологічна допомога.

Постановка проблеми. Однією з несприятливих ознак світової фінансово-економічної кризи є поширення безробіття, втрата працівниками робочих місць.

Закриття багатьох підприємств і організацій, скорочення штатів і робочого часу працюючих негативно впливають на загальний психологічний настрій у суспільстві. Особливо незахищеними в цій ситуації стають робітники, які втратили роботу, стали безробітними. Отже, проблема безробіття і профорієнтаційна робота з безробітними в Центрах зайнятості є сьогодні досить актуальною.

Аналіз проблеми дослідження. Головною психологічною ознакою ситуації безробіття є те, що вона постає перед людиною як кризова життєва ситуація. Безробіття є комплексною психологічною проблемою, яка значною мірою впливає на всі сфери життя людини, на її поведінку, когнітивну і емоційну сфери, і цей вплив є переважно негативний. В кризовій життєвій