

- №347 // Освіта України . — 2002.-№33 (квітень). — С. 4—6.
4. Виленский М. Физическое воспитание в целостной системе профессиональной готовности выпускника высшей школы/ М.Виленский // Здоровье студентов. Выпуск 1. «Здоровый образ жизни и физическая культура студентов: Социологические аспекты» / под ред. В.Лабскира, В. Столярова. — Харьков: Студсервис, 1990. — 103с.
  5. Наумов Б.А. Роль физического воспитания в повышении умственной работоспособности студентов / Б.А.Наумов, С.М. Оправин // Материалы науч.-метод. конф. «Вуз по физическому воспитанию». — ЛГУ, 1969.- С.67.
  6. Коробков А.В. Спортивная тренировка как важная основа сохранения устойчивости организма, развития физической и умственной работоспособности / А.В. Коробков // Доклады межд. науч.-метод. конф. по проблемам спортивной тренировки. — М., 1984. — С. 142.
  7. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов / В.И. Ильинич. — М.: Высшая школа, 1987. — с.144.

**ДОВГАНЬ Н. Ю., КОРОП М. Ю.**

### **ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И КОРРЕКЦИИ ПСИХО-ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ ВУЗ**

*В статье рассматриваются актуальные проблемы – совершенствования процесса физического воспитания в ВУЗах и повышения уровня психо-физической подготовленности и функционального состояния организма студентов средствами физической культуры и спорта.*

*Ключевые слова: психо-физическое состояние, морфо-функциональный статус, физическая работоспособность, психо-физическая подготовленность, физкультурно-оздоровительные занятия.*

**DOUGAN N. M.**

### **CARP PROBLEMS OF A HEALTHY LIFESTYLE AND CORRECT PSYCHO-PHYSICAL FITNESS OF THE STUDENTS' UNIVERSITY**

*This report is devoted to the problem of correction of physical state of the students of technical specialty by means of physical culture. In the report there are represented data about positive influence of complex program of physical state correction to the level of physical preparedness and to organism functional state of technical speciality students. There developed and experimentally tested methods of physical preparedness correction and psycho-physical aptitudes of technical speciality students.*

*Keywords: physical state, morpho-functional status, physical ability to work, physical preparedness, healthy making exercise of physical culture, students of technical specialization.*

Стаття надійшла до редколегії 04.03.2013 року.

УДК 159.9

**ЄВДОКИМОВА Т. О.**

Миколаївський національний університет  
імені В.О. Сухомлинського

## **ФОРМУВАННЯ У ЛЮДИНИ УСТАНОВКИ НА ВЛАСНУ АКТИВНІСТЬ ТА САМОПІЗНАННЯ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ**

*У статті розглянуто одне з найактуальніших питань психології профорієнтаційної роботи. Розкриваються та уточнюються погляди сучасних науковців щодо значення установок на власну активність та самопізнання у процесі професійного самовизначення людини. Зазначено, що професійне самовизначення є однією з форм особистісного розвитку, що має свою структуру, міра сформованості котрої залежить від типу особистісних установок і потребує системної та цілеспрямованої роботи практичного психолога зі старшокласниками, їхніми батьками і педагогами.*

*Ключові слова: професійне самовизначення, самопізнання, активність, установки, форми самопізнання, типи особистісних установок, компоненти професійного самовизначення, профінформація, профдіагностика, профконсультація.*

Одне з найважливіших стратегічних рішень у житті людини – це вибір майбутньої професії. Професійне самовизначення спрямоване не лише на ознайомлення молоді зі світом професій, потреб ринку праці, правил вибору професії, а й на забезпечення процесу самопізнання (як суб'єкта майбутньої професійної діяльності); фор-

мування вміння зіставляти «образ-Я» з вимогами професії до особистості, створювати на цій основі професійний план; розвиток уміння аналізувати різні види професійної діяльності, враховуючи їхню спорідненість за психологічними ознаками; створення умов для формування професійно важливих якостей, усвідомленої моти-

вації та психологічної готовності до вибору професії тощо.

Аналіз психолого-педагогічних досліджень показує, що, як правило, професійне самовизначення розглядається як процес пошуку й усвідомлення особистісного сенсу у професії, яка обирається, і включає у себе такі компоненти: визначення узагальнюючого сенсу вибору професії (загальна оцінка праці у межах визначеної професійної діяльності); побудова людиною стратегії особистісних змін (під впливом обраної професії); емоційне насичення процесу визначення професії відчуттям власної значущості на основі емоційного проживання первинних уявлень про цінності та блага, які можуть бути представлені у майбутньому професійному житті (К. Бондарчук, В. Гладкова, І. Головаха, І. Громов, Я. Дідковська, М. Захаров, Є. Клімов, Г. Костюк, І. Назімов, В. Пухлі, В. Савченко, В. Симоненко, Б. Федоршин, В. Ядов і т.д.). Науковці наголошують на тому факті, що особливий вплив на процес професійного самовизначення здійснюють особистісні установки.

Установка – це стійка схильність людини до певної форми реагування, за допомогою котрої може бути задоволена потреба самовизначення. Вона спонукає особистість орієнтувати свою діяльність у певному напрямі та діяти послідовно щодо всіх об'єктів і ситуацій, віддзеркалює стан особистості на основі взаємодії між потребами та їхнім задоволенням, забезпечує легкість, автоматичність та цілеспрямованість поведінки[4].

Установка може бути основним чинником, який опосередковує активну взаємодію особистості та її соціального середовища. Якщо установки повторюються значну кількість разів, то у людини можуть сформуватися фіксовані установки, які непомітно для неї самої впливають на її життєву позицію. Установки можуть бути позитивними (засновані на позитивному ставленні до майбутнього) і негативними (визначаються негативним чи байдужим ставленням до майбутнього). Позитивна та негативна спрямованість особистісних установок детермінується властивостями самопізнання людини та її активністю.

Формування у людини установки на власну активність та самопізнання у контексті професійного самовизначення може виступати як актуальна проблема не лише соціально-психологічного, а й духовного характеру, що спрямовує розвиток особистості та визначає подальшу стратегію її життя.

Особистісна активність – фундаментальна проблема сучасних психологічних досліджень,

яка розглядається науковцями як міра зусиль, що застосовуються особистістю для реалізації особистісно-значущих потенційних можливостей [2]; як притаманний особистості спосіб організації життя, регуляції та саморегуляції на основі інтеграції потреб, здібностей, ставлення особистості до життя з одного боку та вимог до особистості з боку суспільства [1]; як прояв ініціативності, цілеспрямованості, самостійності у вчинках, діяльності, праці [11]. Активність особистості спрямована не лише на задоволення потреб, а й на їхню зміну відповідно до власних позицій, що формуються у процесі самопізнання.

У психологічних дослідженнях поняття «самопізнання» визначається, як правило, через категорію самосвідомості: як відбиття у свідомості суб'єкта його власних властивостей [7]; як наповнення самосвідомості змістом, що пов'язує людину з іншими людьми, з культурою і суспільством у цілому у рамках життєдіяльності суб'єкта та його специфічної діяльності [14].

Вивчення наукових джерел щодо проблеми особистісної активності та самопізнання старшокласників свідчить не лише про розбіжність поглядів на сутність зазначених феноменів, а й про потребу подальших наукових розвідок. Саме тому метою нашої статті є розкриття психологічної сутності проблеми формування установки на власну активність та самопізнання як основи професійного самовизначення.

Сенситивним періодом для формування установки людини на власну активність та самопізнання багатьма дослідниками вважається рання юність, що зумовлюється зовнішніми та внутрішніми чинниками, оскільки афективним центром особистості у віці 16–18 років визначається спрямованість у майбутнє [8]. Ця структура є складною і суперечливою функціональною системою, її наявність накладає свій відбиток на всі особистісні прояви, у тому числі і на професійне самовизначення старшокласника. Саме у ранній юності особистість уперше з особливою гостротою відчуває, усвідомлює суперечливість свого життя, що і слугує основною умовою активізації діяльності та звернення до самопізнання.

О. Крошка, розглядаючи самопізнання як форму емоційно-оцінного ставлення до себе на провідних етапах онтогенетичного розвитку, зазначає, що старший шкільний вік – це переломний період, коли особистість активно пізнає себе, розуміє проблемно-суперечливий характер свого зовнішнього та внутрішнього світу; характерною особливістю самопізнання на цьому етапі розвитку є взаємодія з іншими процесами, які

можуть або сприяти або гальмувати його; у ранній юності самопізнання проявляється у самоосмисленні, самокритиці, саморозумінні, самооцінці, самозбагаченні, рефлексії тощо [8]. Саме ж самопізнання включається до самосвідомості у якості одного з основних процесів, що забезпечують її зміст і динаміку.

Самопізнання, з точки зору П. Вітебської, проходить ті самі стадії, що й усвідомлення об'єктивного світу: від елементарних самовідчуттів до самосприйняття, самоуявлення. Якщо на початкових стадіях усвідомлюється лише суто зовнішній, видимий бік власних дій і вчинків, то далі до сфери самопізнання залучається система найрізноманітніших мотиваційних компонентів, що регулюють поведінку та діяльність особистості [3]. Провідним способом вивчення власного внутрішнього світу у старшому шкільному віці стають складні форми самоаналізу, зокрема аналіз мотивів власної поведінки. Виділені мотиви оцінюються людиною з погляду розуміння вимог суспільства до неї та власних вимог до себе. Власне «Я» починає усвідомлюватись як цілісне утворення, як єдність зовнішнього та внутрішнього буття.

У своїх наукових дослідженнях Г. Суходубова неодноразово наголошує на тому, що чим вищий рівень самопізнання, тим усвідомленішим є потреба у самоактуалізації та самовизначенні. Усвідомлення своєї мети, життєвих прагнень – важливий елемент самопізнання, який детермінований рефлексивними процесами. Здатність особистості рефлексивно відноситися до себе є результатом інтеріоризації особистості, умовою перетворення людини у суб'єкта, який має свободу вибору, ухвалює рішення щодо стратегії свого життя, ґрунтуючись на результатах самоаналізу та саморозуміння [15].

Аналізуючи зазначені вище психологічні особливості самопізнання, визначимо провідні його форми, а саме:

- *саморозуміння* як форма самопізнання не зводиться лише до знань про самого себе; знання виступають результатом буття людини, породжуються активністю особистості і включають у себе сприйнятливості, здатність до самоспостереження, відкритість новому досвіду, емпатійність, узгодженість зовнішніх та внутрішніх джерел інформації про себе, прийняття себе, довіру до себе і до світу, здатність до об'єктивності (Б. Кайгородов) [6];
- *самоосмислення* як одна з функцій самосвідомості, що спрямовується не лише на усвідомлення провідних мотивів життєдіяльно-

сті людини, а й на координацію всієї особистості у цілому; мова йде про осмислення не окремих дій, учинків і навіть діяльності, а про сенс всього життя, що надає самопізнанню певного роду активності (О. Крошка) [8];

- *самотивація* як саморегулювання мотиваційної сфери особистості; це цілеспрямоване розкриття людиною власної структури мотиву, пошук та рефлексія внутрішніх мотивів діяльності у власній свідомості, що залежить від спрямованості особистості, структури її інтересів та цінностей (Л. Журавська) [5];
- *самоаналіз* як аналіз індивідом власних суджень, переживань, потреб і вчинків; це самоспостереження із подальшим розмірковуванням над своїми переживаннями і думками; самоаналіз концентрує увагу на процесуальному аспекті та відзначається ціленаправленістю і довільністю процесу аналізу (О. Степанов) [13];
- *самокритика* як рефлексивне ставлення людини до себе, що визначається здатністю до самостійного пошуку помилок, оцінкою своєї поведінки і результатів мислення (К. Недзельський) [12];
- *самооцінка* як підструктура особистості, яка дозволяє з позиції власного розуміння критично оцінити свої дії, вчинки, ставлення, емоційний стан; це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей; вона визначає соціальну адаптацію особистості та є регулятором її поведінки і діяльності (О. Мамон) [10];
- *рефлексія* як спрямованість людини до відображення, усвідомлення і розуміння уявлень інших людей про неї, її діяльність; усвідомлення власних дій, переконань, особистого стану; здатність сприймати чужі і транслювати свої емоції, оцінювати ставлення людей один до одного і передбачати поведінкові реакції (О. Крюкова) [9].

Представимо зазначені форми самопізнання у вигляді схеми (див. рис. 1).

Варто наголосити на тому, що всі, зазначені вище форми самопізнання (саморозуміння, самоосмислення, самотивація, самоаналіз, самокритика, самооцінка, рефлексія) набуваючи активності завдяки поживленню інтересу учня старших класів до процесу самовизначення, передусім професійного, поглиблюють орієнтаційну основу дій особистості, формують певні життєві установки.

Завдяки *саморозумінню*, *самоосмисленню* та *самотивації* у юнацькому віці пробуджується прагнення побудови життєвих сценаріїв та життєвих стратегій («ніколи не зроблю»; «роблю завжди»; «жодного разу не робив раніше»; «не

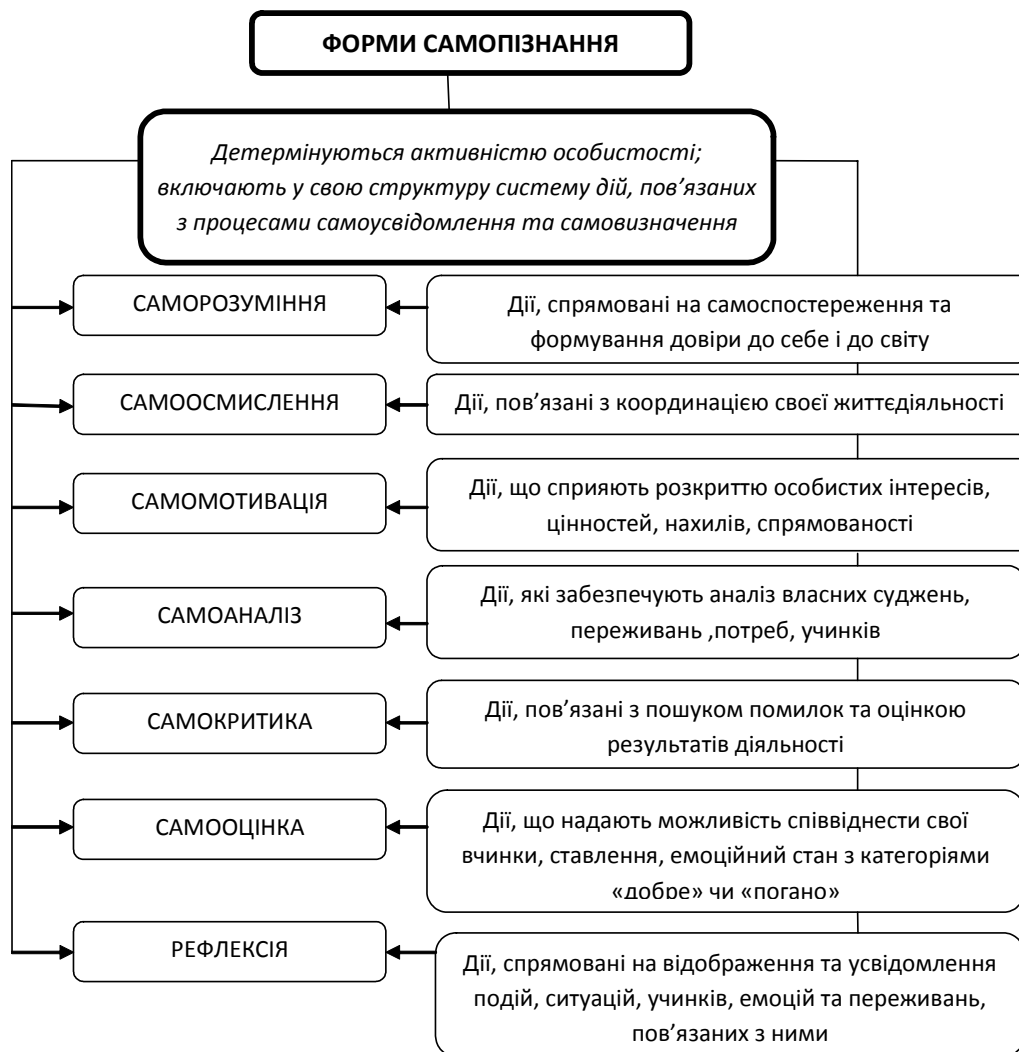


Рис. 1. Форми самопізнання у ранньому юнацькому віці

буду робити зараз, а зроблю потім»; «робитиму знову і знову»; «буду робити до того часу, поки вже неможливо буде зробити» (за Е. Берном). У процесі проживання юності *самоаналіз*, *самокритика* та *самооцінка* значно сильніше піддають сумнівам життєві стереотипи (спосіб життя, стиль життя, соціальну роль) та визначають провідні цінності у житті особистості (цінність спілкування, інтелектуальна активність, практично-технічна активність; художня активність, соматична активність, матеріальна (економічна) активність тощо), а здатність до *рефлексії* сприяє усвідомленню прийняттого типу професійного середовища (реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенційний, підприємницький, артистичний (за Дж. Голландом).

Зважаючи на той факт, що форми самопізнання можуть мати різні психологічні характеристики, які проявляються в активній чи пасивній діяльності, доцільно зауважити, що при певному їхньому комбінуванні можна прослідкувати прояв таких типів особистісних установок:

- установка на позитивне майбутнє за позитивного сприйняття сьогодення (самопізнання характеризується визначенням переваг та позитивних зрушень у розвитку особистості, що сприяє активізації її діяльності за рахунок твердої віри у позитивний результат);
- установка на негативне майбутнє за позитивного сприйняття сьогодення (самопізнання характеризується визначенням переваг та позитивних зрушень у розвитку особистості, проте поєднується зі страхом перед майбутнім, можливими невдачами, що значно послаблює мотивацію людини до діяльності, перетворює її на пасивного суб'єкта; часто таку установку мають старшокласники, які відчувають безнадійність та безвихідність у майбутньому);
- установка на безпечне майбутнє (людина не заглиблюється у процес самопізнання, вона не приділяє зусиль для цілеспрямованого планування свого майбутнього життя, очікуючи, що те що має статися, станеться саме по собі; особистість відзначається помірною пасивністю);

- установка на *безперспективне майбутнє* (особистість відзначає позитивні аспекти особистої життєдіяльності, проте у неї відсутня стійка самомотивація як важлива форма самопізнання; діяльність такої людини можлива лише за наявності зовнішніх вимог, часто у вигляді «примусу»);
- установка на *позитивні зміни, породжені мріями та фантазіями* (старшокласник визнає певне неблагополуччя в особистому житті, проте прагне позитивного майбутнього, іноді подумки «ховається» у нього; часто діяльність такої людини носить більш мрійливий характер, ніж по справжньому дієвий);
- установка на *досягнення прагматичних цілей* (людина відчуває успіх від власної самореалізації, має у цьому процесі позитивний досвід, проте самомотивація заснована на хибних цінностях, які проектується у майбутнє лише як матеріальні цілі; особистість проявляє активність, наполегливість у діяльності, проте активно ухиляється від самоосмислення, самоаналізу, самокритики);
- установка на *короточасний успіх* (особистість не вдається до побудови довгострокових планів через відсутність у самосвідомості стійких цінностей та переконань, позитивних образів майбутнього; вона прагне позитивних результатів лише у тій діяльності, яка актуальна сьогодні і тепер);
- установка на *приєднання до референтної групи* (людина здатна до успішної самореалізації, проте низький рівень самопізнання не дозволяє їй зорієнтуватися у власній спрямованості і підштовхує до запозичення цінностей у членів референтної групи; активність такої особистості зумовлюється лише активністю поведінки інших людей, значущих для неї);
- установка на *пасивну участь* (через усвідомлення особистісної нереалізованості, глибоке переживання відсутності перспективи старшокласник відходить від активних дій, дозволяє собі «відійти» у сферу негативних емоційних переживань і рухається далі, неначе «за інерцією», не допускаючи активних дій);
- установка на *«колись»* (особистість не бажає пізнавати саму себе, намагається уникати заглиблення у будь-яку форму самопізнання через досвід відчуття негативних переживань, пов'язаних з невдачами у процесі досягнення попередніх цілей чи за відсутності належного рівня самоконтролю; людина свідомо відкладає «на потім» серйозні питання, а потім змушена похапцем, абияк здійснювати ту чи іншу діяльність).

Представимо зазначені типи установок у вигляді схеми (див. рис. 2).

Установки на самопізнання та власну активність поступово формують у старшокласника

внутрішню готовність / неготовність самотійно й усвідомлено планувати, корегувати і реалізовувати перспективи свого розвитку. Значною мірою вони визначають професійну перспективу особистості, а отже, і два рівні професійного самовизначення: гностичний (перебудова свідомості та самосвідомості); практичний (зміни характерних рис індивідуальної діяльності). Загалом типи особистісних установок заздалегідь формують основні компоненти професійного самовизначення (табл. 1).

Для розвитку зазначених складних та багатогранних компонентів професійного самовизначення доцільно впроваджувати у профорієнтаційну роботу шкільного психолога такі напрямки роботи зі старшокласниками (з метою формування конструктивних особистісних установок): профінформаційні години, профдіагностичні моніторинги, групові та індивідуальні профконсультації, профвиховні та розвивальні тренінгові заняття.

Зазначені форми роботи передбачають системність взаємодії з учнями старших класів, цілеспрямовану діяльність практичного психолога над формуванням особистісної установки на самопізнання та активність у юнаків та дівчат віком 15–17 років, а також психологічну просвіту з питання професійного самовизначення батьків та педагогів, і можуть упроваджуватися відповідно до поданого нижче планування роботи практичного психолога загальноосвітньої школи (табл. 2).

Підводячи підсумки, зауважимо: характер самопізнання та рівень особистісної активності яскраво презентують той факт, що визначення старшокласником майбутнього професійного шляху значною мірою залежить саме від особливостей змісту життєвих установок юної людини. Визначені установки впливають на усвідомлення значущості професійного самовизначення, формують подальшу траєкторію розвитку особистості; у той же час професійне самовизначення виступає своєрідним критерієм первинного професійного становлення і є однією з форм особистісного розвитку загалом. Професійне самовизначення не зводиться лише до вибору професії, а передбачає довготривалий процес формування і розвитку різних форм самопізнання та активності юної людини. Динаміка професійного самовизначення залежить від індивідуальних особливостей особистісних установок, детермінована зміною ставлення особистості до себе як до суб'єкта майбутньої професійної діяльності та зміною критеріїв цього ставлення.

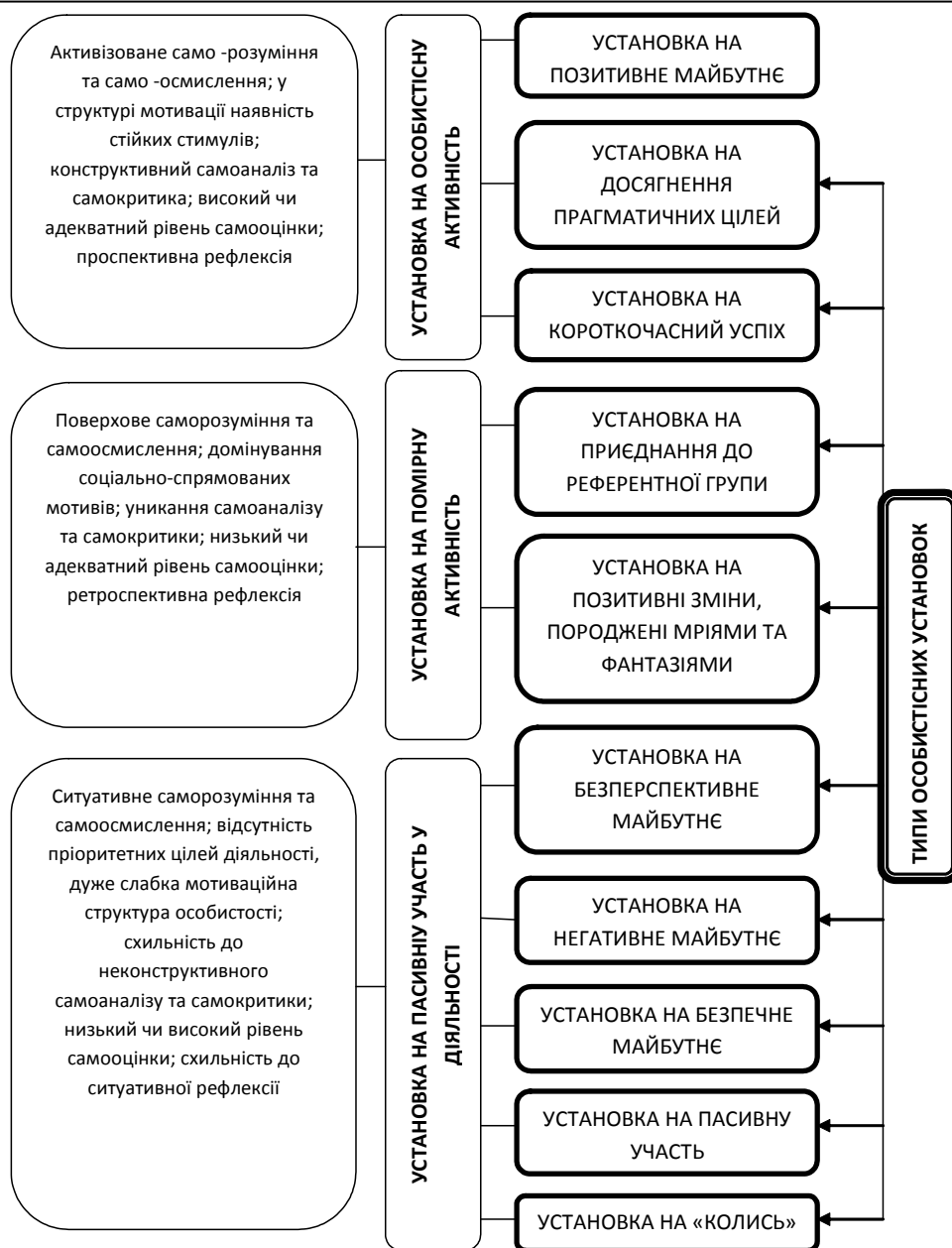


Рис. 2. Взаємозв'язок особистісних установок, активності особистості та форм самопізнання

Т а б л и ц я 1

**Формування професійного самовизначення**

Тип установки	Компоненти професійного самовизначення	Міра їх сформованості
Установка на позитивне майбутнє	1) усвідомлення цінності певної професійної діяльності; 2) усвідомлення необхідності одержання спеціальної професійної підготовки; 3) загальна орієнтація у специфічних особливостях певної професії та особистих професійних інтересах, намірах;	Сформовані всі компоненти
Установка на досягнення прагматичних цілей		Сформовані всі компоненти
Установка на короткочасний успіх		Сформовані 1, 2, 3 компоненти, потребують розвитку – 4, 5, 6, 7
Установка на приєднання до референтної групи	4) визначення віддаленої професійної мети та її узгодження з іншими життєвими цінностями; 5) побудова системи найближчих цілей як етапів і шляхів досягнення віддаленої мети;	Усі компоненти представлені незначною мірою усвідомлення
Установка на позитивні зміни, породжені мріями та фантазіями		
Установка на безперспективне майбутнє	6) уявлення про зовнішні перешкоди на шляху досягнення цілей та знання способів їхнього подолання; 7) уявлення про внутрішні перешкоди на шляху досягнення цілей та знання спосо-	Усі компоненти професійного самовизначення потребують розвитку у напрямку поглиблення самопізнання та активізації діяльності особистості у процесі самовизначення
Установка на негативне майбутнє		
Установка на безпечне майбутнє		
Установка на пасивну участь		
Установка на «колись»		

**Планування роботи шкільного психолога з формування психологічної основи професійного самовизначення у старшокласників**

№ п.п.	Зміст плану роботи	Термін для виконання
<i>Профдіагностична робота</i>		
1	Діагностика структури інтересів в учнів 9-их класів	Жовтень
2	Визначення типу професії, до якої є схильності в учнів 9-их класів	Листопад
3	Діагностика навчальної мотивації учнів 10-их класів	Грудень
4	Діагностика мотивів відповідальної поведінки учнів 10-их класів	Січень
5	Поглиблена діагностика мотивів професійного вибору учнів 11-их класів	Листопад
6	Моніторинг професійних намірів учнів 9-их, 11-их класів	Грудень
7	Моніторинг ціннісних орієнтацій учнів 9-их, 11-их класів	Січень
8	Вивчення соціальної пластичності учнів 10-их класів	Лютий
9	Діагностика готовності до саморозвитку в учнів 11-их класів	Лютий
10	Моніторинг мотивації досягнення серед учнів 11-их класів	Березень
<i>Профконсультаційна робота (психологічне консультування учнів з проблем)</i>		
1	Тип темпераменту та майбутня професія	Протягом року
2	Світ моїх захоплень	
3	Моє покликання	
4	З чого починати...	
5	Від чого залежить мій успіх	
6	Готовність до вибору професії	
<i>Психологічна провіта батьків та педагогів (психологічний лекторій з проблем виховання старшокласників)</i>		
1	Що необхідно знати про старшокласників	Вересень
2	Ми відповідальні за майбутнє наших дітей	Листопад
3	Як допомогти дитині визначитися у професійному виборі	Січень
<i>(тренінгові заняття для батьків та педагогів старшокласників)</i>		
4	Ми за довірливі відносини	Жовтень
5	Формування компетентності у профорієнтаційній діяльності	Грудень
<i>Розвивальна робота (інформаційні години)</i>		
1	Система професій та їхня типологія	Жовтень
2	Вимоги до професій	Листопад
3	Професіограми спеціальностей XXI сторіччя	Грудень
4	Алгоритм вибору професії	Січень
5	Барометр професій мого регіону	Лютий
<i>(тренінгові заняття)</i>		
6	Моє уявлення про себе	Січень
7	Самовиховання: труднощі та переваги	Січень
8	Мистецтво презентувати себе	Лютий
9	Я знаю, чого я хочу	Лютий
10	Формування професійних намірів	Березень
11	Мої далекі та близькі цілі	Березень
12	Формування особистої професійної перспективи	Березень
13	Формування професійного вибору	Квітень
14	Я – активна людина сьогодні, завтра і завжди!	Квітень
<i>Організаційно-методична робота</i>		
1	Виготовлення листівок, буклетів, профорієнтаційних стендів	Протягом року

**Список використаних джерел**

- Абульханова-Славская К. Активность и сознание личности как субъекта деятельности / К. Абульханова-Славская // Психология личности в социальном обществе. Активность и развитие личности. — М.: Наука, 1989. — 110 с.
- Артемова Т. Развитие личности и ее способностей / Т. Артемова // Проблемы психологии личности. — М.: Наука, 1982. — 243 с.
- Вітебська П.В. Самопізнання як основа глибокого психологічного розвитку особистості і формування педагогічного оптимізму у вихователя / П.В. Вітебська // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. — Вип. №23 (186). — 2009. — С. 40—43.
- Головін С.Ю. Словарь практического психолога / С.Ю. Головін. — Минск: Харвест, 1998. — 800 с.
- Журавська Л. Фактори самореалізації особистості у процесі безперервної освіти / Л. Журавська // Наукові праці: науково-методичний журнал. — Т.42. — Вип. 29. — Миколаїв: Вид-во МДГУ імені Петра Могили, 2005. — С. 57—62.

6. Кайгородов Б.В. Проблемы развития самопонимания в процессе подготовки психологов / Б.В. Кайгородов // Развивающая психология — основа гуманизации образования: Материалы Первой Всероссийской научно-методической конференции.— М., 1998. — С. 54—61.
7. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. — М.: Политиздат, 1984. — 335 с.
8. Крошка О.І. Самопізнання як форма емоційно-оцінного ставлення до себе на провідних етапах онтогенетичного розвитку / О.І. Крошка // Вісник Одеського національного університету. — Т.15. — Вип.4. — 2010. — С. 117—124.
9. Крюкова О.В. Соціальна рефлексія як складова соціального розвитку особистості / О.В. Крюкова // Збірник праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. — 2012. — Вип.16. — С. 122—127.
10. Мамон О.В. Самооцінка в професійному розвитку вчителя: аналіз поняття, структури і процесу формування / О.В. Мамон // Витоки педагогічної майстерності. Збірник наукових праць. — Полтава, 2011. — С. 172—176.
11. Миславский Ю. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте / Ю. Миславский. — М.: Педагогика, 1991. — 152 с.
12. Недзельський К. Самокритика як важливих механізм національної само ідентифікації українців: релігійно-психологічний рівень дослідження проблеми / К. Недзельський // Релігія та соціум. — 2008. — №2. — С. 122—130.
13. Степанов О.М. Психологічна енциклопедія / О.М. Степанов. — К.: Академвидав, 2006. — 672 с.
14. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. — М.: Изд-во МГУ, 1983. — 284 с.
15. Суходубова Г.Д. Саморозуміння і рефлексія як діяльність самопізнання / Г.Д. Суходубова // Філософія: конспект лекцій. — К., 2012. — С. 116—124.

**ЕВДОКИМОВА Т. А.**

### **ФОРМИРОВАНИЕ У ЧЕЛОВЕКА УСТАНОВКИ НА СОБСТВЕННУЮ АКТИВНОСТЬ И САМОСОЗНАНИЕ КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

*В статье рассматривается одно из самых актуальных вопросов психологии профориентационной работы. Раскрываются и уточняются взгляды современных ученых относительно значения установок на личную активность и самопознание в процессе профессионального самоопределения человека. Обозначено, что профессиональное самоопределение является одной из форм личностного развития, которая имеет свою структуру, мера сформированности которой зависит от типа личностных установок и требует системной и целенаправленной работы практического психолога со старшеклассниками, их родителями и педагогами.*

*Ключевые слова: профессиональное самоопределение, самопознание, активность, установки, формы самопознания, типы личностных установок, компоненты профессионального самоопределения, профинформация, профдиагностика, профконсультация.*

**EVDOKIMOVA T.**

### **THE MAN'S FORMATION OF SETTING TO HIS OWN ACTIVITY AND SELF-KNOWLEDGE AS THE BASIS OF THE PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION**

*The article is devoted one of the most actual questions of psychology of proforientation work. The modern scientists' views about the value of settings on self-activity and self-knowledges in the process of professional self-determination of human have been exposed. The professional self-determination is one of forms of personality development which has the own structure, the measure of formed of which depends on to the type of self-settings and needs system and purposeful work of practical psychologist for senior pupils, their parents and teachers is marked in article.*

**Keywords:** professional self-determination, self-knowledge, activity, settings, forms of self-knowledge, types of personality settings, components of professional self-determination, profinformation, profdiagnostyc, profconsultation.

Стаття надійшла до редколегії 04.03.2013 року.