

АКТИВІЗАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ – МОЛОДИХ СПЕЦІАЛІСТІВ У СПОРТІ

ACTIVATION OF THE PROFESSIONAL IDENTITY OF PRACTICAL PSYCHOLOGISTS – YOUNG SPECIALISTS IN SPORTS

У статті проаналізовано поняття «професійна самосвідомість індивіда». Професійна самосвідомість – це усвідомлення людиною себе як суб'єкта майбутньої самостійної професійної діяльності. Професійна самосвідомість індивіда містить єдність знань про власні особливості, наявні професійні здібності й інтереси.

Рівень розвитку професійної самосвідомості є критерієм конкурентоспроможності фахівця та його потенціалу для досягнення успіху.

Професійна самосвідомість передбачає, зокрема, наявність таких особистісних компонентів, як свідомий вибір професії; сформованість відповідних здібностей і навиків; усвідомлення власних потреб і вимог суспільства; постановка перспективних цілей професійного розвитку; активне виявлення особистих інтелектуальних, емоційних і вольових рис; зіставлення власних професійних можливостей і суспільних запитів задля докладання зусиль досягнути певних результатів; безумовне прийняття постійного фахового самовдосконалення й самовиховання як професійної потреби, а також певний рівень самовизначення.

Представлено структуру професійної самосвідомості практичного психолога в спорті, яка включає такі компоненти: когнітивний, емоційно-ціннісний (регулятивний), мотиваційний, творчий.

Виокремлено умови, що сприяють розвитку професійної самосвідомості.

Визначено професійно необхідні якості практичного психолога в спорті. Розроблено спецкурс, який спрямований на оптимізацію професійної самосвідомості практичних психологів у спорті, формування в них цілісного професійного самовизначення, і представлено структуру заняття (етапи, завдання кожного етапу). Надано тематичний план спецкурсу; у якому зроблено акцент на ключових аспектах формування професійної самосвідомості молодих спеціалістів. Надано діагностичні методики для виявлення наявного рівня професійної самосвідомості й спрямованості молодого спеціаліста.

Ключові слова: самосвідомість, діяльність, професійна самосвідомість, активізація про-

фесійної самосвідомості, спеціальні курси, заняття з формування професійної самосвідомості.

The author analyzes the concept of the "professional identity of the individual". Professional self-awareness is a person's awareness of himself/herself as a subject of future independent professional activity. The professional identity of the individual contains the unity of knowledge about their own characteristics, available professional abilities, and interests. The level of development of professional self-awareness is a criterion of a specialist's competitiveness and potential for success.

Professional identity provides in particular, the presence of such personal components as conscious choice of profession; formation of appropriate abilities and skills; awareness of own needs, the requirements of the society and the teaching staff; setting promising goals for professional development; active identification of personal intellectual, emotional and volitional traits; comparison of own professional capacities and public inquiries for making efforts to achieve certain results; unconditional acceptance of continuous professional self-improvement and self-education as a professional need, and a certain level of self-determination.

This paper presents a structure of the professional identity of the practical psychologist, in sports which includes the following components: cognitive, emotional-value (regulatory), motivational, creative.

The author describes conditions that promote the development of professional identity.

A special course has been developed that aims to optimize the professional consciousness of practical psychologists, in sports to form complete professional self-determination and presents the structure of the lesson (stages, tasks of each stage). The thematic plan of the special course is presented, which focuses on the key aspects of the formation of professional identity of young professionals.

Diagnostic techniques for detecting the existing level of professional identity and orientation of a young specialist are given.

Key words: self-awareness, activity, professional identity, activation of professional identity, special courses, classes forming professional identity.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.37>

Моспан М.О.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний університет фізичного
виховання і спорту України

Вступ. Уміння практичного психолога – молодого спеціаліста оцінювати свою професійну діяльність з огляду на найвищі фахові критерії є важливою передумовою професійного розвитку. Відповідне оцінювання професійної діяльності зумовлює прагнення вдосконалювати її, розвивати необхідні особистісні риси тощо. А можливо це за сформованої професійної самосвідомості.

Рівень розвитку професійної самосвідомості є критерієм конкурентоспроможності

фахівця та його потенціалу для досягнення успіху. Професійна самосвідомість є однією з важливих умов ефективної реалізації завдань практичного психолога в спорті.

Розвиток професійної самосвідомості досліджували С. Васьковська, В. Зайчук, Є. Зеєр, Є. Клімов, О. Лозова, О. Маркова, Л. Мітіна, Г. Радчук, Л. Римар, Л. Терлецька, Т. Титаренко, Є. Турініна, Л. Турищева, П. Чамата й інші.

Самосвідомість, у тому числі й професійну, варто розглядати як єдність трьох компонен-

тів: самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе та саморегулювання [3].

Професійна самосвідомість **характеризує певний рівень самовизначення** молодого спеціаліста, як-от: усвідомлення власної соціальної позиції, інтересів, нахилів, здібностей, обдарувань, якості загальної та спеціальної підготовки, професійних намірів [4].

Професійна самосвідомість передбачає, зокрема, наявність таких **особистісних компонентів**:

- свідомий вибір професії;
- сформованість відповідних здібностей і навиків;
- усвідомлення власних потреб і вимог суспільства;
- постановка перспективних цілей професійного розвитку;
- активне виявлення особистих інтелектуальних, емоційних і вольових рис;
- зіставлення власних професійних можливостей і суспільних запитів задля докладання зусиль досягнути певних результатів;
- безумовне прийняття постійного фахового самовдосконалення й самовиховання як професійної потреби [3; 4; 6; 7].

Задля сталого розвитку професійної самосвідомості молодий спеціаліст має розуміти і приймати **актуальні вимоги до його професійної діяльності**, зокрема рівня сформованості відповідних здібностей та осо-

бистісних якостей. Водночас професійна самосвідомість формується під впливом навколишнього професійного середовища й професійної діяльності. Тож *отримання професійних знань і вмінь, долучення молодих спеціалістів до різних видів практичної діяльності, прийняття професійних цілей та ідеалів у професійній діяльності є основними умовами професійного розвитку психолога-початківця в спорті* [3; 4].

Однак якість підготовки у вищому навчальному закладі за фахом на початку професійної діяльності може негативно позначитися на професійній ідентичності молодого спеціаліста. Наприклад, можуть проявлятися:

- а) недостатній рівень сформованості когнітивного компонента;
- б) кризовий період когнітивного й емоційно-мотиваційного компонентів;
- в) недостатня сформованість професійно важливих рис;
- г) дезінтеграція показників професійної ідентичності, що свідчить про відсутність її цілісності на завершальному етапі навчання [7].

Тому сприяти формуванню професійної самосвідомості практичного психолога в спорті є одним із провідних завдань на початковому етапі його професіоналізації. При цьому варто враховувати, наскільки багатокomпонентним феноменом є професійна самосвідомість (див. таблицю 1).

Таблиця 1

Структура професійної самосвідомості практичного психолога в спорті

Компоненти	Ознаки
Когнітивний	– знання особливостей професійної психологічної діяльності й вимог, що висувають до професіонала, актуалізовані у ставленні до себе як суб'єкта професійної діяльності; – адекватна загальна та професійна самооцінка; – самооцінювання особистості: розуміння себе, своєї професійної поведінки, емоційне ставлення до самого себе. Професійна самосвідомість опирається тут на професійну самооцінку – ретроспективну, актуальну, потенційну, ідеальну; – позитивне оцінювання себе загалом, визначення своїх позитивних рис і перспектив, що сприяють формуванню позитивної Я-концепції
Емоційно-ціннісний (регулятивний)	– оцінювальне ставлення до професії; – особистісний сенс психологічної діяльності; – усвідомлення норм, правил, моделей своєї професії як еталонів, емоційне ставлення до себе як до професіонала; – усвідомлення своїх особистісних рис і рис інших людей, порівняння себе з певним абстрактним або конкретним колегою, урахування оцінювання себе як професіонала з боку колег; – задоволеність зробленим вибором
Мотиваційний	– професійна спрямованість; – пізнавальні мотиви, мотиви саморозвитку, самовизначення; – потреби самореалізації в цій професії; – визнання цілі – досягнення вершин у професійному зростанні
Творчий	– творча активність під час професійного становлення; – самовдосконалення; – захопленість; – цілеспрямованість; – самостійність; – самоорганізованість; – самоосвіта

Серед умов, що сприяють розвитку професійної самосвідомості, варто виділити такі:

а) спрямованість особистості на самовиховання й використання своїх індивідуально-психологічних характеристик у процесі виконання навчально-практичних завдань, сприйняття себе як суб'єкта діяльності;

б) використання колективних форм пізнавальної діяльності, групової апперцепції, рольових завдань, за допомогою яких активно засвоюються необхідні професійні стандарти;

в) організація оціночної діяльності – самооцінка та групова оцінка студентами професійно важливих рис [3].

Мірилом професійної самосвідомості практичних психологів у спорті має бути **професійний типаж-стереотип**, складений із персоніфікованого уявлення про професію чи з узагальненого образу типового професіонала. Цей типаж-стереотип розвивається пропорційно з набуттям нових знань і розвитком молодого спеціаліста. У процесі набуття досвіду професійна самосвідомість розширюється, тож критерії оцінювання своїх можливостей змінюються. Це відбувається завдяки новим якостям опанованої професії й зумовлює нові вимоги до себе як до професіонала [2].

Хоча професійна самосвідомість може формуватися стихійно, та все одно ліпше, коли впроваджують спеціальну навчальну діяльність задля її розвитку та становлення.

Мета статті – представити спецкурс «Оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті» як один із напрямів формування професійної самосвідомості молодих спеціалістів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Закінчивши вищий навчальний заклад, молодий спеціаліст має розв'язати низку життєво важливих завдань, що стосуються не лише професії, а й сім'ї, стилю життя, планів на майбутнє тощо. Тому в цей період, на початковому етапі професійної діяльності, так важливі становлення професійної самосвідомості та подальша професійна й особистісна самореалізація. Саме тому доречно організувати спеціальну діяльність з управління процесом формування професійної самосвідомості молодого спеціаліста, установа його професійної Я-концепції.

Мета спецкурсу – оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів у галузі спорту, формування в них цілісного професійного самовизначення.

Завданнями спецкурсу є такі:

- сформувані загальні уявлення про особливості професійної самосвідомості;
- оптимізувати професійну самосвідомість;
- сформувані стійкі внутрішні професійні мотиви;
- розвинути професійні інтереси;

- підвищити рівень професійної спрямованості;

- розвинути професійні здібності – спеціальні фахові, організаторські, комунікативні, творчі;

- підвищити рівень потреби у професійній самоосвіті й самовихованні;

- узагальнити й систематизувати отримані знання, сформувані цілісне уявлення про професійну самосвідомість.

Структура курсу. Для виявлення наявного рівня професійної самосвідомості та спрямованості молодих спеціалістів спецкурс бажано розпочинати з початкової діагностики. Отримана інформація допоможе в підборі завдань і вправ, у визначенні їх співвідношення, складності, послідовності, а також дасть змогу враховувати індивідуальні особливості кожного молодого спеціаліста, що одразу підвищить конструктивний інтерес слухачів до спецкурсу.

Визначити рівень професійної самосвідомості молодого спеціаліста можна за допомогою таких діагностичних методик:

- «Мотивація професійної діяльності» Кетелін Замфір у модифікації Артура Реана;

- «Карта інтересів» Олександра Голомштока;

- «Диференційно-діагностичний опитувальник» Євгена Клімова;

- «Бланк професійних інтересів Стронга-Кемпбелла»;

- опитувальник Джона Голланда;

- «КОЗ-2», розроблена Віталієм Синявським і Борисом Федоришиним;

- «Модель професійного ідеалу психолога» Володимира Сагарді.

Зустрічі зі слухачами курсу відбуваються 12 разів, кожна зустріч триває до трьох годин.

Метою першого заняття є формування в слухачів спецкурсу загальних уявлень про особистісно-професійне становлення фахівця з практичної психології в спорті, місце й роль його професійної самосвідомості в цьому процесі.

Як будь-який тренінг, заняття спецкурсу базуються на основних засадах активного соціально-психологічного навчання: «тут і тепер», щирість і відвертість, принцип «Я», активність, конфіденційність.

На формування всіх компонентів професійної самосвідомості відводиться 10 занять. **Завершальне заняття** спецкурсу присвячене підбиттю підсумків і визначенню основних шляхів подальшої роботи молодих спеціалістів з професійної самоосвіти й самовдосконалення.

Тематичний план спецкурсу варто вибудувати так, аби донести до слухачів такі **ключові аспекти:**

- професійне самооцінювання й оцінювання колег;

- система взаємин і ставлень до себе й інших професіоналів, до професії загалом;
 - ціннісно-сміслова та мотиваційна спрямованість у професії – професійні цінності, ціннісні й смисложиттєві орієнтації, цілі в житті;
 - професійна рефлексія – розуміння себе як професіонала, професійні потреби й мотиви в пізнанні, уявлення про природу й людину, синергія, креативність;
 - емоційні переживання в професії – сила власного Я, самовпевненість, чутливість до себе, спонтанність, самоінтерес, задоволеність, емоційна насиченість життя, активність Я;
 - вольові прояви в діяльності – витримка, самовладання, відповідальність, самоконтроль;
 - професійна поведінка й соціальна активність – типи поведінки, поведінкова гнучкість, комунікативні й організаторські схильності, контактність;
 - професійна рефлексія – компетентність, образ Я-професіонала, професійна зрілість.
- Кожне заняття має структуру, наведену в таблиці 2.
- Орієнтовний тематичний план спецкурсу «Оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті»:*
- Самосвідомість практичного психолога в спорті в контексті його професійного становлення й удосконалення.
 - Професійна свідомість практичного психолога в спорті та його місце в структурі особистості. Структура професійної самосвідомості.
 - Психологічні чинники, умови й механізми розвитку професійної самосвідомості практичного психолога в спорті.
 - Поєднання та взаємовплив професійних та особистісних якостей.
 - Професійний розвиток і професійна самосвідомість у психологічній діяльності.
 - Суб'єктна активність як чинник професійного розвитку. Регулятивний компонент

у структурі професійної самосвідомості практичного психолога в спорті.

- Формування професійно-комунікативної компетентності.
- Самооцінка в професійній діяльності.
- Професійна спрямованість особистості й професійне самовизначення.
- Ідентичність як психологічний феномен. Професійна ідентичність у психологічній діяльності.

Наприкінці спецкурсу бажано зробити контрольний зріз. У результаті проведеної нами підсумкової діагностики виявлено збільшення числа ознак професійної діяльності, що відображаються у свідомості молодого слухача, подолання стереотипів про професію й образ професіонала; більш цілісного уявлення себе в професійній діяльності.

Висновки. Самосвідомість молодого спеціаліста формується на основі розширення знань про необхідні йому якості як майбутнього психолога-професіонала в спорті. Цьому сприяє ознайомлення молодих спеціалістів – практичних психологів у галузі спорту із закономірностями формування особистості, розвитку вміння аналізувати свою діяльність, уміння дати собі характеристику (свої сильні або слабкі сторони).

Використання активних форм навчання для цілеспрямованого сприяння становленню професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті є продуктивним, сприяє самопізнанню (дає змогу молодому спеціалістові оцінити свої здібності, особистісні риси) та саморозвитку в галузі обраного ними професійного роду діяльності.

Перспективним напрямом дослідження вважаємо питання проектування, організації, апробації та поступового впровадження навчальних заходів з формування професійної самосвідомості в структурі професійної підготовки майбутніх психологів.

Таблиця 2

Структура заняття

Етап заняття	Завдання
Формування працездатності групи	створення атмосфери, за якої панує емоційна свобода, відвертість, прагнення до ефективної співпраці, взаємної довіри, щирості, готовності до саморозкриття, самоаналізу й самовдосконалення
Теоретичний етап	подання тематичної інформації у формі міні-лекторію
Обмін досвідом	обговорення результатів виконання домашнього завдання, обмін почуттями, враженнями; підвищення рівня довіри й відвертості між учасниками спецкурсу; отримання зворотного зв'язку задля вчасної корекції помилок, яких припустилися учасники спецкурсу
Змістовий етап	виконання вправ, спрямованих на досягнення основної мети заняття
Підбиття підсумків заняття	обмін досвідом, переживаннями, враженнями задля отримання інформації про суб'єктивне сприймання учасниками спецкурсу заняття
Домашнє завдання	самостійна робота учасників спецкурсу в уявних чи реальних ситуаціях; закріплення набутих навичок, використання досвіду, отриманого на занятті

ЛІТЕРАТУРА:

1. Діяльнісна самореалізація особистості в освітньому просторі: монографія / колектив авторів : В.В. Бучма, О.В. Гурова, Л.В. Дзюбка та ін.; за ред. С.Д. Максименка. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 262 с.
2. Калюжна І.П. Тренінг професійного самовизначення: навчально-методичний посібник / під наук.ред. В.Р. Міляєвої. Київ : Альфа Реклама, 2019. 80 с.
3. Мартинюк І.А. Розвиток професійно важливих якостей у майбутніх психологів для роботи в школі : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.08 / Інститут психології імені Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2004. 16 с.
4. Римар Л.В. Формування професійної самосвідомості майбутніх учителів у процесі вивчення педагогічних дисциплін : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Вінниця, 1999. 214 с.
5. Семиченко В.А. Психологічна структура педагогічної діяльності Київ : Вид.-во поліграф. центр «Київськ. університет», 2001. 230 с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
7. Турніна О.Л. Психологічні особливості професійного самовизначення учнів профільних підкласів: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 1998. 218 с.