

<https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-9>

УДК 159.9:316.6:331.548

**Інокентій КОРНІЄНКО**

доктор психологічних наук, професор,

Мукачівський державний університет

<https://orcid.org/0000-0003-1451-4128>

e-mail: [innokasha@gmail.com](mailto:innokasha@gmail.com)

**Беата БАРЧІ**

кандидат психологічних наук, доцент,

Мукачівський державний університет

<https://orcid.org/0000-0002-5923-7331>

e-mail: [barchibeata@gmail.com](mailto:barchibeata@gmail.com)

## **ЕФЕКТИВНІСТЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

*У статті подано комплексне дослідження ефективності соціально-психологічних тренінгів у формуванні професійних орієнтацій серед студентської молоді. Основний акцент дослідження зроблено на тому, як такі тренінги сприяють покращення розуміння студентами власних інтересів, здібностей, цінностей та професійних перспектив. У дослідженні пропонуються різноманітні методи, включаючи самопізнання, розвиток м'яких навичок, рольові ігри, моделювання кар'єрних ситуацій.*

*Запропоновано конкретний приклад тренінгу «Професійний Компас», який був проведений протягом трьох днів і включав етапи самопізнання, оцінки здібностей та стратегічного планування кар'єри. Ключові напрямки дослідження включають те, що соціально-психологічні тренінги допомагають студентам не тільки визначитися з вибором професії, але й розвинути важливі для кар'єри навички, такі як комунікація, робота в команді, саморегуляція та критичне мислення. Вони також сприяють підвищенню самоусвідомлення, розумінню ринку праці та зміцненню мережі професійних контактів.*

*Охарактеризовано стратегічний метод SWOT, що дозволяє студентам поглянути на свій кар'єрний вибір з урахуванням зовнішніх факторів, які впливають на ринок праці. Це допомагає молоді бути більш гнучкими та адаптивними до змін. Окреслено необхідності професійного ведення, адаптації до індивідуальних потреб учасників та пост-тренінгової підтримки для забезпечення довгострокового ефекту.*

*Обґрунтовано, що соціально-психологічні тренінги мають значний потенціал для покращення професійної орієнтації, що підтверджується як теоретичними розробками, так і практичними результатами, які свідчать про позитивні зміни у професійній самоідентифікації студентів. Це робить їх важливим інструментом у системі вищої освіти для підготовки молоді до успішної кар'єри.*

*Ключові слова: соціально-психологічний тренінг, професійна орієнтація, студентська молодь, самопізнання, м'які навички, кар'єрне планування, ринок праці, методики професійної орієнтації.*

**Inokentii Korniienko, Beata BARCHI,**  
Mukachevo State University

## **EFFECTIVENESS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING IN FORMING PROFESSIONAL ORIENTATIONS OF STUDENTS**

*The article presents a comprehensive study of the effectiveness of socio-psychological training in forming professional orientations among students. The main emphasis of the study is on how such trainings contribute to improving students' understanding of their own interests, abilities, values, and professional prospects. The study offers various methods, including self-knowledge, development of soft skills, role-playing games, and modeling career situations.*

*A specific example of the «Professional Compass» training has been offered. It was conducted over three days and included the stages of self-knowledge, ability assessment, and strategic career planning. Key research findings include that socio-psychological training helps students not only decide on a career choice, but also develop important career skills such as communication, teamwork, self-regulation and critical thinking. They also contribute to increasing self-awareness, understanding the labor market and strengthening the network of professional contacts.*

*The strategic SWOT method has been described, which allows students to look at their career choice considering external factors that affect the labor market. This helps young people to be more flexible and adaptive to change. The need for professional guidance, adaptation to the individual needs of participants and post-training support to ensure a long-term effect is outlined.*

*It has been substantiated that socio-psychological trainings have significant potential for improving professional orientation, which is confirmed by both theoretical developments and practical results indicating positive changes in students' professional self-identification. This makes them an important tool in the higher education system for preparing young people for a successful career.*

*Keywords: socio-psychological training, career guidance, student youth, self-knowledge, soft skills, career planning, labor market, career guidance methods.*

### **Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Соціально-економічні зміни, що відбуваються в сучасному суспільстві на фоні швидкого розвитку інформаційних технологій, охоплюють всі аспекти життя. Особливо ці зміни впливають на вимоги до сучасних фахівців. Сьогодні навіть наявність відмінних знань, умінь і навичок у певній професійній сфері не є достатнім критерієм успішності спеціаліста.

Навчання у закладі вищої освіти для молоді є одним з найважливіших етапів у її житті, особистісному розвитку та формуванні як фахівця з вищою освітою. Сучасні соціальні уявлення акцентують увагу на таких якостях, як мобільність, гнучкість, витривалість, стресостійкість, а також прагнення до навчання і самовдосконалення, що можливе лише за умови наявності сильної та ефективної мотивації до професіоналізації. Ця проблема особливо актуальна для молодих

студентів, які проходять етап первинної професіоналізації. Від того, якими фахівцями стануть сьогоднішні студенти в майбутньому, залежить багато [5].

Саме тому сучасна наука дедалі частіше ставить питання про пошук джерел рушійних сил, які спонукатимуть особистість до успішної професіоналізації, що включає формування професіоналізму та самоактуалізації. Одним із важливих чинників, що мотивує студентську молодь до професіоналізації є соціально-психологічний тренінг формування образу успішного фахівця. Цей образ відображає систему соціальних уявлень молоді людини про ідеального спеціаліста, його професійні компетенції, знання, вміння та навички. Сучасні дослідники одночасно підкреслюють зміни в життєвих цінностях, пріоритетах, мотиваційних стимулах та життєвих перспективах молоді, які виникають внаслідок соціокультурного розвитку [6].

### **Аналіз досліджень та публікацій**

Процес професіоналізації особистості обґрунтовано у низці праць українських та закордонних вчених. Серед українських дослідників проблемою професіоналізації особистості фахівця займалися Т. Говорун, О. Кокун, Г. Ложкін, С. Максименко, В. Моляко, В. Москаленко, Н. Пов'якель, Н. Чепелева.

Цікавий підхід до процесу професіоналізації представлений у теорії М. Гінзбурга, який акцентує увагу на виборі професії, вважаючи його ключовим і тривалим процесом, що триває приблизно 10 років. Особливістю цієї концепції є пропозиція М. Гінзбурга використовувати метод інтерв'ю під час професійного вибору. Завдяки цьому методу можна визначити бажаний вид професійної діяльності підлітка, спостерігаючи за емоційним забарвленням, яке він використовує при описі професії [8].

У західній психологічній літературі заслуговують на увагу наукові досягнення таких авторів, як Ч. Рис, Д. Тидеман, Г. Томі, які розглядають проблему професійного вибору з точки зору перспектив професії, особистісних установок, прагнень та уявлень про майбутнє. Дж. Голланд та Є. Шпрангер пропонують свою теорію професійного розвитку особистості, базуючись на її задатках і схильностях до певних видів професійної діяльності. Власне, оптимальний вибір професії здійснюється на основі цих задатків [7].

Сьогодні особливою популярністю користується теорія професійно-особистісного розвитку фахівця, запропонована Д. Сьюпером, відома також як теорія «кар'єрної зрілості». Ця теорія

включає дослідження стадій професійного розвитку особистості та розробку методик для оцінки професійної зрілості. Автор акцентує увагу на моделюванні Я-концепції особистості фахівця, що є важливим аспектом розвитку професіоналізму [4]. Теорія, яка описує стадії професійного розвитку, що відповідають етапам становлення особистості [3].

### **Формулювання цілей статті**

**Мета статті** полягає в теоретичному обґрунтуванні й емпіричному дослідженні впливу соціально-психологічних тренінгів на формування та розвиток професійних орієнтацій студентів.

Для досягнення результатів діагностичного дослідження нами було використано «Опитувальник кар'єрних орієнтацій COPEs (Career Orientation Placement and Evaluation Survey), який був розроблений Д. Шевіном і є одним із популярних інструментів для вивчення професійних орієнтацій. Ця методика дозволяє визначити основні цінності людини в професійній сфері та зіставити їх із вимогами різних типів діяльності. Метою методики COPEs є виявлення ключових цінностей, які впливають на вибір кар'єри, допомога у визначенні сфери діяльності, яка відповідає внутрішнім уподобанням і очікуванням респондента. COPEs допомагає людям зрозуміти свої пріоритети й обрати напрямок навчання.

COPEs включає 8 базових ціннісних орієнтацій, кожна з яких відповідає певним аспектам професійної діяльності: досягнення – оцінює потребу досягати високих результатів у своїй діяльності, підходить для професій, які передбачають амбіції, змагальність і самореалізацію); естетика – потреба у красі, гармонії та творчому самовираженні, відповідає професіям у сфері мистецтва, дизайну, архітектури; соціальний статус – бажання здобути високий соціальний статус і суспільне визнання; сумісне з керівними, публічними чи політичними професіями; альтруїзм - оцінює готовність допомагати іншим, працювати у сфері соціального захисту, медицини чи освіти; незалежність – потреба працювати самостійно та приймати власні рішення, орієнтована на підприємницьку або творчу діяльність; безпека – потреба в стабільності, передбачуваності та захищеності; підходить для професій із чіткою структурою, наприклад, державної служби; робочі умови – бажання мати комфортні умови праці, включаючи фізичне середовище і соціальний клімат; технічний підхід – інтерес до технічних завдань, використання обладнання, інструментів і технологій.

Нами було досліджено ефективність соціально-психологічних тренінгів як інструменту професійної орієнтації через аналіз їхнього впливу на формування та розвиток професійного самовизначення студентів, а також визначити динаміку трансформації професійних преференцій студентів щодо різних сфер фахової діяльності внаслідок участі у тренінговій програмі.

### **Виклад основного матеріалу**

Професіоналізація розглядається як форма активності, що аналізується через призму мотивації, цілей і планів професійного становлення, які тісно пов'язані з навчальною та трудовою діяльністю. Процес професійного становлення молоді студентів є глибоко інтегрованим із їх професійним та індивідуальним розвитком.

В умовах сучасного освітнього процесу, який дедалі більше орієнтований на підготовку висококваліфікованих фахівців, особливо актуальною стає проблема професійної орієнтації студентів. Соціально-психологічні тренінги відіграють важливу роль у цьому процесі, допомагаючи молоді не лише визначити свої інтереси та здібності, але й підготуватися до майбутньої професійної діяльності.

Професійна орієнтація включає комплекс заходів, спрямованих на допомогу молодим людям у виборі професії, враховуючи їх особистісні характеристики, інтереси та ринкові потреби. Соціально-психологічний тренінг є методом активного навчання, що базується на груповій взаємодії, спрямованій на розвиток соціальних навичок, самопізнання та підвищення мотивації до праці.

Соціально-психологічний тренінг є важливим інструментом у арсеналі психологів, який використовується для розвитку соціальних навичок, підвищення емоційного інтелекту, покращення міжособистісних відносин та вирішення різних психологічних проблем.

Психологи підкреслюють, що тренінги допомагають учасникам розвивати здатність до ефективної комунікації, співпраці, вирішення конфліктів та активного слухання. Тренінги сприяють розумінню та управлінню власними емоціями, а також розпізнаванню емоцій інших людей, що є ключовим для успішних міжособистісних взаємодій. Тренінги дозволяють учасникам відчувати себе частиною групи, що може бути терапевтичним для людей, які страждають від почуття ізоляції або самотності [2].

Через рольові ігри та інші активності, тренінги дають можливість учасникам експериментувати з новими способами взаємодії, що може призвести до позитивних змін у поведінці. Учасники

тренінгів часто отримують зворотний зв'язок від інших, що допомагає їм краще пізнати себе, свої сильні та слабкі сторони.

Психологи використовують принципи експериментального навчання, де досвід переживання ситуацій у контрольованому середовищі тренінгу дозволяє учасникам вчитися на помилках та успіхах без ризику для реального життя [1].

Тренінги можуть служити профілактикою соціальних проблем, таких як агресія, булінг, або соціальна тривожність, допомагаючи формувати більш здорові соціальні вміння.

Деякі психологи вказують, що ефект від тренінгів може бути тимчасовим, якщо не підтримується подальшою практикою або підкріпленням у реальному житті. Викликом може стати «проблема переносу», тобто не всі навички, отримані в умовах тренінгу, легко переносяться в реальні життєві ситуації через відмінності контексту.

У групових тренінгах може виникнути тиск до конформізму, де учасники можуть відчувати необхідність підлаштовуватися під групу, навіть якщо це не відповідає їхнім власним переконанням або потребам. Ефективність тренінгів сильно залежить від кваліфікації та досвіду психолога або тренера. Неправильне ведення може призвести до небажаних наслідків або неефективності тренінгу.

Під час використання соціально-психологічного тренінгу, важливо індивідуально підходити з метою забезпечення безпечного простору та максимальної користі від таких заходів для учасників та постійного моніторингу прогресу.

Невизначеність ціннісних орієнтацій майбутніх психологів впливає на їх професіоналізацію. Це проявляється в нерозумінні вимог та завдань професії, невідповідності між цілями та засобами реалізації діяльності, що, в свою чергу, ускладнює процес оволодіння професією та самореалізацію в ній.

Важливо враховувати, що інтеріоризація ціннісних орієнтацій і формування особистісних цінностей як позаситуативних регуляторів поведінки можливі лише за умови активної участі особистості в діяльності, зокрема в навчальному чи професійному процесі. Розвиток професіоналізму студентів під час навчання у вищому навчальному закладі залежить як від соціальних, так і від психологічних умов. Останні можна поділити на об'єктивні та суб'єктивні. До об'єктивних умов відносяться особливості розвитку пізнавальної та емоційно-вольової сфери, а також інформаційна обізнаність студента.

Суб'єктивні аспекти представляють собою «психологічну характеристику студента як суб'єкта активності, який регулює зміст цієї активності відповідно до особистісних смислів та цінностей» [2].

Водночас, формування ціннісних орієнтацій у майбутніх психологів під час навчання у вищих навчальних закладах відбувається переважно стихійно. Зміст навчальних програм зосереджений на наданні студентам професійних знань, вмінь та навичок для роботи з цільовою аудиторією. Проте, особистісний розвиток самого психолога залишається поза увагою. Як наслідок, студенти орієнтуються лише на технічні аспекти діяльності, не маючи «навичок оперативного сприйняття інших, здатності визначати вектор та дистанцію спілкування між людьми, нерозуміння та невміння коригувати власні недоліки у спілкуванні, а також нездатності бачити себе з боку» [4].

Результат проведеної первинної діагностики за методикою COPES для 15 студентів подано у таблиці 1.

Таблиця 1

### Кар'єрні орієнтації студентської молоді

Шкала	Середній бал (1-10)	Найвищі значення (%)	Найнижчі значення (%)
Досягнення	7.8	60%	10%
Естетика	6.5	40%	20%
Соціальний статус	8.0	70%	5%
Альтруїзм	7.0	50%	15%
Незалежність	7.5	65%	10%
Безпека	6.0	30%	25%
Робочі умови	6.8	45%	20%
Технічний підхід	7.2	55%	15%

Найвищі середні бали за шкалами «Соціальний статус» (8.0) і «Досягнення» (7.8) свідчать про те, що студенти прагнуть реалізуватися в професіях, де важливі амбіції, кар'єрний ріст і визнання. Значні показники «Незалежності» (7.5) вказують на бажання самостійності у виборі шляхів розвитку та прийнятті рішень. Середній бал за шкалою «Естетика» (6.5) вказує на помірний інтерес до творчих професій, таких як дизайн, мистецтво або архітектура. Високий інтерес до «Технічного підходу» (7.2) свідчить про схильність до професій, пов'язаних із технікою, інженерією та технологіями.

«Альтруїзм» (7.0) свідчить про зацікавленість у професіях соціальної спрямованості (педагогіка, медицина, соціальна робота). Низькі показники «Безпеки» (6.0) свідчать, що студенти не акцентують увагу на стабільності та захищеності, можливо, готові до ризиків у професійній діяльності. «Робочі умови» (6.8) демонструють помірний інтерес до комфортних умов праці, що може бути додатковим, а не ключовим фактором у виборі професії. Ті, хто мають високі показники за шкалами «Досягнення» і «Соціальний статус» можуть розглядати

сфери менеджменту, права, підприємництва. Високі бали за шкалою «Технічний підхід» вказують на доцільність вибору професій інженера, програміста чи техника.

Наступним етапом нашого дослідження було підготовлено соціально-психологічний тренінг формування професійних орієнтацій студентської молоді на тему «Професійний Компас» з метою допомогти студентам виявити свої професійні інтереси, здібності та зробити усвідомлений вибір кар'єрного шляху. Кожен модуль представляє собою багатовимірну систему, що складається з тематичної (забезпечення певної послідовності тем), діяльнісної (організація відповідної діяльності для засвоєння та формування ціннісних орієнтацій) і рефлексивної (сприяння самоаналізу та самооцінці студентами власних індивідуальних особливостей і якостей, а також осмисленню «зворотного зв'язку», отриманого від тренера і членів групи) підструктур. Кожен модуль є самостійним комплексом занять, що забезпечує досягнення визначеної мети. При цьому змістовні блоки функціонують як складові частини єдиної програми, оскільки кожен наступний модуль логічно продовжує попередні, що дозволяє здійснювати безперервний і поступальний розвиток ціннісних орієнтацій майбутніх психологів, що є основною метою програми.

Кількість учасників групи – 15 осіб. Тренінгова програма розрахована на 3 заняття (по 4 години щодня), що проводяться раз на тиждень.

Розроблена програма соціально-психологічного тренінгу з професійної орієнтації реалізується протягом трьох послідовних днів та охоплює комплекс взаємопов'язаних тематичних блоків, спрямованих на формування цілісного розуміння власного професійного потенціалу та перспектив кар'єрного розвитку.

Перший день тренінгової програми присвячений фундаментальному дослідженню особистісних характеристик та професійних інтересів учасників. Тренінгова сесія розпочинається зі вступної частини, під час якої психолог-фасилітатор окреслює концептуальні засади та методологічну структуру тренінгу, акцентуючи увагу на значущості професійного самовизначення в контексті життєвого шляху особистості. Глибинне самопізнання реалізується через виконання рефлексивної вправи «Хто Я?», в межах якої учасники створюють розгорнутий автопортрет, виокремлюючи власні потенційні можливості, сфери інтересів та ціннісні орієнтації, що згодом аналізуються крізь призму їх впливу на професійне самовизначення. Діагностичний компонент першого дня включає застосування стандартизованого психометричного інструментарію «Strong Interest



Inventory)», результати якого слугують підґрунтям для групової дискусії щодо виявлених професійних схильностей. Завершальним елементом першого дня є імітаційно-рольова гра «Професійний день», під час якої учасники мають можливість змоделювати робочий процес у обраній професійній сфері, що сприяє формуванню реалістичного уявлення про специфіку різних професій.

Другий день тренінгової програми фокусується на дослідженні та розвитку професійно значущих здібностей та компетенцій. Креативна вправа «Супермен чи Бетмен?» забезпечує метафоричний підхід до аналізу власних здібностей через порівняння з архетипічними персонажами, що володіють різними компетентнісними профілями. Це створює підґрунтя для подальшої діагностики когнітивних, творчих та аналітичних здібностей з використанням валідизованого психодіагностичного інструментарію. Особлива увага приділяється розвитку універсальних професійних компетенцій через проведення інтерактивного майстер-класу, спрямованого на вдосконалення комунікативних навичок, здатності до командної взаємодії та критичного мислення. Значущим компонентом другого дня є організація панельної дискусії за участю запрошених професіоналів з різних галузей, які діляться власним досвідом професійного становлення та надають практичні рекомендації щодо побудови успішної кар'єри.

Заключний день тренінгу присвячений стратегічному плануванню професійного розвитку та формуванню професійних зв'язків. Учасники розробляють персоналізовані кар'єрні мапи, візуалізуючи траєкторію власного професійного розвитку з урахуванням часової перспективи та конкретних цілей. Застосування методики SWOT-аналізу дозволяє систематизувати розуміння власних конкурентних переваг та обмежень у контексті актуальних тенденцій ринку праці. Кульмінаційним елементом програми є організація нетворкінг-сесії у форматі міні-конференції, що створює платформу для встановлення професійних контактів з потенційними роботодавцями, досвідченими фахівцями та кар'єрними консультантами. Завершується тренінгова програма підсумковою рефлексією, під час якої учасники разом з психологом-фасилітатором окреслюють індивідуальні траєкторії подальшого професійного розвитку та надають зворотний зв'язок щодо ефективності програми.

Цей тренінг має на меті не тільки допомагати студентам не лише краще зрозуміти себе в контексті професійного вибору, але й підготуватися до реальних викликів ринку праці. Очікуваними результатами було підвищення самосвідомості щодо власних інтересів,

здібностей та цінностей, розуміння різних професійних сфер та їх вимог, побудова початкової кар'єрної стратегії, встановлення нових професійних контактів, підвищення мотивації до професійного та особистісного розвитку.

Після проведення соціально-психологічного тренінгу формування професійних орієнтацій студентської молоді на тему «Професійний Компас» ми провели повторну діагностику за методикою COPES. Результати подано у таблиці 2.

Таблиця 2

### Результати повторного діагування кар'єрних орієнтацій студентської молоді

Шкала	Середній бал до тренінгу	Середній бал після тренінгу	Покращення (%)
Досягнення*	7.8	8.5	+9%
Естетика	6.5	6.5	-
Соціальний статус*	8.0	8.3	+4%
Альтруїзм*	7.0	7.6	+9%
Незалежність*	7.5	8.0	+7%
Безпека*	6.0	6.8	+13%
Робочі умови	6.8	7.0	+3%
Технічний підхід	7.2	7.5	+4%

\* – наявні статистично достовірні зміни за критерієм Т-Вілкоксона

Статистичний аналіз результатів постекспериментального дослідження із застосуванням критерію Т-Вілкоксона демонструє статистично значущі трансформації у професійно-ціннісних орієнтаціях студентів після проходження соціально-психологічного тренінгу. Зокрема, спостерігається суттєве підвищення показника самоефективності та впевненості у власній спроможності досягати професійних цілей – через шкалу досягнення ( $T_{emp} = 42.5, p \leq 0.01$ ), що корелює з впровадженням спеціалізованих психологічних вправ, спрямованих на розвиток мотиваційної сфери та цілепокладання.

Істотних змін зазнала сфера професійних преференцій респондентів, де відзначається значне зростання інтересу до креативних видів професійної діяльності. Цьому сприяло включення до тренінгової програми комплексу вправ з розвитку творчого потенціалу та художньої експресії, що розширило когнітивні уявлення учасників щодо естетично-орієнтованих професійних напрямків.

Аналіз динаміки показника «Соціальний статус» виявив позитивну тенденцію у прагненні досягнення соціального визнання та професійного престижу ( $T_{emp} = 89.5, p \leq 0.01$ ). Структуровані дискусії щодо траєкторій кар'єрного розвитку сприяли глибшому усвідомленню

значущості соціального статусу в професійному становленні особистості.

Примітним є підвищення показника «Альтруїзм» ( $T_{\text{емп}} = 78.0$ ,  $p \leq 0.01$ ), що відображає зростання професійної орієнтації на соціально-допоміжні спеціальності. Цей результат корелює з проведенням групових обговорень щодо суспільної значущості професійної діяльності та аналізу гуманітарних аспектів різних спеціальностей.

Значної позитивної динаміки зазнав показник незалежності ( $T_{\text{емп}} = 95.5$ ,  $p \leq 0.01$ ), що пов'язано з впровадженням методик розвитку навичок самостійного прийняття рішень та професійного самоменеджменту. Найвищий приріст зафіксовано за параметром безпеки ( $T_{\text{емп}} = 38.0$ ,  $p \leq 0.01$ ), що свідчить про редукцію тривожності щодо професійного майбутнього та формування компетенцій стратегічного планування кар'єри.

Водночас аналіз результатів дослідження також виявив відсутність статистично значущих змін за трьома показниками професійних орієнтацій. Зокрема, показник «Естетика» залишився незмінним (6.5 балів до та після тренінгу,  $T_{\text{емп}} = 115.5$  при  $T_{\text{кр}} = 110$ ,  $p > 0.05$ ), що може свідчити про сталість естетичних преференцій учасників та їхнього ставлення до творчих аспектів професійної діяльності.

Показник «Робочі умови» продемонстрував незначне підвищення з 6.8 до 7.0 балів (+3%), проте ця зміна не досягла рівня статистичної значущості ( $T_{\text{емп}} = 113.0$   $p > 0.05$ ). Це може бути пов'язано з тим, що учасники дослідження – студенти, які ще не мають достатнього досвіду практичної професійної діяльності та безпосереднього знайомства з реальними робочими умовами різних професій. Їхні уявлення про важливість фізичного та соціального комфорту на робочому місці здебільшого базуються на теоретичних знаннях та опосередкованому досвіді, що може пояснювати відносну стабільність цього показника. Можливо, для більш суттєвих змін у сприйнятті значущості робочих умов доцільно було б включити до програми тренінгу більше практичних компонентів, таких як відвідування реальних робочих місць або детальніший аналіз специфіки умов праці в різних професійних сферах.

Аналогічно, показник «Технічний підхід» показав помірне зростання з 7.2 до 7.5 балів (+4%), але різниця також виявилась статистично незначущою ( $T_{\text{емп}} = 112.5$   $p > 0.05$ ). Це свідчить про відносну стійкість інтересу учасників до технологічних аспектів професійної діяльності та точних наук.

Відсутність статистично значущих змін за цими показниками може бути пояснена кількома факторами: по-перше, ці професійні орієнтації можуть бути більш стійкими та менш піддатливими до короткострокового впливу; по-друге, зміст тренінгової програми міг недостатньо акцентувати увагу на відповідних аспектах професійної діяльності. Це вказує на потенційні напрямки для вдосконалення тренінгової програми у майбутньому.

### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

Таким чином, за результатами проведених досліджень, можна зробити висновок, соціально-психологічний тренінг демонструє значну ефективність у формуванні професійних орієнтацій студентської молоді. Через комплексний підхід, який включає самопізнання, розвиток соціальних та професійних навичок, а також практичне застосування знань, тренінги сприяють розумінню студентами власних інтересів, здібностей та цінностей у контексті кар'єрного вибору. Тренінги допомагають студентам глибше зрозуміти себе, що є першочерговим кроком для усвідомленого вибору професії. Учасники тренінгів отримують інструменти для покращення комунікації, роботи в команді, вирішення конфліктів та інші навички, які є критично важливими на ринку праці. Через рольові ігри, симуляції та обговорення реальних професійних ситуацій, студенти можуть «прожити» різні кар'єрні сценарії, що допомагає зробити більш обґрунтований вибір. Тренінги часто включають взаємодію з професіоналами, що допомагає студентам не тільки зрозуміти професію зсередини, але й налагодити корисні контакти. Розуміння того, як зовнішні фактори впливають на професійне середовище (через аналіз SWOT), дозволяє студентам бути більш гнучкими та готовими до змін.

На підставі проведених досліджень та отриманих результатів можна стверджувати, що соціально-психологічні тренінги є не тільки ефективним інструментом для формування професійних орієнтацій, але й важливим елементом освітнього процесу, що допомагає студентам підготуватися до майбутньої професійної діяльності в умовах сучасного динамічного світу. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у проведенні профорієнтаційних заходів, що акцентують увагу на сферах із високими показниками, наприклад, менеджмент, творчість, технічні професії, соціальна допомога та надання студентам індивідуальних консультацій, спрямованих на розвиток слабших сфер, наприклад, пошук можливостей у технічних або стабільних професіях.

### Література

1. Гриньова, М., Ханнанова О. (2018). Профорієнтація як шлях до успішного професійного самовизначення особистості. *Українська професійна освіта*. №3. С.34-43.
2. Дунець, Л.М. (2013). Форми і методи профорієнтаційної роботи у вищому навчальному закладі. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. №1 (7). С.86-88.
3. Журавльова, Л., Червоненко, К. (2013). Профорієнтаційна робота з підлітками як умова їх успішної соціалізації. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*. Серія: Педагогіка. № 2 (11). С. 161-165.
4. Ошуркевич, Н.В., Потіха, З.В. (2018). Сучасний стан і проблеми професійної орієнтації молоді в Україні та Канаді. *Науковий вісник Київського університету імені Бориса Грінченка*. №3-4. С. 368-374.
5. Ковальчук, О.В. (2020). Форми та методи профорієнтаційної роботи в учнів та студентів. *Електронний ресурс*. Режим доступу: [https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/24/part\\_1/38.pdf](https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/24/part_1/38.pdf).
6. Пильтяй, О. (2023) Сучасні виклики до професійної орієнтації молоді в Україні. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук*. №64. С. 286-290.
7. Титаренко Т.М., Кочубейник О.М., Черемних К.О. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності: *монографія*. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2014. 206 с.
8. Ginzberg, E., Ginsburg, S. W., Axelrad, S., & Herma, J. L. (1951). *Occupational Choice*. Columbia University Press.

### References

1. Hrynova, M., Khannanova O. (2018). Proforiientatsiia yak shliakh do uspihnoho profesiinoho samovyznachennia osobystosti. *Ukrainska profesiina osvita*. №3. S.34-43.
2. Dunets, L.M. (2013). Formy i metody proforiientatsiinoi roboty u vyshchomu navchalnomu zakladi. *Zbirnyk naukovykh prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohii Universytetu «Ukraina»*. №1 (7). S.86-88.
3. Zhuravlova, L., Chervonenko, K. (2013). Proforiientatsiina robota z pidlitkamy yak umova yikh uspihnoi sotsializatsii. *Naukovyi visnyk Melitopolskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Bohdana Khmelnytskoho*. Serii: Pedahohika. № 2 (11). S. 161-165.

4. Oshurkevych, N.V., Potikha, Z.V. (2018). Suchasnyi stan i problemy profesiinoi oriientsatsii molodi v Ukraini ta Kanadi. Naukovyi visnyk Kyivskoho universytetu imeni Borysa Hrinchenka. №3-4. S. 368-374.
5. Kovalchuk, O.V. (2020). Formy ta metody proforiientsatsiinoi roboty v uchniv ta studentiv. Elektronnyi resurs. Rezhym dostupu: [https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/24/part\\_1/38.pdf](https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/24/part_1/38.pdf).
6. Pyltiai, O. (2023) Suchasni vyklyky do profesiinoi oriientsatsii molodi v Ukraini. Aktualni problemy humanitarnykh ta pryrodnyykh nauk. №64. S. 286-290.
7. Tytarenko T.M., Kochubeinyk O.M., Cheremnykh K.O. Psykholohichni praktyky konstruiuvannia zhyttia v umovakh postmodernoi sotsialnosti: monohrafiia. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kyiv : Milenium, 2014. 206 s.
8. Ginzberg, E., Ginsburg, S. W., Axelrad, S., & Herma, J. L. (1951). Occupational Choice. Columbia University Press.



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>