

## ГОТОВНІСТЬ ДО ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СПОРТСМЕНІВ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ СПОРТИВНОЇ КАР'ЄРИ

*У статті проаналізовано педагогічні та психологічні дослідження проблем професійного самовизначення людини та вибору нею професії. Визначено, що готовність до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри – це особистісне утворення, складові якого підлягають цілеспрямованому розвитку й забезпечують як прийняття обґрунтованого рішення щодо вибору професії, так і планування й реалізацію свого професійного розвитку.*

**Ключові слова:** професійне самовизначення, готовність, готовність до професійного самовизначення спортсмена після закінчення спортивної кар'єри.

Процес професійного самовизначення є важливою проблемою в житті кожної людини, що пов'язана із розумінням власних спрямувань, цінностей, здібностей, із можливістю займатися значущою для себе діяльністю, реалізацією важливих для людини цілей, задоволенням від власних досягнень.

Проблемам професійного самовизначення присвячена значна кількість психологічних і педагогічних досліджень (К.О. Абульханова-Славська, О.І. Вітківська, Є.І. Головаха, Е.Ф. Зеєр, О.В. Капустіна, В.Є. Кравецький, Є.О. Климов, І.С. Кон, Г.С. Костюк, М.І. Піддячий, М.С. Пряжников, П.А. Завір, М.Л. Шабдінов). Найчастіше, особливо у віковій психології та педагогіці, професійне самовизначення розглядають у контексті підліткового та юнацького віку (Є.І. Головаха, Є.О. Климов, М.І. Піддячий, З.Л. Становських, В.В. Туляєв, М.Л. Шабдінов). Наприклад, Н.О. Мосол особливо підкреслює, що професійне самовизначення є “головним завданням юнацького віку”. О.В. Капустіна вважає, що розвиток готовності до професійного самовизначення “активізується у старшому підлітковому й молодшому юнацькому віці”.

Безумовно, у юнацькому віці кожна людина стикається із проблемою необхідності професійного самовизначення. Але й дорослі люди за різних причин можуть опинитися в ситуації, коли потрібно приймати рішення стосовно професійного самовизначення, професійної переорієнтації, і ця ситуація кардинальних змін у житті для них є не менш складною, ніж для молоді. Зокрема, Е.Ф. Зеєр розглядає професійне самовизначення як процес, який може відбуватися протягом усього життя людини й бути пов'язаним із різними подіями: закінченням школи та закладів професійної освіти, підвищенням кваліфікації, атестацію, звільненням з роботи тощо [1, с. 105].

Крім того, потрібно зазначити, що сьогодні існує кілька специфічних видів професій і сфер людської діяльності, які внаслідок тих чи інших при-

чин мають певні вікові обмеження. І для всіх, хто працює у відповідних сферах, закінчення кар'єри й необхідність кардинальної зміни цілей, змісту й характеру діяльності являє собою надзвичайно складний і навіть часто досить болючий процес. Серед таких сфер можна назвати, наприклад, балет, військову службу офіцерів або професійний спорт. Кожна людина, особливо та, яка досягла у своїй сфері високих результатів, здобула певну популярність і визнання своїх прихильників, хоча в глибині душі добре розуміє неминучість закінчення цієї діяльності й кардинальної зміни способу життя, з деяким острахом очікує цього моменту, однак усе одно зазвичай виявляється неготовою до його настання.

Надзвичайна соціальна значущість цієї проблеми вимагає створення й забезпечення належного функціонування відповідної системи підготовки людей таких професій до спокійного переходу від однієї сфери діяльності після закінчення кар'єри в ній до іншої. На особливу увагу заслуговує створення такої системи для спортсменів, адже досить часто людям доводиться закінчувати спортивні виступи у відносно молодому віці, коли ще є й сили, й енергія, й амбіції, що можуть бути успішно використані у принципово новій сфері діяльності. Не вистачає лише готовності для переходу до неї.

Таким чином, аналіз літературних джерел дає змогу визначити, що актуальною, але недостатньо дослідженою є проблема формування готовності до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри.

*Метою статті* є визначення сутності готовності до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри.

Перш за все, проаналізуємо поняття “готовність”, “професійне самовизначення”, “готовність до професійного самовизначення” та близьке до нього поняття – “готовність до вибору професії”.

Результатом процесу професійного самовизначення стає розвиток готовності до професійного самовизначення, що передбачає сформованість певних знань, якостей, умінь людини. Термін “готовність” розглядається у психолого-педагогічній літературі як психічний стан, сукупність певних якостей та здібностей, особистісне утворення (О.А. Абдуліна, М.І. Дяченко, Л.О. Кандилович, М.Д. Левітов, Л.С. Нерсесян, К.К. Платонов). Готовність до професійного самовизначення означає і придатність людини до успішної професійної діяльності в певній галузі, і готовність здійснити певні дії для досягнення необхідного результату та поставлених цілей.

У психолого-педагогічній літературі немає єдиної позиції щодо визначення поняття “професійне самовизначення”. Одні дослідники вважають, що професійне самовизначення – це процес (Ю.В. Вінтюк, О.І. Вітковська, О.О. Кожурова, Є.С. Мічурина), інші – система установок особистості (С.М. Чистякова), особистісне утворення (О.В. Капустіна, І.Ф. Кравченко).

Зокрема, О.О. Кожурова вважає, що професійне самовизначення – інтегративний динамічний процес, зумовлений соціальними й соціально-психологічних детермінантами, який включає розвиток самооцінки індивідуально-психологічних можливостей, формування цілей, мотивів, цінностей професій-

ної діяльності в процесі освоєння особистістю професійних ролей і здійснення професійних виборів [2].

За визначенням О.І. Вітківської, професійне самовизначення – “цілісний, інтегративний процес, у якому реалізуються основні життєві цінності людини й конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного, соціального самовизначення” [3, с. 8]. Ю.В. Вінтюк вважає, що професійне самовизначення – “це процес (і його результат), який передбачає свідоме формування та відстоювання старшокласниками власної позиції у виборі майбутньої професійної діяльності, а також взяття на себе відповідальності за зроблений вибір” [4, с. 7].

За Є.С. Мічуріною, професійне самовизначення – це процес входження людини в певну сферу діяльності, у якій використовуються на кожному етапі освіти різні види діяльності, спрямованої на самореалізацію особистості в єдності загальнонаукових, навчальних і професійних інтересів [5]. С.М. Чистякова розуміє професійне самовизначення як систему когнітивних, оцінних, мотиваційних установок особистості стосовно конкретної професійної діяльності [6].

І.Ф. Кравченко розглядає професійне самовизначення як складне структурне утворення особистості, що “відображає погляд людини на світ професій, на конкретну професію, її можливості в оточуючому середовищі, а також власні наміри щодо самореалізації в рамках певної трудової діяльності” [7, с. 6].

Отже, в різних дослідженнях поняття “професійне самовизначення” трактується або через процес *формування* певних особистісних утворень, таких як мотиви, цінності (О.О. Кожурова), або через *відношення* до професійної діяльності (І.Ф. Кравченко, С.М. Чистякова), або через *реалізацію* особистісних утворень у діяльності та самореалізацію (О.І. Вітківська, І.Ф. Кравченко, Є.С. Мічуріна).

Але водночас у значній кількості психолого-педагогічних досліджень визначення поняття “професійне самовизначення” трактується через наявність такої його обов’язкової особливості, як “вибір професії”, або у працях наголошується на тісний зв’язок цих понять (Ю.В. Вінтюк, О.В. Капустіна, О.А. Кожухова, М.С. Пряжников, З.Л. Становських, М.Л. Шабдінов та ін.).

Отже, відповідно до проведеного теоретичного аналізу, можна зробити висновок, що необхідним компонентом професійного самовизначення людини є вибір професії. Як відзначає М.Л. Шабдінов, професійне самовизначення є складовою професійного розвитку особистості та “забезпечує особистості через вибір способу життя, сфери трудової діяльності й конкретної професії входження в певну соціально-професійну групу” [8, с. 7]. З.Л. Становських вважає, що результатом вирішення ситуації професійного самовизначення є здійснення “свідомого вибору професії та формування професійного плану” [9, с. 8]. О.В. Капустіна також відзначає, що результатом процесу професійного самовизначення є “готовність до вибору майбутньої професії, сфери професійної діяльності” [10, с. 7].

У значній кількості педагогічних досліджень визначається як готовність до професійного самовизначення, так і близьке, але вужче поняття “готовність до вибору професії” як особистісне утворення. Ми вже відзначали,

що ми розділяємо цю позицію, адже саме в цьому випадку передбачається реалізація особистісного підходу в навчально-виховному процесі.

Зокрема, О.В. Мельник розглядає готовність до вибору професії як “системне особистісне утворення, яке складається з певної кількості компонентів, які взаємодіють, розвиваються, піддаються цілеспрямованому формуванню і у своїй сукупності забезпечують самостійний вибір майбутньої професії” [11, с. 5]. Н.О. Ковтуненко вважає, що готовність до вибору майбутньої професії є “особистісним багатоконпонентним утворенням. Її компоненти взаємодіють, розвиваються, піддаються цілеспрямованому педагогічному впливу у своїй сукупності, за умови досягнення певного рівня розвитку, забезпечують здійснення особистістю усвідомленого вибору майбутньої професії” [12, с. 6].

А.А. Назарчук визначає готовність до вибору професії як особистісне новоутворення, складові якого взаємодіють, розвиваються, піддаються цілеспрямованому формуванню і у своїй сукупності забезпечують обґрунтований вибір майбутньої професії на основі цілеспрямованого формування професійно важливих якостей особистості [13].

Отже, наведені визначення поняття “готовність до вибору професії” достатньо подібні один до одного. У них підкреслюються, зокрема, багатоконпонентність готовності й можливість цілеспрямованого впливу на формування компонентів готовності та забезпечення “самостійного” або “обґрунтованого” або “усвідомленого” вибору професії. Усі три характеристики здійснення “вибору професії” вважаємо важливими, але особливо відзначимо необхідність забезпечення обґрунтованості вибору професії. Якщо рішення для людини є внутрішньо обґрунтованим, воно не може не бути “усвідомленим”. Здійснюючи вибір самостійно, людина має чітко розуміти причини, чому саме це рішення є найбільш прийнятним для неї.

М.Л. Шабдінов у своїй праці аналізує визначення поняття “готовність до професійного самовизначення” та розглядає його як особистісне новоутворення, що формується в процесі цілеспрямованого педагогічного впливу й забезпечує узгодження знань про зміст і структуру професій і їх вимоги до суб’єкта зі сформованими в процесі розвитку пріоритетними можливостями та потребами [8].

Підтримуючи цю думку, вважаємо, що готовність до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар’єри – це особистісне утворення, яке підлягає цілеспрямованому формуванню в педагогічному процесі. І одним із центральних етапів такої готовності є вибір спортсменами нової професії.

Але водночас потрібно підкреслити, що готовність до професійного самовизначення не зводиться тільки до вибору сфери професійної діяльності. Як підкреслює Є.І. Головаха, професійний вибір, на відміну від професійного самовизначення, “це рішення, яке стосується лише найближчої життєвої перспективи”, який може бути здійснений “як з урахуванням, так і без урахування віддалених наслідків прийнятого рішення” [14]. Отже, у зв’язку з проблемою професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар’єри нас цікавить віддалена перспектива прийнятого спортсменами рішення щодо вибору професії.

Деякі дослідники розглядають готовність до професійного самовизначення як утворення, більшою мірою детерміноване зовнішніми чинниками. Вони можуть підкреслювати, що людина здійснює свій професійний вибір на основі позитивного ставлення (В.В. Туляєв) або стійкого прагнення до професійної діяльності (М.І. Піддячий), але системоутворювальним чинником готовності стають вимоги професії. Зацікавившись певною професійною діяльністю, людина має оцінити свої можливості, знання, уміння, навички, здібності та якості, їх відповідність вимогам професії та на цій основі обрати професію або зайнятися формуванням необхідних якостей для того, щоб забезпечити успішне виконання професійних функцій та обов'язків у майбутньому.

Розглянемо декілька праць, у яких готовність до професійного самовизначення аналізується саме з таких позицій. Зокрема, М.Л. Шабдінов підкреслює, що професійне самовизначення особистості – це “довготривалий і динамічний процес самостійного зняття людиною суперечності між власними можливостями, бажанням та попитом ринку праці щодо рівня і якості фахівців” [8, с. 6].

М.І. Піддячий вважає, що готовність до професійного самовизначення є “інтегральним особистісним утворенням, яке містить у собі стійкі прагнення до професійної діяльності з обраного профілю та знання, уміння, навички, а також комплекс індивідуальних психофізіологічних особливостей, які забезпечують високу ефективність їх подальшого професійного функціонування” [15, с. 7]. На думку В.В. Туляєва, готовність до професійного самовизначення – це особистісне утворення, складові якого у своїй сукупності забезпечують усвідомлений вибір спеціальності на основі систематизованого й цілеспрямованого розвитку відповідних природних здібностей [16]. За В.В. Болучевскою, професійне самовизначення – це “вибіркове ставлення індивіда до світу професій в цілому і до конкретної обраної професії, ядром якого є усвідомлений вибір професії з урахуванням своїх особливостей і можливостей, вимог професійної діяльності і соціально-економічних умов” [17, с. 9].

Безумовно, здійснюючи вибір професії, людина має враховувати свої індивідуальні особливості, знання, уміння та можливості для досягнення певних результатів на обраному професійному шляху. Але ми вважаємо за необхідне в готовності до професійного самовизначення підкреслити важливість готовності людини до саморозвитку у професійній діяльності, планування кар'єри, професійного й особистісного зростання.

Розвиток якостей, здібностей, умінь набуває особливого сенсу, коли він зумовлений не стільки “необхідністю” та “вимогам професії”, скільки плануванням особистістю власної самореалізації в обраній професії. Отже, прагнення до саморозвитку, самореалізації вважаємо важливим компонентом для аналізу особистісного утворення готовності до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри.

Такої думки щодо поняття професійного самовизначення додержуються, зокрема, Е.Ф. Зеєр, О.В. Капустіна, І.Ф. Кравченко, Н.С. Пряжников, С.Г. Разуваєв.

Е.Ф. Зеєр вважає, що професійне самовизначення є важливим чинником самореалізації людини, показником її соціальної зрілості, її потреби в

самоактуалізації. Професійне самовизначення здійснюється протягом усього професійного життя, оскільки людина постійно рефлексує, переосмислює своє професійне буття і самостверджується в професії [1].

Н.С. Пряжников підкреслює, що “головна (ідеальна) мета професійного самовизначення – поступово сформувати внутрішню готовність самостійно й усвідомлено планувати, корегувати і реалізовувати перспективи свого розвитку (професійного, життєвого і особистісного)” [19, с. 45–46].

О.В. Капустіна аналізує професійне самовизначення у контексті побудови професійної кар’єри. Вона вважає, що готовність до професійного самовизначення – це особистісне поліструктурне утворення, що підлягає цілеспрямованому педагогічному впливу й у єдності розвитку своїх складових забезпечує усвідомлений та обґрунтований вибір як майбутньої професії, так і розробку особистого професійного плану, спрямованого на визначення середньо- та довгострокової професійної кар’єри [10]. С.Г. Разуваєв відзначає, що “готовність до професійного самовизначення протягом всієї трудової діяльності – запорука успішної кар’єри і благополуччя. Особистість, що самовизначилась, має цілісну “Я-концепцію”, що породжує її активність відносно себе та обраної професії” [18, с. 976]. І.Ф. Кравченко зазначає, що професійне самовизначення відображає погляд людини на “власні наміри щодо самореалізації в межах певної трудової діяльності” [7].

У кожному з цих досліджень зауважується, що у професійному самовизначенні відображаються довгострокові наміри людини щодо свого професійного життя, наміри, які пов’язуються із самоствердженням, самореалізацією, самоактуалізацією, побудовою успішної кар’єри, тобто наміри щодо розвитку людини у професії.

**Висновки.** Отже, на нашу думку, готовність до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар’єри – це особистісне утворення, складові якого підлягають цілеспрямованому розвитку й забезпечують як прийняття обґрунтованого рішення щодо вибору професії, так і планування і реалізацію свого професійного розвитку.

#### Список використаної літератури

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования : учеб. пособ. / Э.Ф. Зеер. – М. : Изд-во МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2003. – 480 с.
2. Кожурова О.А. Социальные и социально-психологические детерминанты профессионального самоопределения студентов вузов : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 “Социальная психология” / О.А. Кожурова. – М., 2007. – 24 с.
3. Вітківська О.І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “Педагогічна та вікова психологія” / О.І. Вітківська. – К., 2002. – 21 с.
4. Вінтюк Ю.В. Усвідомлення старшокласниками стану власного здоров’я як умова адекватного професійного самовизначення : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “Педагогічна та вікова психологія” / Ю.В. Вінтюк. – О., 2011. – 20 с.
5. Мичурина Е.С. Формирование профессионального самоопределения студентов в условиях непрерывного технического образования : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Е.С. Мичурина. – Кемерово, 1999. – 230 с.
6. Чистякова С.Н. Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников / С.Н. Чистякова. – М. : Новая школа, 2004. – 112 с.

7. Кравченко І.Ф. Професійне самовизначення старших підлітків у сфері обслуговування засобами професіографії : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 "Загальна педагогіка та історія педагогіки" / І.Ф. Кравченко. – К., 1999. – 16 с.
8. Шабдінов М.Л. Формування професійного самовизначення старшокласників у процесі технологічної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / М.Л. Шабдінов. – К., 2010. – 20 с.
9. Становських З.Л. Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогічна та вікова психологія" / З.Л. Становських – К., 2005. – 22 с.
10. Капустіна О.В. Педагогічні умови активізації професійного самовизначення старшокласників у навчально-виховній діяльності школи : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / О.В. Капустіна – К., 2004. – 20 с.
11. Мельник О.В. Підготовка старшокласників до самостійного вибору майбутньої професії в процесі профільного трудового навчання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / О.В. Мельник. – К., 2003. – 20 с.
12. Ковтуненко Н.О. Формування у старшокласників готовності до вибору інженерно-технічних професій : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 "Теорія та методика навчання" / Н.О. Ковтуненко – К., 2007. – 20 с.
13. Назарчук А.А. Педагогічні умови формування у старшокласників готовності до вибору професії офіцера-прикордонника : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / А.А. Назарчук. – К., 2009. – 20 с.
14. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К. : Наукова думка, 1988. – 144 с.
15. Піддячий М.І. Організаційно-педагогічні умови підготовки старшокласників до професійного самовизначення у міжшкільних навчально-виробничих комбінатах : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / М.І. Піддячий. – К., 2002. – 19 с.
16. Туляєв В.В. Організаційно-педагогічні умови підготовки старшокласників до професійного самовизначення у спеціалізованих загальноосвітніх навчальних закладах художнього профілю : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 "Теорія та методика виховання" / В.В. Туляєв. – К., 2008. – 18 с.
17. Болучевская В.В. Профессиональное самоопределение будущих специалистов помогающих профессий : монография / В.В. Болучевская. – Волгоград : Изд-во ВолГМУ, 2010. – 264 с.
18. Разуваев С.Г. Место профессионального самоопределения в структуре профессиональной социализации / С.Г. Разуваев // Известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. – 2012. – № 28. – С. 975–980.
19. Пряжников Н.С. Теория и практика профессионального самоопределения / Н.С. Пряжников. – М. : МГППИ, 1999. – 108 с.

*Стаття надійшла до редакції 22.01.2014.*

---

### **Арабаджи Т.Д. Готовность к профессиональному самоопределению спортсменов после окончания спортивной карьеры**

*В статье проведен анализ педагогических и психологических исследований проблем профессионального самоопределения человека и выбора им профессии. Сделан вывод, что готовность к профессиональному самоопределению спортсменов после окончания спортивной карьеры – это личностное образование, составляющие которого подлежат целенаправленному развитию и обеспечивают как принятие обоснованного решения по выбору профессии, так и планирование и реализацию своего профессионального развития.*

**Ключевые слова:** профессиональное самоопределение, готовность, готовность к профессиональному самоопределению спортсмена после окончания спортивной карьеры.

## **Arabadzhy T. Readiness for the athletes' professional self-decompletion after the sport career completion**

*Nowadays there are several specific kinds of professions and human activities spheres performance of which is under one or another reason limited by a certain point of no return. And for everyone who is occupied in appropriate spheres the career completion and the necessity of a cardinal change of goals, content and activity nature is itself a very difficult and even often a painful problem. Among such spheres one can point out, for example, ballet, military service of officers or professional sport. Every person, especially that one who has achieved high results in their sphere, has obtained a particular popularity and recognition among their admirers, though deeply inside they realize well the inevitability of this activity completion and a cardinal life-style change, wait for this moment with some fear. And in the prevailing majority of cases they all the same appear to be unready for its coming.*

*The extremely important social significance of the above mentioned problem demands creating and securing of proper functioning of an appropriate preparation system of people with such professions to a calm transition from one activity sphere after the career completion within it to another one. Creation of such system for athletes is worthy an attention, as very often people in a relatively young age should terminate their sport performances, when they are full of stamina, energy, and ambitions which can be successfully used in a new activity sphere in essence. But the readiness for transition to it is lack.*

*The literature sources analysis enabled us to define that the problem of formation of readiness to the professional self-determination of athletes after the sport career completion is actual but still not enough studied. The objective of this article is exactly to define the essence of readiness for the professional self-determination of athletes after the sport career completion.*

*The analysis of such definitions as "readiness", "professional self-determination", "readiness for the professional self-determination", and of the notion close to the latter – "readiness of the profession choice" is carried out in the article.*

*In accordance with the theoretical analysis performed, the conclusion is made that the necessary component of the professional self-determination of a person is the profession choice. The conducted research allowed defining that the readiness to the athletes' professional self-determination after the sport career completion is a personal formation. The formation which is subject to a purposeful creation within the pedagogical process. And one of the central moments of such a readiness is athletes' choice of a new profession.*

*It is highlighted in the article that within the readiness for the professional self-determination, the readiness of a person for the self-development in a professional activity, for the career planning, for the professional and personal development is important.*

*Development of qualities, abilities, and skills acquires a special sense when it is stipulated by not so much "necessity" and "profession requirements" as by planning by a person of their own self-actualization in the chosen profession. By the author, aspiration for self-development, for self-actualization is considered to be an important component for the analysis of a personal formation of the readiness for athletes' professional self-determination after the sport career completion.*

*The analysis carried out allowed defining the readiness for athletes' professional self-determination after the sport career completion as a personal formation, components of which are subject to the purposeful development and provide both taking a sound decision as to the profession choice and planning and actualization of their own professional development.*

**Key words:** *professional self-determination, readiness, readiness for athletes' professional self-determination after the sport career completion.*