

УДК 151.9.943

**Оксана Шемчук**

Національна академія Державної прикордонної служби України  
імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький, Україна  
<https://orcid.org/0000-0002-0641-0313>  
[va.shem@ukr.net](mailto:va.shem@ukr.net)

**МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТРЕНІНГУ ФОРМУВАННЯ  
ПРОФЕСІЙНОГО МИСЛЕННЯ У МАЙБУТНІХ  
МОЛОДШИХ СПЕЦІАЛІСТІВ – ЖІНОК-  
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДЕРЖАВНОЇ  
ПРИКОРДОННОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ**

На основі проведеного аналізу класифікацій тренінгів, змісту та механізмів тренінгового впливу, технік і форм його проведення, авторка зробила акцент саме на професійно-психологічному тренінгу, який спрямований на формування, розвиток, корекцію у суб'єкта необхідних професійних якостей, на засвоєння у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців Державної прикордонної служби України специфічних професійних знань, умінь, навичок, на корекцію установок, розвиток особистісних якостей через інтеріоризацію особливостей професійного середовища, об'єктів і особливостей взаємодії з ним професіонала. Доведено, що професійно-психологічний тренінг, як навчально-розвивальна технологія має на меті сформувати у суб'єкта діяльності професійні знання та вміння, в творчому, спрямованому на вирішення інноваційних проблем процесі, з відсутніми готовими рішеннями. При цьому від учасників такий тренінг вимагає ініціативи, активності, винахідливості, умінь здійснювати продуктивну спільну діяльність. Викладено авторську програму тренінгу, що складається зі вступної частини,

© Шемчук О.

4 блоків, заключної частини, основними завданнями якої визначено розвиток у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців Державної прикордонної служби України: 1) змістових аспектів мисленневих процесів: здатності охоплювати різні прояви предмету діяльності, розширення мисленнєвого діапазону, вміння бачити проблему, розширення та поглиблення поглядів на її сутність, здатності аналізувати, узагальнювати, виділяти головне тощо; співвідносити вектор мисленнєвої діяльності з рівнем операціоналізації набутих професійних знань (глибина, дієвість, адекватність, гнучкість, повнота, структурованість) для конкретної ситуації або проблеми; розвиток оригінальності, спонтанної активності, швидкості тощо; 2) мотиваційних основ досягнення професійної успішності, військово-професійної спрямованості та інтересу до прикордонної діяльності тощо; 3) навичок психологічної саморегуляції, нейтралізації афективних переживань, розвиток стресостійкості та адаптивного потенціалу, організаторських умінь та комунікативних навичок; формулювання професійних цілей, проектування значущих умов їх досягнення тощо; 4) ініціативності, почуття особистісної причинності; стимулювання потреби особистісно-професійного саморозвитку, професійної самореалізації; навичок відрефлексування власних можливостей тощо.

**Ключові слова:** професійне мислення; жінки-військовослужбовці; професійна діяльність.

## 1. ВСТУП

Досліджуючи зміст професійного мислення фахівців, науковці переконані, що його основним базовим змістовим компонентом є глибокі професійні знання за фахом. Майбутні молодші спеціалісти – жінки-військовослужбовці Державної прикордонної служби України (далі – ДПСУ) – оволодівають базовими знаннями, вміннями та навичками на потоках підготовки молодших інспекторів прикордонної служби 2 категорії (з терміном підготовки 3 місяці) та підготовки за спеціальністю “Молодший інспектор прикордонної служби” (у рамках проекту “Нове обличчя кордону”) у Головному центрі підготовки особового складу Державної прикордонної служби України імені генерал-майора Ігоря Момота [1],[2]. Підготовка молодших інспекторів прикордонної служби 2 категорії з терміном підготовки 3 місяці

передбачена для військовослужбовців військової служби за контрактом, які проходять службу в органах ДПСУ та раніше не проходили навчання у відомчих навчальних центрах. Вони мають оволодіти необхідними знаннями та достатніми навичками і вміннями для виконання обов'язків відповідно до майбутньої посади, у проведенні адміністративно-юрисдикційної діяльності, застосуванні засобів фізичного впливу та обслуговуванні технічних засобів охорони державного кордону [1].

**Постановка проблеми.** Основною метою навчання на вище окреслених курсах є оволодіння курсантами достатнім рівнем базових знань і практичних навичок, які вони будуть готові застосовувати під час виконання основних завдань з охорони державного кордону, передбачених функціональними обов'язками [1]. За результатами навчання молодші інспектори прикордонної служби 2 категорії повинні:

мати певний рівень базових знань для подальшого проходження навчання відповідно до обраної спеціальності;

уміти самостійно визначати форми та способи діяльності під час виконання службових обов'язків відповідно до чинного законодавства та функціональних обов'язків;

виконувати завдання з охорони державного кордону, протидіяти протиправній та злочинній діяльності;

за виникнення нестандартних ситуацій під час контролю осіб, транспортних засобів і вантажів спрямовувати свою діяльність відповідно до чинного законодавства [1].

Взаємопов'язаним вивченням навчальних предметів по 6–8 годин у робочі дні (та в суботу за необхідності), головну роль серед яких відведено тактиці прикордонної служби, прикордонному контролю, адміністративному провадженню, особистій безпеці та застосуванню сили, фізичній і вогневій підготовці, забезпечується комплексне навчання курсантів з дотриманням суворої логічної послідовності навчальної діяльності.

Набуття глибоких теоретичних знань правових основ діяльності органів і підрозділів ДПСУ під час лекцій, групових занять проводяться з високою інтенсифікацією. Основний акцент зроблено на практич-

ній підготовці курсантів щодо застосування сили та використання засобів охорони кордону організуються на тлі конкретної обстановки з моделюванням типових ситуацій, пов'язаних з повсякденною діяльністю підрозділів охорони державного кордону, для чого додатково проводяться супутні тренування зі слідознавства, з пошуку та затримання правопорушників [1].

Серед предметів навчання за даною програмою підготовки передбачено вивчення таких модулів: тактика прикордонної служби, прикордонний контроль, адміністративне провадження, особиста безпека та застосування сили, фізична підготовка, вогнева підготовка, загальновійськова тактика, тактико-спеціальна підготовка, іноземна мова, екологічна безпека державного кордону, інженерна підготовка, основи використання техніки, людини і суспільства, патріотизм та ідеологія Української держави, психологічна підготовка до діяльності в особливих умовах, основи ділового спілкування, тактична медицина, психологія управління військовим колективом. У цілому програма передбачає 466 годин, з них: 188 – теоретичних занять, 248 – практичних та групових занять, 30 – підсумковий контроль. Навчальні плани мають реалізуватися шляхом запровадження активних методів навчання [1].

Підготовка прикордонників за спеціальністю “Молодший інспектор прикордонної служби” в рамках проекту “Нове обличчя кордону” передбачена для осіб, які успішно пройшли добір і зараховані для проходження навчання у Головному центрі підготовки особового складу, мають середню або вищу освіту. Курсанти мають оволодівати необхідними знаннями та достатніми вміннями для виконання обов'язків відповідно до майбутньої посади у вивченні способів дій особового складу ДПСУ під час охорони державного кордону, у проведенні адміністративно-юрисдикційної діяльності, особистої безпеки та застосуванні засобів фізичного впливу, обслуговуванні технічних засобів охорони державного кордону [2].

Основною метою навчання за спеціальністю є надати курсантам достатній обсяг базових знань і практичних навичок і вмінь, які вони будуть готові застосовувати під час виконання основних завдань з охо-

рони державного кордону, передбачених функціональними обов'язками [2]. За результатами навчання військовослужбовці ДПСУ повинні:

мати певний рівень базових знань, необхідних для подальшого проходження навчання відповідно до обраної спеціальності;

уміти самостійно визначати форми та способи діяльності під час виконання службових обов'язків відповідно до чинного законодавства та функціональних обов'язків;

виконувати завдання з охорони державного кордону, протидіяти протиправній і злочинній діяльності;

рішуче протидіяти будь-яким провокаціям до корупційних діянь;

при виникненні нестандартних ситуацій під час контролю осіб, транспортних засобів та вантажів спрямовувати свою діяльність відповідно до чинного законодавства [2].

Тривалість навчальних занять становить по 6–8 годин у робочі дні зі взаємопов'язаним вивченням навчальних предметів, головну роль серед яких відведено прикордонному контролю, тактиці прикордонної служби, англійській мові для професійних потреб, особистій безпеці та застосування сили, вогневій і фізичній підготовці, а також адміністративному провадженню. В основу навчання покладено практичні заняття, висока інтенсифікація яких має досягатися ефективним та якісним використанням навчально-матеріальної бази. Організація занять проводиться на основі конкретної обстановки з моделюванням типових ситуацій, які пов'язані з повсякденною діяльністю підрозділів охорони державного кордону, з визначенням найбільш ефективні форм та методів їх проведення залежно від тематики навчальних занять і кінцевої мети підготовки. Програмою також передбачено збільшення тривалості навчальної доби під час проведення комплексних практичних занять, нічних занять, навчання, визначення додаткових занять та тренувань [2].

Серед навчальних предметів за даною програмою підготовки передбачено вивчення таких дисциплін: тактика прикордонної служби; прикордонний контроль; адміністративне провадження; особиста безпека та застосування сили; фізична підготовка; вогнева підготовка; етика професійної діяльності прикордонника; психологічна підготов-

ка до діяльності в особливих умовах; психологія управління військовим колективом; англійська мова для професійних потреб; основи ділового спілкування; антикорупційне законодавство; екологічна безпека державного кордону; загальновійськова тактика; тактико-спеціальна підготовка; інженерна підготовка; зв'язок та інформаційні технології; тактична медицина; статuti ЗС України; стройова підготовка; охорона праці; основи галузевої економіки та підприємництва; правила дорожнього руху та основ використання техніки. У цілому програма передбачає 698 годин, з них: 226 – теоретичних (групових) занять, 438 – практичних занять, 34 – підсумковий контроль [2].

Як бачимо, цими програмами підготовки передбачено максимальне оволодіння майбутніми молодшими спеціалістами ДПСУ теоретичною базою та практичними навичками здійснення прикордонної діяльності, що забезпечує базисну основу для розгортання їх професійного мислення. Водночас у процесі здійснення підготовки жінок-військовослужбовців – молодших спеціалістів ДПСУ – обидві програми передбачають також здійснення морально-психологічної підготовки курсантів, що охоплює окремі аспекти формування їх професійного мислення [2]:

навчання методів виявлення тактики дій порушників законодавства з прикордонних питань за ознаками поведінки та емоційного стану, здійснення психологічного впливу на них;

накопичення досвіду емоційно-вольової поведінки, моделювання ризикованих ситуацій та тренування у способах їх вирішення;

набуття досвіду виконання службових завдань в умовах дефіциту часу на прийняття рішення, неповних даних про обстановку, невизначеності ситуації, перешкод у здійсненні службової діяльності за необхідності суворого дотримання правових норм;

формування та удосконалення навичок і вмінь оптимальних дій і прийомів під час виконання завдань з охорони державного кордону;

формування та розвиток ініціативності і самостійності у процесі виконання службово-навчальних завдань, здатності до активних службових дій в умовах відсутності вказівок старших начальників;

навчання прийомів і методів психічної саморегуляції під час несення служби;

підвищення психологічної сумісності й ефективності спільних дій складу прикордонних нарядів.

Із урахуванням розглянутих змісту і структури професійного мислення майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців і виявлених під час емпіричного дослідження емпіричних індикаторів їх формування – за поняттєво-змістовим, ціннісно-мотиваційним, операційно-регуляційним та рефлексивно-оцінним компонентами, зазначимо про часткове охоплення програмами підготовки молодших спеціалістів ДПСУ.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Спираючись на дослідження українських (Н. О. Євдокімова, В. О. Лефтеров [3], [4], Л. І. Мороз [5], [6], В. М. Федорчук [7], [8], Т. С. Яценко) і зарубіжних (Р. Баклі та Дж. Кейпл, І. В. Вачков [9], Ю. Ємельянов, Т. В. Зайцева [10], С. І. Макшанов, Л. М. Мітіна, Л. А. Петровська, А. К. Маркова [11]) вчених найбільш оптимальним засобом впливу на особистість як сукупність активних методів практичної психології для створення умов здійснення цілеспрямованих навмисних змін психологічних феноменів людини, є використання психотренінгових технологій, зокрема у формі професійно-психологічного тренінгу, який має на меті повноцінно доповнити розглянуті програми підготовки та забезпечувати ефективний розвиток компонентів професійного мислення жінок-військовослужбовців ДПСУ.

**Мета статті** полягає у викладенні методичних основ тренінгу формування професійного мислення у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців Державної прикордонної служби України.

## 2. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

З урахуванням думок вчених щодо класифікації тренінгів, змісту та механізмів тренінгового впливу, технік і форм його проведення, ми зробили акцент саме на професійно-психологічному тренінгу, який спрямований перш за все на формування, розвиток, корекцію у суб'єк-

та необхідних професійних якостей [11], “на засвоєння людиною специфічних професійних знань, умінь, навичок, на корекцію установок, розвиток особистісних якостей через інтеріоризацію особливостей професійного середовища, об’єктів і особливостей взаємодії з ним професіонала” [6, с. 117]. Професійно-психологічний тренінг як навчально-розвивальна технологія має на меті сформувати у суб’єкта діяльності професійні знання та вміння, у творчому, спрямованому на вирішення інноваційних проблем процесі, з відсутніми готовими рішеннями. При цьому від учасників такий тренінг вимагає ініціативи, активності, винахідливості, умінь здійснювати продуктивну спільну діяльність [5]. Серед психічних механізмів дії професійно-психологічного тренінгу відзначимо пізнання через переживання позитивних емоцій, критичного ставлення до себе, рефлексію своїх дій і вчинків [8], “навмисну зміну” через увімкнення компенсаторних та адаптаційних механізмів психіки, відображених в якісно нових динамічних стереотипах, у результаті “прогресивної транспсихічної маніпуляції” (складний процес інтенсивного розвитку і навчання умінням, навичкам і досвіду на основі свідомої активності учасників), що запускає ланцюг особистісних змін, активізує позитивну трансформацію, творчий потенціал, розширює самосвідомість [3], у тому числі і професійну, з подальшим програмуванням цього розвитку за межами тренінгового середовища.

### 3. МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ

На першому етапі було розроблено зміст та структуру програми професійно-психологічного тренінгу “Формування професійного мислення молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ”. В основу програми було покладено компоненти професійного мислення майбутніх молодших спеціалістів жінок-військовослужбовців – з урахуванням їх змістових характеристик. При розробленні програми також враховувались гендерні особливості мислення та виявлені емпіричні індикатори за поняттєво-змістовим, ціннісно-мотиваційним, операційно-регуляційним, рефлексивно-оціночним критеріями дослідження.



Другим етапом було передбачено проведення апробації розробленої програми. В експериментальній групі досліджуваних підготовка мала системний, цілеспрямований характер відповідно до програми тренінгу, спрямована на оволодіння формами конкретного інструментального практичного аналізу професійних ситуацій, підвищення професійної активності, сприяння досягненню професійної компетентності через формування здатності до переосмислення професійних завдань, ціннісно-мотиваційних, операційно-регуляційних, рефлексивно-оцінних основ професійного становлення та самореалізації. Курсанти, які увійшли до контрольної групи, не охоплювалися авторською тренінговою програмою. Обсяг програми складав 26 годин. Робота проводилася частково під час планових, нормативних занять і в поза навчальний час. Після завершення тренінгової програми було проведено контрольне психодіагностичне дослідження за діджаним переліком методик, відтерміноване у часі з метою перевірки ефективності тренінгу шляхом порівняння з результатами контрольної групи.

На третьому етапі було здійснено безпосередню перевірку сформованості розробленої програми тренінгу шляхом змістового якісного аналізу отриманих у процесі контрольного психодіагностичного дослідження емпіричних даних експериментальної та контрольної груп. Статистичне оброблення даних здійснювалось за допомогою спеціалізованих програм обробки: Microsoft Office Excel 2010, SPSS – 21.0.

При розробленні програми професійно-психологічного тренінгу формування професійного мислення у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – спиралися на прикладні дослідження українських і зарубіжних вчених: особливостей розвитку мисленневих процесів особистості (Т. Бьюзен і Б. Бьюзен, Т. Є. Гура, Д. Н. Завалішина, А. В. Карпов, М. М. Кашапов, Ю. К. Корнілов, Н. І. Пов'якель), технологій формування життєво-професійних домагань, проектування життєвого шляху особистості (Н. Є. Мовмига, Т. М. Титаренко, В. Г. Панок і Г. В. Рудь, Л. Б. Шнейдер), проблем гендерної соціалізації та ідентифікації (М. Ш. Берн, І. С. Кльоцина, Є. П. Ільїн), технологій підготовки та професійного розвитку фахівців

екстремального профілю (В. О. Лефтеров [3], [4], Л. І. Мороз [6], [7], Є. М. Потапчук [12], М. С. Корольчук і В. М. Крайнюк, С. М. Миронець, В. І. Осьодло [13], В. В. Ягупов [14]) та ін.

#### 4. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Розроблена програма професійно-психологічного тренінгу “Формування професійного мислення молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ” передбачає формування компонентів професійного мислення майбутніх прикордонників жінок-військовослужбовців на основі змістових їх характеристик за визначеними поняттєво-змістовим, ціннісно-мотиваційним, операційно-регуляційним, рефлексивно-оцінним.

Мета програми: формування у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – умінь і навичок активної розумової і практичної діяльності, оволодіння формами конкретного інструментального практичного аналізу професійних ситуацій, закріплення професійних знань, підвищення професійної активності, сприяння формуванню професійної компетентності через формування здатності до переосмислення професійних завдань, ціннісно-мотиваційних, операційно-регуляційних, рефлексивно-оцінних основ їх професійного становлення та самореалізації.

Завдання програми:

1) формування у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – змістових аспектів мисленневих процесів: здатності охоплювати різні прояви предмета діяльності, розширення мисленневого діапазону, уміння “бачити” проблему, розширення та поглиблення погляду на її сутність, здатності аналізувати, узагальнювати, виділяти головне, просуватися до суттєвих змістових ознак предмета (явища); співвідносити вектор мисленневих процесів з рівнем операціоналізації набутих професійних знань (глибина, дієвість, адекватність, гнучкість, повнота, структурованість) для конкретної ситуації або проблеми; стимулювання оригінальності, спонтанної активності, швидкості, сприйнятливості, гнучкості, деталізації для успішного вирішення професійної проблеми;

2) формування у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – мотиваційних основ досягнення професійної успішності, військово-професійної спрямованості та інтересу до прикордонної діяльності, ціннісного ставлення до життєво-професійних ситуацій, стимулювання потреби професійної причетності, навичок і вмінь ефективно професійно-рольової взаємодії; зняття бар'єрів сприйняття гендерних уявлень щодо соціально-психологічних характеристик і соціальних ролей; відчуття задоволення досягнутим, формування конструктивних стандартів і формулювання вимог до себе та оточення, особистісно-професійного потенціалу;

3) формування у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – навичок і вмінь психологічної саморегуляції, нейтралізації афективних переживань, розвиток стресостійкості та адаптивного потенціалу, організаторських умінь і комунікативних навичок; визначення професійних цілей, проектування значущих умов їх досягнення, узгодження наявних ресурсів та необхідних енергетичних затрат;

4) формування у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – ініціативності, почуття особистісної причинності; стимулювання потреби особистісно-професійного саморозвитку, професійної самореалізації; навичок відрефлексування власних можливостей, здатності оцінювання результатів професійної діяльності на основі актуального і бажаного професійного майбутнього, корекції результатів діяльності.

Методичні аспекти тренінгу. Методологія розвитку практичного мислення майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ – включає, з одного боку, сукупність принципів, що визначають специфіку формування професійного мислення фахівців, а з іншого – систему прийомів і методів, що формують їх професійне мислення. Отже, формуються і закріплюються здатності до розумових дій, що передбачають уявне відтворення психологічних характеристик об'єктів професійної взаємодії, готовність до неї.

У програмі увага приділялась також розвитку інтересу до спеціальності та професії прикордонника, усвідомлення важливості оволодіння та практичного використання академічних знань, і рефлексії власної діяльності.

Серед основних принципів, які покладено в основу розроблення та реалізації програми тренінгу, враховані такі [15]:

організаційні – гомогенності, просторово-часової організації групи;

створення групового середовища – системності, цілісності, реалістичності;

етичні – конфіденційність, відповідність змісту цілям тренінгу;

принцип поведінки учасників – активності, добровільності; дослідницької і творчої позиції, партнерського спілкування і відвертості, зосередженості на сьогоднішньому (“тут і тепер”), концентрації на собі й усвідомленості власної поведінки, персоніфікації, конкретності і безоціночності висловлювань (уникнення узагальнень).

Порядок тренінгової роботи в ході окремого заняття відображає структуру тренінгової взаємодії та включає такі дії:

1. Ритуал привітання.
2. Розминку.
3. Рефлексію минулого заняття.
4. Введення в тему заняття – теоретичний блок.
5. Конкретні справи, заняття, що дозволяють засвоїти основний зміст.
6. Домашнє завдання.
7. Рефлексію минулого заняття.
8. Ритуал прощання.

У процесі тренінгової роботи застосовувалися методи та методичні прийоми проведення психотренінгових процедур [9], [10], [5], [6], [16]. Зокрема, такі:

операціоналізація;

групове вирішення проблем;

аналіз конкретних ситуацій;

мінілекція;

групові дискусії;  
мозковий штурм;  
обмін досвідом;  
практичні вправи;  
психогімнастичні ігри;  
імітація та моделювання;  
медитативна техніка;  
“Case-study” та захист проєктів;  
групова рефлексія.

Проведені тренінгові заняття були згруповані у вступну частину, 4 блоки, заключну частину:

Вступна частина мала на меті невимушене знайомство учасників тренінгу, створення сприятливого психологічного клімату в тренінговій групі, передбачала засвоєння учасниками тренінгу правил групової роботи, налагодження між ними зворотного зв'язку “учасник – група” та “група – учасник”, налаштування на рефлексію. Передбачала також виконання вправ: “Знайомство”, “Правила поведінки в групі”, “Хто Я?”, “Формулювання очікувань від тренінгу”, “Довірливе падіння”.

Блок 1 – “Формування поняттєво-змістових характеристик професійного мислення” – включає тренінгові процедури для розвитку мисленневих процесів майбутніх прикордонників, здатності до пошуку, виявлення та розв'язання професійної проблемної ситуації на основі її аналізу, узагальнення, виділення головних, зовнішньо не заданих, прихованих властивостей і компонентів, вибудовувати стратегію розв'язання професійних завдань на основі бачення перспективи розвитку ситуації; розширення мисленнєвого діапазону, розвитку сприйнятливості, гнучкості, оригінальності, активності, деталізації, практичної спрямованості мислення. Методика тренінгу передбачала проведення “психологічних розминок” на початку кожної тренінгової сесії, мінілекції “Інтелектуальні карти Бьюзена”, вправ “Складання інтелект-карти”, “Формулювання гіпотез”, “Уміння бачити незвичайне в звичайному”, “Критичне оцінювання”, “Невідступне думання”, “Рухливість мислення”, інтелектуальної гри “Чи ви вірите?”, вправ “Переформулювання проблеми”, “Заборонений рух”,

“Символізація матеріалу”, “Творче перенесення”, “Побудова за алгоритмом”, “Переструктурування”, “Пошук альтернативи”, “Децентрація”, ігор “Асоціації”, “Аукціон ідей”, “Скульптура”, “Дебати”, “Прес-конференція”, вправ “Протилежності”, “Позитивне декларування”, “Колаж бажань”, рольових ігор “Паспортний контроль”, “Перетин кордону”.

Блок 2 – “Формування ціннісно-мотиваційних характеристик професійного мислення” – включає тренінгові процедури щодо формування військово-професійної спрямованості та інтересу до прикордонної діяльності; усвідомлення життєво-професійних цінностей; формування відчуття професійної причетності та задоволення досягнутим, навичок і вмінь ефективної безконфліктної професійно-рольової взаємодії; актуалізації гендерних уявлень і зняття бар’єрів сприйняття соціально-психологічних характеристик і статево-рольових стереотипів; осмисленого конструктивного ставлення до професійних стандартів. Передбачалося також проведення “психологічних розминок” на початку кожної тренінгової сесії, вправ “Професія прикордонника поміж інших професій”, “Образ професіонала”, “Професійна ідентифікація”, “Я люблю свою професію”, “Почуття успіху”, “Ідентифікація з роллю”, “Малюнок конфлікту”, “Професійні обмеження і перешкоди”, мінілекції “Гендер та гендерні характеристики особистості”, “Гендерні стереотипи”, “Ціна стереотипу”, “Гендерні особливості кар’єри”.

Блок 3 – “Формування операційно-регуляційних характеристик професійного мислення” – включає тренінгові процедури щодо формування навичок і вмінь саморегуляції поведінки та психофізичного відновлення, нейтралізації афективних переживань; формування конструктивних проактивних стратегій подолання стресу; організаторських умінь і комунікативних навичок і вмінь, планування особистісно-професійного розвитку та моделювання шляхів реалізації. Передбачалося проведення “психологічних розминок” на початку кожної тренінгової сесії, бесіди “Психологічна саморегуляція”, вправ “Ключ Алієва”, “Видихання стресу”, “Активізація психічного стану”, “Прогресуюча м’язова релаксація Джекобсона”, “Настрій”, “Готовність до про-

фесійної діяльності”, “Хочу-можу-потрібно”, “Я зможу...”, “Аналіз критичних інцидентів”, рольової гри “Згладжування конфліктів”, вправ “Мої життєві цілі”, “Мета, спосіб, засіб”, гри “Ефективна комунікація”, вправи “Міні-презентація в групі”, ігор “Претендент”, “Організація заходу”.

Блок 4 – “Формування рефлексивно-оціночних характеристик професійного мислення” – включає тренінгові процедури щодо формування ефективної самостійності, відповідальності, ініціативності; потреби особистісно-професійного саморозвитку та навичок програмування дій та ефективних способів досягнення професійних цілей; навичок і вмінь рефлексії професійних можливостей щодо співвідношення актуального і бажаного професійного майбутнього, здатності до оцінювання та корегування результатів професійної діяльності. Передбачала проведення “психологічних розминок” на початку кожної тренінгової сесії, вправ “Карта бажань”, “Мої пріоритети”, “Планування та контроль часу”, “Перетворення бажань в програму дій”, “Мотивація на успіх”, “Мрія та ціль”, “Суб’єктивний портрет”, “Карта на роздуми”, “Залишайтеся реалістом”.

Заключна частина орієнтована на закріплення учасниками тренінгу набутих знань, умінь і навичок, усвідомлення набутих особистісно-професійних змін, заключне збирання інформації від учасників щодо реалізації їх очікувань від тренінгу, оцінювання результатів тренінгової роботи в цілому. Передбачала проведення вправ “Що я придбав?”, “Мені сподобалося”, “Завершення тренінгу”, “До побачення”.

Структура окремого заняття така:

1) вступна частина:

тематична розминка, що виконувала функцію психологічного запуску теми;

актуалізація проблеми в ході виконання вправи або невелика гра, яка має показати учасникам, з чим їм необхідно працювати для власного розвитку або розвитку стосунків;

ведення понять, правил, технологій. Теоретична інформація надавалася дозовано, лише необхідне для конкретного заняття, у простій

і зрозумілій формі. Ця інформація допомагала формувати навички (з мотиваційної і інструментальної точок зору) і надалі їх відстежувати самому.

2) основна частина:

відпрацювання навичок і вмінь у серії вправ; як правило, це короткі, конкретні вправи, спрямовані на окремі аспекти якоїсь навички та вміння;

узагальнення навичок і вмінь рольовій грі, яка була засобом перевірки ефективності відпрацьованого раніше;

3) завершальна частина:

підбиття підсумків роботи, оцінювання отриманого досвіду; рефлексування (обмін відчуттями, аналіз події, відповіді на запитання);

міжособистісна підтримка, зворотний зв'язок.

Кожна вправа складалася з трьох частин:

вступна частина, яка спрямована на з'ясування особливостей виконання конкретної вправи, окремих правил тощо;

основна частина, під час якої відбувалося безпосереднє виконання практичної частини вправи, що дозволяло учасникам оволодівати необхідними вміннями і практичними навичками щодо використання набутих теоретичних знань;

підбиття підсумків, що передбачало обговорення учасниками проблемних моментів під час виконання вправи, збір та інтегрування набутого досвіду, отримання зворотного зв'язку в групі.

## 5. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Програма тренінгу складається з вступної частини, чотирьох блоків, заключної частини. Основними завданнями її визначено розвиток у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ: 1) змістових аспектів мисленневих процесів: здатності охоплювати різні прояви предмета діяльності, розширення мисленневого діапазону, вміння бачити проблему, розширення та поглиблення погляду на її сутність, здатності аналізувати, узагальнювати, виділяти головне, просуватися до суттєвих змістових ознак предмета (явища); співвід-



носити вектор мисленневої діяльності з рівнем операціоналізації набутих професійних знань (глибина, дієвість, адекватність, гнучкість, повнота, структурованість) для конкретної ситуації або проблеми; розвиток оригінальності, спонтанної активності, швидкості, сприйнятливості, плавності, деталізації для успішного вирішення професійної проблеми; 2) мотиваційних основ досягнення професійної успішності, військово-професійної спрямованості та інтересу до прикордонної діяльності, осмисленого ставлення до життєво-професійних цінностей, стимулювання потреби професійної причетності, навичок ефективної професійно-рольової взаємодії; зняття бар'єрів сприйняття гендерних уявлень щодо соціально-психологічних характеристик і соціальних ролей; відчуття задоволення досягнутим, формування конструктивних стандартів та вимог до себе та оточення, особистісно-професійного потенціалу; 3) навичок психологічної саморегуляції, нейтралізації афективних переживань, розвиток стресостійкості та адаптивного потенціалу, організаторських умінь та комунікативних навичок; формулювання професійних цілей, проектування значущих умов їх досягнення, узгодження наявних ресурсів та необхідних енергетичних затрат; 4) ініціативності, почуття особистісної причинності; стимулювання потреби особистісно-професійного саморозвитку, професійної самореалізації; навичок відрефлексування власних можливостей, здатності оцінювання результатів професійної діяльності на основі актуального і бажаного професійного майбутнього, корекції результатів діяльності. Перспективним напрямом нашого дослідження є викладення статистичного аналізу результатів формування професійного мислення у майбутніх молодших спеціалістів – жінок-військовослужбовців ДПСУ.

### Список використаних джерел

1. Робоча навчальна програма підготовки молодших інспекторів прикордонної служби 2 категорії з терміном підготовки 3 місяці у Головному центрі підготовки особового складу. Черкаси : Гол. ц-тр підгот. о/с ДПСУ ім. г-л/м-ра І. Момота. 2018. 55 с.

2. Робоча навчальна програма підготовки за спеціальністю “Молодший інспектор прикордонної служби” в рамках проекту “Нове обличчя кордону”. Черкаси : Гол. ц-тр підгот. о/с ДПСУ ім. г-л/м-ра І. Момота. 2018. 82 с.
3. Лефтеров В. О. Теорія прогресивної транс психічної маніпуляції у тренінгу. *Проблеми екстремальної та кризової психології* : зб. наук. праць. 2010. Вип. 7. С. 275–285.
4. Лефтеров В. А. Типовая программа тренинга Коммуникация – Стресс – Безопасность: Методико-технологический алгоритм. Донецк : ДЮИ МВД Украины, 2004. 40 с.
5. Мороз Л. І. Основи професійно-психологічного тренінгу : навч. посіб. Київ : 2004. 130 с.
6. Мороз Л. І. Професійно-психологічний тренінг у становленні особистості фахівця (на прикладі працівників ОВС) : монографія. Івано-Франківськ : ЗАТ “Надвірнянська друкарня”, 2007. 312 с.
7. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. Київ. : Центр навчальної літератури, 2014. 250 с.
8. Федорчук В. М. Тренінг – інструмент особистісного зростання особистості. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць КПНУ ім. І. Огієнка, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2010. Вип. 9. С. 690–700.
9. Вачков И. В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы. Москва : Эксмо, 2007. 416 с.
10. Зайцева Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг, как инструментальное действие. Санкт-Петербург : Речь ; Москва : Смысл, 2002. 80 с.
11. Маркова А. К. Психология профессионализма. Москва : МГУ, 1996. 308 с.
12. Потапчук Є. М. Педагогічні методи моделювання психологічних факторів оперативно-службової діяльності прикордонників. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2011. № 57. С. 65–68.
13. Прикладні аспекти військової психології : навчальний посібник / колектив авторів; за заг. ред. В. І. Осьодла. Київ : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2015. 236 с.
14. Ягупов В. В. Військова дидактика : навч. посіб. Київ : ВПЦ “Київський ун-т”, 2000. 400 с.
15. Психогимнастика в тренінге. Под. редакцией Н. Ю. Хрящевой. Санкт-Петербург : Речь, Институт Тренинга, 2006. 256 с.

16. Як планувати власну професійну кар'єру: методичні рекомендації / Байдулін В. Б., Злочевська Л. С., Торчевська Н. В. Київ : ІПТО НАПН України, 2019. 80 с.

**Oksana Shemchuk. Methodical Bases of Training of Formation of Professional Thinking in Future Younger Specialists-Women of the Government Service**

On the basis of the analysis of training classifications, content and mechanisms of training influence, techniques and forms of its implementation, the author emphasizes precisely on professional-psychological training, which is aimed at the formation, development, correction of the subject of the required professional qualities, on mastering in future young people Specialists - women servicemen of the State Border Service of Ukraine of specific professional knowledge, skills, skills, on the correction of installations, development of personal qualities through the internalization of features professional environment, objects and features of interaction with him professional. It is proved that professional-psychological training, as educational-developmental technology, aims to form in the subject of activity professional knowledge and skills, in creative, aimed at solving innovative problems of the process, with no ready-made solutions. At the same time from participants such training requires initiative, activity, resourcefulness, ability to carry out productive joint activity. The author's training program, consisting of the introductory part, 4 blocks, the final part, the main tasks of which the development of future junior specialists – women servicemen of the State Border Service of Ukraine is outlined: 1) the substantive aspects of thinking processes: the ability to cover the various manifestations of the object activity, expanding the thinking range, the ability to see the problem, expanding and deepening views on its essence, the ability to analyze, summarize, highlight the main things, etc; to correlate the vector of thinking activity with the level of operationalization of the acquired professional knowledge (depth, efficiency, adequacy, flexibility, completeness, structure) for a particular situation or problem; development of originality, spontaneous activity, speed, etc; 2) motivational foundations for achieving professional success, military-professional orientation and interest in border activities, etc; 3) skills of psychological self-regulation, neutralization of affective experiences, development of stress resistance and adaptive potential, organizational skills and communication skills; formulating professional goals, designing meaningful conditions for their achievement, etc. 4) initiative, sense of personal causality; stimulating the need for personal and professional

self-development, professional self-realization; skills to reflect your own capabilities and more.

**Key words:** professional thinking; women servicemen; professional activity.

### References

1. (2018). Robocha navchalna prohrama pidhotovky molodshykh inspektoriv prykordonnoi sluzhby 2 katehorii z terminom pidhotovky 3 misiatsi u Holovnomu tsentri pidhotovky osobovoho skladu [Curriculum for junior borderin spectors of the 2nd category with a training period of 3 month sat the Main Personnel Training Center]. Cherkasy : Hol. ts-tr pidhot. o/s DPSU im. h-l/m-ra I. Momota. 55 s. [in Ukrainian]
2. (2018). Robocha navchalna prohrama pidhotovky za spetsialnistiu “Molodshyi inspektor prykordonnoi sluzhby” v ramkakh proektu “Nove oblychchia kordonu” [Work program of training in the specialty “Junior Border Inspector” with in the project “New Frontier Face”]. Cherkasy : Hol. ts-tr pidhot. o/s DPSU im. h-l/m-ra I. Momota. 82 s. [in Ukrainian]
3. Lefterov V. O. (2010). Teoriia prohresyvnoi trans psykhhichnoi manipuliatsii u treninhu. Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykhhologii [The theory of progressive trans psychic manipulation in training] : zb. nauk. prats. Vyp. 7. S. 275–285. [in Ukrainian]
4. Lefterov V. A. (2004). Tipovaya programma treninga Kommunikatsiya – Stress – Bezopasnost' [Typical training program Communication – Stress – Safety: Methodological and Technological Algorithm]: Metodiko-tekhnologicheskii algoritm. Donetsk : DYU MVD Ukrainy. 40 s. [in Russian]
5. Moroz L. I. (2004). Osnovy profesiino-psykhologichnoho treninhu [Fundamentals of professional-psychological training: study] : navch. posibnyk. Kyiv. 130 s. [in Ukrainian]
6. Moroz L. I. (2007). Profesiino-psykhologichnyi treninh u stanovlenni osobystosti fakhivtsia (naprykladi pratsivnykiv OVS) [Professional-psychological training in the formation of the personality of a specialist (for example, employees of the police department)] : monohrafiia. Ivano-Frankivsk : ZAT “Nadvirnianska drukarnia”. 312 s. [in Ukrainian]
7. Fedorchuk V. M. (2014). Treninh osobystisnoho zrostannia [Training for personal growth] : navch. posib. Kyiv : “Tsentri uchbovoi literatury”. 250 s. [in Ukrainian]

8. Fedorchuk V. M. (2010). Treninh – instrument osobystisnoho zrostantia osobystosti. Problemy suchasnoi psykholohii [Training – a tool for personal growth of personality]: zb. nauk. prats KPNU im. I. Ohiiienka, In-tupsykholohiiim. H. S. Kostiuka APN Ukrainy. Vyp. 9. S. 690–700. [in Ukrainian]

9. Vachkov I. V. (2007) Psikhologiya treningovoy raboty: sodержatel'nye, organizatsionnye i metodicheskie aspekty vedeniya treningovoy gruppy [Psychology of training work: substantive, organizational and methodological aspects of conducting a training group]. Moskva : Eksmo. 416 s. [in Russian]

10. Zaytseva T. V. (2002). Teoriya psikhologicheskogo treninga. Psikhologicheskiiy trening, kak instrumental'noe deystvie [Theory of psychological training. Psychological training as an instrumental action]. Sankt-Peterburg : Rech'; Moskva : Smysl. 80 s. [in Russian]

11. Markova A. K. (1996). Psikhologiya professionalizma [Psychology of professionalism]. Moskva : MGU. 308 s. [in Russian]

12. Potapchuk Ye. M. (2011). Pedagogichni metody modeliuvannia psykholohichnykh faktoriv operativno-sluzhbovoi diialnosti prykordonnykh [Pedagogical methods of modeling of psychological factors of border guards operational activity]. Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. № 57. S. 65–68. [in Ukrainian]

13. Prykladni aspekty viiskovoi psykholohii [Applied aspects of military psychology] (2015) : navchalnyi posibnyk / kolektyv avtoriv; za zah. red. V. I. Osodla. Kyiv : NUOU im. Ivana Cherniakhovskoho. 236 s. [in Ukrainian]

14. Yahupov V. V. (2000). Viiskova dydaktyka [Military didactics] : navch. posib. Kyiv : VPTs "Kyivskiy un-t". 400 s. [in Ukrainian]

15. (2006). Psikhogimnastika v treninge [Psycho-gymnastics in training]. Pod. Redaktsiyei N. Yu. Khryashchevoy. Sankt-Peterburg : Rech', Institut Treninga. 256 s. [in Russian]

16. (2019). Yak planuvaty vlasnu profesiinu kariyeru [How to plan your own professional career] : metodychni rekomendatsii / Baidulin V. B., Zlochevska L. S., Torchevska N. V. Kyiv : IPTO NAPN Ukrainy, 80 s. [in Ukrainian]