

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт  
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»  
(наименование)

37.03.01 Психология  
(код и наименование направления подготовки)

## ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Психологическое сопровождение профессионального самоопределения в  
старшем школьном возрасте

Обучающийся Т.А. Карпенко  
(Инициалы Фамилия) (личная подпись)

Руководитель канд. психол. наук, доцент Э.Ф. Николаева  
(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2023

## Аннотация

Бакалаврская работа посвящена проблеме психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников, учащихся в 9-х классах.

Выбор данной темы обусловлен теми сложностями, с которыми сталкиваются современные девятиклассники, когда им необходимо сделать свой первый профессиональный выбор, а знаний, умений и навыков для этого еще недостаточно, что приводит к неоптимальному выбору и необходимости тратить на его последующую коррекцию большое количества сил и времени.

Целью работы является изучение влияния психологического сопровождения на профессиональное самоопределение в старшем школьном возрасте.

В основе бакалаврской работы лежит гипотеза, согласно которой комплексное психологическое сопровождение профессионального самоопределения благоприятно влияет на уровень готовности учащихся 9-х классов к выбору профессии, а также способствует изменению мотивов выбора профессии и психологических установок относительно их выбора.

В ходе работы решаются такие задачи как изучение теоретических аспектов психологического сопровождения профессионального самоопределения учащихся 9-х классов, проведение эмпирического исследования по диагностике уровня профессионального самоопределения, разработка и апробация программы психологического сопровождения профессионального самоопределения учащихся 9-х классов, анализ результатов исследования.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (55 наименований) и приложения. Результаты исследования графически отражены в 9 таблицах и 10 рисунках. Объём работы – 76 страниц.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретический анализ проблемы психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников.....	8
1.1 Проблема профессионального самоопределения в работах отечественных и зарубежных психологов.....	8
1.2 Современные подходы к проблеме психологического сопровождения.....	17
1.3 Особенности психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников..	21
Глава 2 Эмпирическое исследование психологического сопровождения профессионального сопровождения старшеклассников.....	32
2.1 Организация и методы исследования.....	32
2.2 Выявление уровня профессионального самоопределения учащихся 9-х классов .....	37
2.3 Разработка и апробация программы психологического сопровождения профессионального самоопределения.....	49
2.4 Анализ полученных результатов .....	54
Заключение.....	65
Список используемой литературы.....	68
Приложение А Результаты диагностики профессиональных установок подростков (учащихся 9-х классов) по методике И.М. Кондакова.....	75

## Введение

Актуальность. Вопросы выбора профессии являются одними из наиболее актуальных в жизни любого человека. Работа дает возможность не только обеспечить себе достойный материальный уровень жизни, но и реализовать свои способности, цели, устремления. На работу тратится много времени, сил, она занимает немалую часть жизни большинства людей. Поэтому так важно, чтобы профессия была выбрана верно. Этот вопрос является не только индивидуально-значимым, но и имеет большое значение для общества в целом. Существует потребность общества в подготовке специалистов по определенным профессиям, а также в качественном выполнении этими специалистами своих обязанностей.

Большое значение имеет выбор профессии старшеклассниками, так как именно в этом возрасте деятельность по профессиональному самоопределению является наиболее естественной, что определяется как возрастными особенностями, так и в целом социальной ситуацией, в которой находятся выпускники школы. Родители и общество в целом ждут от молодого поколения профессионального выбора, сами школьники в большинстве своем заинтересованы в том, чтобы сделать этот выбор. И, тем не менее, профессиональное самоопределение старшеклассников по-прежнему в силу разных причин носит преимущественно стихийный, не достаточно осознанный характер. Данное противоречие обуславливает актуальность данного исследования.

Проблема профессионального самоопределения отражена в трудах многих отечественных и зарубежных исследователей, различные аспекты готовности к профессиональному выбору изучали Е.А. Климов, А.Н. Леонтьев, Н.С. Пряжников, Э.Ф. Зеер, А.Е. Голомшток, Л.И. Божович, Н.В. Самоукина, Г.В. Резапкина, Е. Кеммер и другие. На современном этапе исследование данной проблемы продолжают И.В. Кузнецова, О.А. Рудакова, Я.А. Корнеева, А.С. Юрьева, Е.Ю. Пряжникова и другие.

Работы данных и других авторов послужили теоретической базой данного исследования.

Проведенный анализ научных публикаций по теме исследования показал, что в данной теме можно выделить ряд аспектов, в которых есть потребность в дальнейших исследованиях. Одним из наиболее актуальных представляется ситуация профессионального выбора, в которой находятся современные учащиеся 9-х классов. Исследования достаточно подробно отражают ту разницу, которая существует между профессиональным самоопределением учащимися 9-х и 11-х классов, но степень исследования профессионального самоопределения в отношении современных девятиклассников представляется недостаточной: отсутствует ясность в том, как преодолеть кризис, вызванный большой разницей между серьезностью ожидаемого от них выбора и степенью их готовности к этому выбору.

Девятиклассники находятся в кризисной ситуации, связанной с тем, что именно в этот год они сталкиваются с большим количеством новых задач, таких как выбор и сдача экзаменов и принятие решения о дальнейшем учебном и профессиональном пути, а имеющихся навыков по решению подобных ситуаций у них еще недостаточно. Психологическая помощь в самоопределении на данном этапе представляется очень актуальной и востребованной.

Цель исследования: изучение влияния психологического сопровождения на профессиональное самоопределение в старшем школьном возрасте.

Объект исследования: профессиональное самоопределение.

Предмет исследования: психологическое сопровождение профессионального самоопределения учащихся 9-х классов.

Гипотеза исследования: психологическое сопровождение профессионального самоопределения благоприятно влияет на уровень готовности учащихся 9-х классов к выбору профессии и способствует

изменению мотивов выбора профессии и психологических установок относительно их выбора.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие задачи:

- изучить теоретическую литературу по проблеме исследования,
- провести эмпирическое исследование, направленное на диагностику уровня профессионального самоопределения учащихся 9-х классов,
- разработать и апробировать программу психологического сопровождения профессионального самоопределения учащихся 9-х классов,
- проанализировать результаты исследования.

Теоретико-методологическую базу исследования составили: работы по исследованию сущности профессионального самоопределения (Н.С. Пряжников, Е.А. Климов, Н.В. Самоукина, Э.Ф. Зеер), идеи С.Л. Рубинштейна относительно определения личности через модальности «хочу», «могу», «я сам», дополненные Е.А. Климовым, исследования, отражающие специфику психологического сопровождения профессионального самоопределения в современной школе (И.В. Кузнецова).

Методы и методики исследования:

- теоретические методы исследования;
- эмпирические методы;
- психодиагностические методики (тест-опросник «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гришпун), диагностика профессиональных установок подростков (И.М. Кондаков), опросник для выявления готовности к выбору профессии (В.Б. Успенский), методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока в модификации Г.В. Резапкиной, дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова в модификации А.А. Азбель);
- математико-статистические методы обработки полученных результатов.

Теоретическая значимость исследования заключается в дополнении имеющихся исследований данными о профессиональном самоопределении учащихся 9-х классов.

Практическая значимость исследования заключается в том, что результаты исследования влияния психологического сопровождения на профессиональное самоопределение учащихся девятого класса, приведенные во второй главе, могут быть использованы психологами и педагогами при проведении работы по профессиональному самоопределению.

Новизна исследования заключается в расширении представлений об особенностях психологического сопровождения профессионального самоопределения подростков в условиях групповой и индивидуальной работы психолога в современной массовой школе и подборе актуальных форм и методов работы.

База исследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Средняя общеобразовательная школа № 86». Выборка исследования: 54 человека из двух 9-х классов МАОУ «СОШ №86». Возраст учащихся 15-16 лет.

Структура работы: выпускная квалификационная работа включает в себя: введение, две главы основного текста, заключение, список используемой литературы (55 источников), приложения. Общее количество страниц выпускной квалификационной работы составляет 74, количество таблиц – 9, рисунков – 10.

# **Глава 1 Теоретический анализ проблемы психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников**

## **1.1 Проблема профессионального самоопределения в работах отечественных и зарубежных психологов**

В современном обществе появляется все больше возможностей для профессионального и карьерного роста, увеличивается количество профессий и рабочих мест, появляются новые средства и методы профессионального обучения, возможность сформировать индивидуальный профессиональный путь с учетом возможностей человека, есть возможность дистанционной работы, индивидуально или в больших компаниях. При всех положительных аспектах такой расширенный выбор обеспечивает большую нагрузку при попытке сделать профессиональный выбор, особенно если это происходит в школьном возрасте. Это приводит к тому, что выбор профессии часто делается без учета множества важных факторов, и как итог - многие выпускники учебных заведений не работают по специальности, а проходят после длительного и порой дорогого обучения в вузе краткосрочную переподготовку в выбранной сфере работы. Это вызывает сожаления о потраченных финансах, времени и усилиях, часто делает необходимым повторное получение образования той же ступени, порой в совершенно иной сфере деятельности.

Сложности в профессиональном самоопределении связаны и с тем, что в настоящий момент в сфере профессий происходят постоянные изменения. Появляются новые профессии, устаревают те, которые совсем недавно были актуальными, содержательная сторона многих профессий также претерпевает изменения под влиянием информационных, технических и социальных процессов в обществе. Человек сталкивается с необходимостью подстраиваться под эти изменения и порой кардинально менять свою



профессиональную деятельность. Если уровень профессионального самоопределения недостаточно высок, нет навыков адаптации, понимания себя и запроса на профессиональную деятельность от общества, то эти процессы могут вызывать большой стресс.

А.А. Толстикова выделяет следующие трудности, возникающие при выборе профессии: «1) отсутствие представления о востребованных профессиях; 2) перенос отношения к человеку на саму профессию; 3) ориентация на профессии высокой квалификации; 4) устаревшие представления о характере и условиях труда конкретной профессии; 5) непонимание какие знания и навыки необходимы для успешной профессиональной деятельности; 6) субъективная оценка своих предпочтений и способностей» [42, с. 346].

Одной из причин происходящего является то, что в подростковом возрасте, на школьном этапе профориентации не была сформирована достаточная готовность к профессиональному самоопределению, не были учтены интересы, способности человека, а выбор осуществлялся по неким второстепенным мотивам.

И.В. Арендачук выделяет следующие социальные изменения, усложняющие процесс профессионального самоопределения: «направленность на ценности индивидуализации, интенсивное развитие рынка труда и образовательных услуг, изменения в общественных представлениях об идеале «профессионала», требования общества к осуществлению учащимися профессионального выбора до достижения психологической зрелости» [2, с. 79].

Все вышеперечисленное отражает важность профессионального самоопределения личности, которое исследуется в работах отечественных и зарубежных психологов.

Профессиональное самоопределение является одним из видов самоопределения личности в целом. Этот взгляд отражен в исследованиях

Л.И. Божович [6], В.В. Болучевской [8], Н.С. Пряжникова [30] и других исследователей.

Например, Н.С. Пряжников выстраивает следующую структуру самоопределения: «жизненное самоопределение; самоопределение личности в культуре; личностное самоопределение; самоопределение в пределах конкретной профессии; самоопределение в пределах конкретной трудовой деятельности; самоопределение в пределах конкретной трудовой функции» [30, с. 12].

Профессиональное самоопределение Н.С. Пряжников понимает как «выбор личностью сферы трудовой деятельности на основе свободного волеизъявления; нахождение личностных смыслов в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности, а также нахождение смыслов в самом процессе самоопределения» [30, с. 21].

Согласно определению Е.А. Климова, профессиональное самоопределение - это «сложный динамический процесс ориентации личности в профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала» [19, с. 12].

Согласно Н.В. Самоукиной, профессиональное самоопределение «направляется стремлением к гармоничному раскрытию и утверждению своего природного творческого потенциала через самоанализ, самопознание и самооценку собственных способностей и ценностных ориентаций, через осознание того, насколько собственные индивидуальные особенности соответствуют требованиям профессии» [38, с. 23].

Профессиональное самоопределение является важным фактором социализации, И.А. Левицкая пишет «Нахождение своей «ниши» в мире профессий, основанное на активности, самостоятельности, ответственности за своё становление, позволяет личности найти оптимальную область деятельности для полной реализации» [25, с. 140].

Исследуя сущность профессионального самоопределения В.В. Решетников [35] указывает, что профессиональное самоопределение может рассматриваться и как процесс, и как результат, и как состояние. Н.Н. Старостина в своей работе также отражает данную точку зрения: «Профессиональное самоопределение как процесс представляет собой длительную, многолетнюю, многоэтапную деятельность, в ходе которой человек ведет поиск смысла в профессиональной деятельности, соотносит личностные цели, предпочтения, способности и склонности, являющиеся динамичными и подверженными изменениям, с содержанием и требованиями профессионального труда. Рассмотрение понятия «профессиональное самоопределение» как результата заключается в том, что в ходе осуществления профессионального выбора, человек в определенный момент обретает чёткое понимание своего профессионального предназначения, готов сделать свой выбор и идентифицирует себя с будущей профессией» [40, с. 175]. «Профессиональное самоопределение как состояние представляет собой «срез» динамического процесса профессионального самоопределения, когда человек находится в состоянии размышления, поиска, выбора своего профессионального пути» [40, с. 176].

Э.Ф. Зеер с соавторами рассматривает профессиональное самоопределение как «осознанное согласование профессионально-психологических возможностей человека с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, процесс формирования отношения личности к себе как к субъекту будущей профессиональной деятельности» [17, с. 15].

Е. Кеммемер также подчеркивает необходимость согласования «внутреннего понимания профессиональной направленности в обучении, которое представляет собой представление о собственной личности и внешнего понимания, которое представляет собой представление о реальном мире и профессий и распространяется на обучение профессии, процессы выбора и принятия решений» [54, с. 11].

О.А. Волкова выделяет два последовательных уровня профессионального самоопределения: «1) гностический (перестройка сознания и самосознания); 2) практический уровень (реальные изменения статуса человека в обществе)» [10, с. 407].

Структура профессионального самоопределения также описана в различных исследованиях. Например, С.Н. Чистякова выделяет в структуре профессионального самоопределения такие компоненты как профессиональную направленность, профессиональное самосознание, профессиональную саморегуляцию, профессионально важные качества [45].

Л.А. Головей с соавторами выделяет такие составляющие профессионального самоопределения, как «наличие профессионального выбора, его содержательную направленность, информированность о профессии, познавательную активность, уровень сформированности профессионального плана, статус профессиональной идентичности» [11, с. 32].

При работе со старшеклассниками распространено использование модели профессионального самоопределения «Хочу», «Могу» и «Надо». Она была сформулирована С.Л. Рубинштейном, доработана Е.А. Климовым и нашла широкое применение в современной практике работы по профориентации [14]. Компонент «Хочу» отражает ценности, цели, интересы личности. Компонент «Могу» описан С.Л. Рубинштейном как «а) знания, умения, навыки; б) способности, одаренность; в) свойства реагирования; г) черты характера и поведения.» [8, с. 25]. Компонент «Надо» содержит умение осознавать значимость и востребованность профессиональных действий и умений.

Изучая процесс профессионального самоопределения, исследователи уделяет отдельное внимание различным его аспектам. Например, М.В. Моногарова описывает наличие существенной взаимосвязи уровня рефлексии личности и уровня профессионального самоопределения [28], А.К. Осницкий пишет о результатах исследования связи уровня

информационной осведомленности и саморегуляции с уровнем готовности к профессиональному самоопределению [29]. Д.А. Леонтьев уделяет большое внимание личностной готовности к осуществлению выбора [26]. Эти и другие исследования позволяют сделать вывод о том, что теоретическая проблема профессионального самоопределения изучена весьма подробно.

С точки зрения практического применения данных исследований особое внимание уделяется изучению внешних и внутренних факторов, которые влияют на процесс самоопределения, так как именно исследование этих факторов делает возможным выделить те аспекты, на которые можно повлиять, чтобы профессиональное самоопределение проходило более успешно. Исследованием данных факторов занимались С.Л. Рубинштейн, Е.А. Климов, С.Н. Чистякова и другие.

Опираясь на имеющиеся исследования можно выделить ряд внешних и внутренних факторов, которые могут влиять на процесс самоопределения.

К внешним факторам (социальным, которые не контролируются) можно отнести: социально-экономические условия; социальная среда; рыночный спрос на кадры определенной профессии; требования рынка труда к личности специалиста, состоянию его здоровья, психофизиологических свойств и психологических качеств; профессионально-образовательные требования; перспективы профессионального роста, карьеры, повышения квалификации; особенности избираемой профессии (условия труда, оплаты, престиж, имидж профессии в обществе и т. п.), доступность образования (ограничения в выборе количества профессий теми учениками, которые проживают в сельской местности или небольшом городке), влияние среды (родителей, друзей, ровесников).

К внутренним факторам (психологическим, поддающимся контролю) можно отнести: мотивацию выбора профессии (ориентация на жизненные ценности, представление о будущем, опыт и тому подобное); осознанность значимости профессии лично для человека и в целом для общества; интерес к профессии в целом и ее отдельным функциям; врожденные задатки,

темперамент и характер, личностные способности, наклонности, привычки, информированность о мире профессий.

Все вышперечисленное - это факторы, под действием которых формируется мировоззрение и внутренняя готовность молодой личности к выбору профессии. Исследование факторов позволяет выделить закономерности в профессиональном самоопределении. Такие исследования проводят С.Н. Козловская [20], А.А. Бозоров [7], Е.А. Голубева [12].

Закономерности профессионального самоопределения - это устойчивые, повторяющиеся, объективно имеющиеся существенные связи во взаимодействии субъектов профориентационной деятельности, реализация которых способствует повышению эффективности указанного процесса.

Существуют закономерности, которые предопределяют личностный аспект профессионального самоопределения, а их практическая реализация формирует психологическую готовность человека к его осуществлению.

К самым существенным закономерностям процесса профессионального самоопределения индивида относятся:

- влияние объема и качества полученной информации и навыков трудовой деятельности школьников на готовность к выбору профессии,
- зависимость профессионального самоопределения от социально-экономических условий жизни,
- усиление рефлексии в случае если происходящее в профессиональном самоопределении не соответствует ожидаемому будущему,
- усиление симптомов тревожности, фрустрации в случае отсутствия решения проблемы профессионального самоопределения длительное время,
- важность воздействия среды (родители, педагоги, сверстники, СМИ),
- важность создания условий для соответствующей профориентационной деятельности.

Учет данных факторов и закономерностей очень важен при создании личноно ориентированной среды воспитания и развития школьников,

чтобы побуждать и мотивировать их к самопознанию и саморазвитию в профессиональном плане.

Сложность процесса профессионального самоопределения заключается в том, что его специфика предполагает решение противоречий. С одной стороны, самоопределение в профессиональном пространстве, предполагает самостоятельность, свободу в выборе, с другой, оно должно соответствовать характеристикам адекватной оценки социальной среде и ее временно-пространственным характеристикам. Возникающее противоречие между потребностью личности в самореализации и необходимостью быть полезным другим для получения оплаты за свой труд также часто приводит к существенному усложнению процесса выбора.

Описывая сущность процесса самоопределения, И.В. Кузнецова пишет: «Ключевой характеристикой профессионального самоопределения является преодоление неопределенности на личностно-мотивационном уровне за счет определения и переопределения собственной профессиональной позиции» [23, с. 140].

Профессиональное самоопределение не является процессом свойственным только старшему школьному возрасту. Оно может оказаться важным в любом возрасте, как для старшеклассника, который делает первые шаги в выборе профессии, осуществляет первичный выбор, так и для того молодого человека, который выпускается из университета, и для взрослого при смене профессии. Это подчеркивает Г.В. Богданова, указывая что «перед личностью постоянно возникают проблемы, требующие от нее определения своего отношения к профессиям, иногда анализа и рефлексии собственных профессиональных достижений, принятия решения о выборе профессии или ее смене, уточнения и коррекции карьеры, решения других профессионально обусловленных вопросов» [5, с. 498].

Однако школьный этап имеет свою специфику. Хотя до начала собственно профессиональной деятельности имеет смысл говорить только о формировании готовности к профессиональному самоопределению,

психологических основ для данного процесса, тем не менее, этот этап является очень важным, так как именно в этот период процесс самоопределения протекает наиболее естественно, будучи обусловлен новообразованиями психологического развития старшеклассников.

П. Хартунг подчеркивает важность того факта, что профессиональное развитие начинается еще в детстве, и важно использовать это время «как период активного предварительного вовлечения в мир труда, чтобы развить навыки заботы о будущем, представлений о принятии карьерных решений и уверенности в построении и осуществлении карьеры» [52, с. 471]. Социальная ситуация, в которой находятся выпускники школы, актуализирует процессы самоопределения, подводя к принятию первого профессионального решения на основе имеющихся знаний и навыков.

Проанализировав теоретический материал по проблеме профессионального самоопределения можно выделить ряд аспектов, которые необходимы для успешного профессионального самоопределения:

- необходимо осознавать свою профессиональную направленность: потребности, интересы, будущие намерения, ценности, отношения, цели, мотивы (то, что хочу), поэтому следует способствовать развитию самосознания,

- необходимо накапливать всесторонние знания, формировать навыки, развивать способности, компетенции, получать новые знания и опираться на уже имеющийся опыт (то, что могу);

- важно осознавать потребности общества, конкуренцию в отраслях, тенденции, потребности рынка труда в целом и конкретных работодателей в выбранной сфере (то, что надо), и уметь сопоставлять их с собственными желаниями и возможностями,

- важно развивать аналитическое и критическое мышление, решительность, ответственность за решения, научиться планировать свое время и задачи, самоорганизовать свою деятельность, приходить к результату размышления,



– необходимо научиться меняться во взаимодействии с меняющейся средой, в т.ч. социально-экономическая среда, профессиональная среда, образовательная среда, где важно для образования и самообразования.

Все вышеперечисленные аспекты могут рассматриваться и как ориентиры для формирования готовности к профессиональному самоопределению, и как критерии для оценки результата работы по психологическому сопровождению.

## **1.2 Современные подходы к проблеме психологического сопровождения**

Сложности, возникающие вследствие стихийного выбора профессии, делают актуальным исследование возможностей более конструктивного подхода к этому выбору. Психологическое сопровождение позволяет сделать выбор профессии более эффективно.

А.М. Ядрихинский подчеркивает, что психологическое сопровождение не является принципиально новым явлением в школе: «Психологическое сопровождение, по сути, всегда имело место в образовательном процессе школы. Его элементы были отражены в декларируемых целях и принципах воспитания, в разработке и внедрении активных методов обучения, организации внеклассной работы, а главное — в личном профессиональном опыте многих учителей» [50, с. 224].

Однако ранее это процесс имел скорее спонтанный характер, при этом больше внимания уделялось трудным, отстающим детям, и работа с психологическим состоянием была возложена на педагогов, которые действуют в условиях нехватки времени и навыков психологической коррекции и консультирования. На современном этапе осознается важность осуществления профессиональной психологической поддержки всех учащихся в разных аспектах их обучения.

Д.А. Евстигнеевой психологическое сопровождение описывается «как комплексная технология, особая культура поддержки и помощи учащемуся в решении задач развития, обучения, воспитания, социализации» [15, с. 39].

О.А. Рудакова характеризует психологическое сопровождение как «метод, обеспечивающий создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора» [37, с. 18].

И.В. Кузнецова пишет: «сопровождать процесс самоопределения - значит, создавать условия для запуска и осуществления самостоятельной деятельности человека по определению собственной профессиональной позиции» [23, с. 150].

В последние десятилетия понятие профессионального самоопределения, в связи с ситуацией, когда рынок труда довольно быстро меняется, расширилось от просто факта выбора профессии к профессиональному самосознанию, саморазвитию и самоуправлению карьерой на протяжении всей жизни. В таком формате недостаточно только диагностировать склонности и рекомендовать конкретные профессии. И.А. Юрьева подчеркивает «психолого-педагогическое сопровождение должно быть направлено на выработку у подрастающего человека способов реализации выбора будущей профессии» [49, с. 121].

В процессе профессионального самоопределения личность должна осознавать себя субъектом профессионального выбора, реализуя все лучшее, что у нее есть (таланты, склонности, возможности, способности) руководствуясь ценностными ориентациями, согласно индивидуального и социального опыта, общественных и личных потребностей и интересов. Молодой человек должен быть способен к постановке и реализации целей саморазвития, овладения профессиональными знаниями и умениями, осознании трудностей будущей профессиональной деятельности.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что очень важным является формирование умения самостоятельно выбирать профессию.

И.В.Кузнецова, описывая процесс психологического сопровождения, также фокусирует внимание на самостоятельности выбора учащихся: «Сопровождение ведет к позитивным результатам в том случае, когда оно опирается на деятельность самоопределяющегося человека. Предметом сопровождения является деятельность молодого человека по собственному самоопределению. Это означает следующее: прежде всего, важно понять, что в данный момент делает человек для собственного самоопределения или если не делает ничего, то почему, какие трудности испытывает, что сам может предложить для их разрешения» [23, с. 150].

О.А. Рудакова подчеркивает, что «основой психологического сопровождения является положение гуманистической психологии о сопровождении процесса развития личности, направлении ее развития, а не навязывание человеку цели и пути, правильного с точки зрения социума» [37, с. 18]. Е.В. Федосеенко пишет «центральный вектор сопровождения профессионального самоопределения – не выбор профессии как таковой, а познание себя» [43, с. 12].

Механизм психологического сопровождения должен основываться на:

- выявлении личностных качеств индивида, важных в профессиональном плане,
- активизации внутренних психологических ресурсов,
- формировании позитивного отношения к профессиональной сфере,
- подкреплении положительной мотивации к профессиональному самоопределению,
- помощи в понимании учащимися личностных ценностей и возможностей реализовать их в профессии.

Я.А. Корнеева и А.С. Юрьева выделяют такие способы реализации психологического сопровождения, как «профессиональную психологическую диагностику, профориентационные игры с классом, анализ ситуаций профессионального самоопределения, профориентационные упражнения в микрогруппах» [22, с. 83].

Психологическое сопровождение реализуется через психодиагностику, формирование и развитие, психопрофилактика и психокоррекция. Каждое из указанных направлений является подготовкой к следующему и, в некоторой степени, продолжением предыдущего.

Психодиагностическое направление содержит исследовательский инструментарий для выявления уровня сформированности внутренних факторов профессионального самоопределения учащихся (до и после реализации программы психологического сопровождения).

Направление формирования и развитие включает в свое содержание тренинговые занятия, индивидуальные консультации, семинары-практикумы, направленные на активное целенаправленное влияние на развитие психологических факторов профессионального самоопределения старшеклассников.

Направления психопрофилактики и психокоррекции реализуются в форме индивидуальных консультаций, деловых игр, обучающих тренингов и направлено на оказание своевременной поддержки в сложных ситуациях.

Психологическое сопровождение в школе имеет большое значение, так как первое знания о профессиях, наблюдение за профессиональной деятельностью, опыт труда дети приобретают в школе и в семье. Эти же социальные институты оказывают сильное влияние на выбор профессии, во многом дети ориентируются на то, какими их видят, что о них думают значимые взрослые.

В настоящее время проблема заключается в том, что школа и семья недостаточно сотрудничают, чтобы способствовать развитию профессионального самоопределения школьников. И если этот процесс не успешен, то личность остается зависимой от окружения, застревает в ситуации выбора или выбирает вариант протеста против всего, что может быть воспринято как давление. Для успешного развития личности и формирования профессионального самоопределения молодому человеку важно осознавать свой собственный путь, который отличает его от других.

На данный момент в обществе продолжается время перемен, это приносит возможность выборов новых профессий и новых возможностей, но и усложняет этот процесс. Выбирать всегда сложно, особенно в такой экономической и политической ситуации, в таком изменчивом и изменчивом мире. Школа и семья не могут решить глобальные проблемы, но могут помочь понять текущую ситуацию и подготовиться к этой реальности, распознавать как возможности, проблемы и сложности. Важно исследовать, что влияет на современных школьников и их профессиональное самоопределение, в какой ситуации они находятся, на чем основываются, делая выбор, и как им можно в этом помочь. Должны быть предоставлены возможности для преодоления трудностей и продвижения к цели. Информацию об изменчивости ситуации на рынке профессий стоит вносить так, чтобы это не вызывало растерянности, разочарования, бессилия, подчеркивать, что эти изменения связаны с ростом и развитием общества, что они сопутствуют научно-техническому прогрессу.

Реализуя процесс психологического сопровождения важно подчеркивать, что, хотя невозможно точно предугадать, как сложится профессиональный рынок через 10 и более лет, но можно делать шаги по лучшему пониманию себя, по выбору наиболее подходящего направления, по адаптации к новому, по формированию достаточно универсальных навыков и поиску своего места в профессиональной системе общества. Такие усилия будут не напрасны при любом изменении структуры профессий, так как готовят к возможностям и необходимости делать новые выборы.

### **1.3 Особенности психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников**

В старшем школьном возрасте личность оказывается в новой социальной ситуации, актуальной становится проблема первого профессионального выбора. Подростки оказываются перед необходимостью

принять решение о продолжении обучения в школе, поступлении в другое учебное заведение или о начале профессиональной деятельности. Даже если подросток выбирает пойти в 10 класс, то есть отчасти отложить это решение, - он все равно часто сталкивается с необходимостью выбора профильного класса, подготовительных курсов и углубленным изучением выбранных предметов для дальнейшего поступления в вуз, а значит, в это период необходимо сделать свои первые шаги в профессиональном самоопределении: учесть свои склонности, способности, интересы, экономические возможности семьи, востребованность профессии и возможность ее получения в регионе.

Н.С. Пряжников, описывая старший школьный возраст, одним из важнейших новообразований этого периода называет профессиональное самоопределение, характеризуя его «как длительный и сложный процесс самореализации личности в профессиональной деятельности, состоящий из нескольких этапов, продолжительность которых зависит от внешних условий и индивидуальных особенностей личности» [30, с. 45].

Старшеклассники оказываются недостаточно готовы к профессиональному самоопределению, это связано с тем, что у большинства из них не развиты необходимые для этого личностные качества: целенаправленность, самостоятельность, способность к самопознанию и саморазвитию, ответственность, самокритичность; присутствует очень низкий объем знаний о мире профессий, недостаточно информации о самом себе, своих способностях и склонностях; занижена потребность в профессиональном самоопределении; завышен уровень притязаний, часто присутствует подражательная схема поведения.

Результаты исследования З.А. Киреевой, Е.Н. Стойко показывают, что «большинство современных старшеклассников неверно оценивают свои мотивы выбора профессии, думая, что учитывают свои способности и склонности, но на самом деле ориентируются на престиж и оплату» [18, с. 67].

М.В. Бадашкеев описывает самоопределение старшеклассников, как «длительный многоэтапный процесс сознательного постижения, пересмотра и восстановления жизненных ориентиров, зависимый от ряда факторов: социально-экономических возможностей семьи обучающегося, социального окружения школьников в образовательном пространстве, индивидуально-психологических особенностей к адаптации в новой образовательной среде; физического и психологического здоровья обучающегося» [3, с. 45].

Л.М. Митина отмечает, что в «14-15 лет профессиональные намерения подростков диффузны, неопределённые. Профессионально ориентированные мечты и романтические устремления реализовать в настоящем для них зачастую невозможно. Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии - осознания собственного Я» [33, с. 80]. Т.Г. Ханова пишет «К 15-17 годам происходит формирование потребности в жизненных достижениях. В это время старший школьник осознает свои жизненные перспективы и строит прогнозы на будущее. Это во многом определяет личностное созревание в отношении профессиональных ориентиров и развитие его профессионального самоопределения» [44, с. 318].

Описывая трудности, возникающие перед современными старшеклассниками, О.А. Андриенко пишет: «Часто учащиеся не связывают выбор профессионального будущего со своими реальными возможностями и потребностями рынка труда; школьники практически не имеют представления о научных основах выбора профессии; они не достаточно обеспечены сведениями о возможностях обучения в интересующей сфере труда; выпускников часто привлекает только внешняя сторона профессии» [1, с. 126]

В связи с этим выпускники затягивают выбор профессии, откладывают принятие решения, либо затем принимают решение быстро, под давлением. Чаще всего это происходит, когда подросток не имеет выраженных и устойчивых интересов. Подчеркивая частоту и негативные последствия такого выбора, Н.М. Бардакова пишет: «Часто не готовый

психологически и морально к профессиональному выбору потенциальный абитуриент сдает документы в несколько вузов с одной установкой - «лишь бы куда-нибудь поступить». Скорее всего, такой подход к выбору будущей специальности негативно повлияет на него, как на формирующегося специалиста и отразится на его квалификации» [4, с. 65].

Описывает трудности, возникающие в профессиональном самоопределении старшеклассников, и С.И. Таланова, она пишет: «Многие выпускники средней школы выбирают профессию без достаточного основания, затрудняясь мотивировать свой выбор. Этот выбор в подростковом возрасте может быть осуществлен под влиянием случайно возникшего интереса или внешних обстоятельств, под влиянием родителей и, что весьма часто встречается, может являться актом подражания сверстникам» [41, с. 226].

Случаются и обратные ситуации, когда подросток определился с профессией, и категорически отказывается рассматривать другие варианты. Если этот выбор не основан на достаточном понимании своих мотивов и возможностей, то такая категоричность, может стать основной для проблем в самореализации в профессии, а также в учебе, если, выбрав будущее профессиональное направление, подросток начинает отказываться изучать те предметы школьной программы, которые по его мнению ему будут не нужны для будущей работы.

Важно отметить, что зачастую рано сделанный профессиональный выбор связан со сложными семейными условиями, давлением, плохой успеваемостью, случайным эмоциональным выбором и различными другими факторами, которые отрицательно влияют на уровень сознательности и конструктивности сделанного профессионального выбора.

Также при раннем выборе подросток не обращает внимания на важные аспекты профессий, связанные с требованиями к личности или условиями труда, так как ориентируется только на внешнюю сторону профессии, то, что он видит со стороны. Категоричность выбора и нежелание



рассмотреть другие варианты и возможности может выступать в качестве психологической защиты, что избежать сомнений и колебаний. Однако это ограничивает способность личности к самоанализу, самоопределению и в будущем это может привести к разочарованию в профессии. Поэтому при выборе профессии важно, чтобы каждый молодой человек знал свои задатки, возможности, ресурсы, мотивы и умел управлять ими.

С.А. Зайкова, Н.И. Скорикова подчеркивают: «чтобы сделать оптимальный выбор в ситуации профессионального самоопределения, необходимо обладать навыками построения воображаемой картины взаимосвязи жизненных событий и экстраполяции этой картины в будущее» [16, с. 60].

Важным фактором успешности профессионального самоопределения детей старшего школьного возраста являются семейные идеалы, интересы, наставления, ценности, которые воплощаются в воспитательном потенциале родителей и приобретают проявления в детско-родительских отношениях, стилях семейного воспитания.

Е.Ю. Широкова пишет: «выступая как специфический институт социализации, семья оказывает влияние на профессиональный выбор подростков» [48, с. 449]. Таким образом, семья, наряду со школой, должна обеспечить условия, которые стимулировали бы рост ребенка, вследствие которого он мог бы самостоятельно взять на себя ответственность за тот или иной профессиональный выбор. И.Ю. Кулагина [24] описывает ряд родительских стилей поведения, которые отрицательно влияют как на общее развитие личности подростка, так и на профессиональное самоопределение, это гиперопека и гипоопека, авторитарное воспитание, завышенные требования. Б. Келлер [55] также подчеркивает высокое влияние родительского поведения на эффективность выбора профессии.

О.Б. Симатова и Е.В. Прокопьева, анализируя возрастные особенности учащихся старшей школы, подчеркивают последовательность процесса профессионального самоопределения на этом этапе. Они пишут,

что в 9 классе сопровождение процесса самоопределения должно включать «развитие самосознания, ориентированного на формирование у школьников личностного выбора пути продолжения образования, выработку умения соотносить общественные цели выбора сферы будущей профессиональной деятельности со своими идеалами, представлениями о ценностях, их реальными возможностями» [39, с. 213]. А в 10-11 классе, основываясь на ранее наработанной базе профессионального ориентирования, необходимо сосредоточить внимание «на развитии соответствующих профессионально важных качеств, индивидуального стиля деятельности, на контроле и коррекции образовательных и профессиональных планов, способах оценки результатов, достижений в избранной деятельности, саморазвитии, формировании опыта коммуникативной деятельности» [39, с. 213].

Дж. Эшби [51] на базе данных длительного исследования отмечает, что сформированные профессиональные устремления в подростковом возрасте имеют существенное значение для успешности дальнейшего построения карьеры. Для того чтобы помочь подростку сделать конструктивный профессиональный выбор важно учитывать профессиональную направленность его личности, понимать каким видам профессиональной деятельности подросток в настоящий момент отдает предпочтение, к чему у него есть склонности и способности. Помимо беседы с подростком, с его родителями и педагогами, хорошим источником информации являются методики диагностики профессиональной направленности личности. Информация, полученная с помощью таких методик, дает возможность более многосторонне подойти к вопросу выбора дальнейшего пути, уменьшает вероятность того, что выбор будет сделан в совершенно не подходящем для растущей личности направлении.

Проводя групповую профориентационную работу необходимо учитывать ряд особенностей, которые отражают специфику работы с подростками по профессиональному самоопределению. Г.В. Резапкина [34] выделяет ряд типичных трудностей, таких как недостаток информации о себе

самом, содержании и рынке профессий, неумение систематизировать имеющуюся информацию, заниженная самооценка, завышенный уровень притязаний, отсутствие мотивации к труду, тревога по поводу возможных неудач. Учет данных трудностей позволяет включать в работу по профессиональному самоопределению необходимые инструменты для решения этих проблем.

Л.М. Шеина, анализируя особенности самоопределения современных старшеклассников, отмечает что «первую десятку на современном этапе развития рынка труда занимают в основном рабочие профессии и профессии сферы бытового обслуживания, востребованы и многие инженерные специальности. Но выпускники школ ориентированы, в основном, на получение высшего образования и, в последующем, - деятельность на должностях руководителей, работу в офисных условиях» [47, с. 50].

Е.Ю. Пряжникова, пишет, что «учащиеся часто, выбрав, теряют интерес к выбранному, начинают его воспринимать не как выбор, а как дополнительную обязанность. Здесь важнейшую роль приобретают рефлексивные механизмы, обеспечивающие смыслообразование, поддержку мотивации, рефлексивное включение приобретаемого опыта в значимую личную траекторию» [32, с. 18].

Важно учитывать ориентированность современных школьников на цифровые технологии, например, В.В. Лукин пишет, что «для обеспечения успешности и конкурентоспособности молодежи на рынке труда необходимо использование возможностей современных информационно-коммуникационных технологий в выборе индивидуальных трудовых траекторий и профессионального маршрута» [27, с. 135].

Х. Хамел с коллегами [53] отмечают более высокую эффективность сопровождения профориентации в возрасте 13-19 лет в формате специально разработанной игровой компьютерной среды. Г. Ф. Шафранов-Куцев с коллегами также указывают, что «анализ мирового опыта профориентационной работы в школе обнаруживает тенденцию

интенсивного включения современных информационных технологий в процесс профессионального самоопределения представителей подрастающего поколения [46, с. 53].

Опросы показывают большой разброс в готовности учащихся девятых классов к тому, чтобы выбрать профессию. Исследования показывают, что определенная часть подростков уже точно знает, куда пойдет учиться после 9 класса, а многие знают и куда пойдут после 11. Это чаще всего относится к детям, у которых ярко выражены определенные способности. Например, дети, которые уже определились в этом возрасте, часто говорят о медицинском или техническом образовании, склонность к которому проявилась достаточно рано. В данном случае можно говорить о достаточно высоком уровне профессионального самоопределения.

Наравне с этим, многие подростки из тех, кто считает, что уже определился на данный момент, имеют ведущими мотивами престиж профессии или представление о высокой оплате. Они часто называют выбранные экономические, юридические или управленческие специальности, при этом, не всегда твердо зная, какие именно обязанности им предстоит выполнять. Их мотивы в значительно меньшей степени включают в себя размышления о собственных способностях или интересах. Тем не менее, их ближайший профессиональный путь достаточно четко очерчен, часто с поддержкой семьи, поэтому их самоопределение субъективно воспринимается достаточно сформированным. Однако информация о способностях и склонностях на данном этапе очень полезна для корректировки данного плана с учетом индивидуальных особенностей.

Одновременно с этим существует прямо противоположная категория подростков, которые имеют очень низкий уровень профессионального самоопределения. Это может звучать как негативная позиция – что я ничего не хочу, никуда идти не хочу. А может быть выражено в другой форме, в которой много растерянности и тревоги («я не знаю, куда идти», «я запуталась», «я вообще не понимаю, как выбирать», «уже надоело/устал об

этом думать»). В зависимости от того, что стоит за низкой готовностью к выбору профессии будут эффективны разные способы работы. Если затруднения заключаются именно в нехватке ориентиров, неумении анализировать свои сильные стороны и желания, выстраивать профессиональный план, но присутствует интерес к этой теме, то групповые занятия будут вполне эффективны. Однако, если сформирован сильный негативизм и возникающие сложности отражают более глубокие личностные проблемы, то групповая работа может быть недостаточно эффективна, и имеет смысл рекомендовать индивидуальную работу с психологом. Это остается на усмотрение родителей и самого подростка.

Наиболее многочисленной является группа детей со средним уровнем профессионального самоопределения. Они находятся в процессе выбора, их беспокоит и тревожит их будущее, но есть достаточно много психологических ресурсов, навыков, поддержки, чтобы они постепенно продвигались по этому пути. Чаще всего эти дети активно включаются в работу, ведут себя заинтересовано, могут задавать вопросы, спрашивать о каких-то дополнительных тестах. Многие из детей этой группы благодаря групповой работе переходят к высокому уровню профессионального самоопределения.

Необходимо учитывать, что старшеклассники все еще переживают гормональные изменения, рост, изменения в теле, это является параллельным источником стресса, и необходимость делать свой профессиональный выбор на этом фоне вызывает скорее негативное ощущение. С одной стороны, это важный выбор, с другой, ребенок еще не готов, ему не хватает внутренней зрелости. Психологическое сопровождение помогает сконцентрироваться на этой теме, и в кругу сверстников это может быть источником дополнительной мотивации, показывая, что не только он сталкивается с этой проблемой. Необходимо учитывать, что подростков не учат выбирать профессию, но от них ждут, что они ее выберут. Между тем, на

формирования навыка по анализу своих качеств, по составлению профессионального плана нужно время, внимания и усилия.

Важным фактором является то, насколько и в какой форме родители вовлечены в процесс профессионального самоопределения старшеклассников. Ситуация в каждой семье очень индивидуальна, возможен большой разброс от полного вовлечения и даже подавления возражений ребенка, то полного безразличия.

Также у подростков отчетливо прослеживается фрустрация от непонимания ими взрослых, когда они начинают говорить о новых профессиях, поэтому для полноценного психологического сопровождения необходимо учитывать контекст выбора современного старшеклассника, который включает такие популярные сейчас направления деятельности как видео-блогинг, трейдерство, киберспорт, профессии, связанные с компьютерной игровой индустрией и тому подобное. Важно не только понимать, о чем говорит подросток, но и сориентировать его в том, как эта профессия встраивается в уже имеющуюся схему профориентации, показать, что данные профессии точно также можно анализировать, как и любые другие.

#### Выводы по первой главе

Таким образом, подводя итог проведенному исследованию, можно сказать, что профессиональное самоопределение - это сознательный, самостоятельный, целенаправленный процесс выявления и реализации способностей личности в сфере профессиональной деятельности. Он включает в себя ряд составляющих, которые отражены в различных исследованиях, в частности описаны С.В. Рубинштейном и Е.А. Климовым, и используются в практике современного профориентирования.

Социальная ситуация развития личности старшеклассника определяется ситуацией окончания средней школы, после которой необходимо выбрать дальнейший учебный и профессиональный путь.

Результатом решения данной задачи для старшеклассника выступает его готовность к профессиональному самоопределению и начало формирования необходимых для выбранной профессии профессионально важных качеств. Однако зачастую в силу разных причин старшеклассники оказываются не готовы сделать свой профессиональный выбор либо делают его спонтанно, что приводит в дальнейшем к необходимости существенно корректировать профессиональный путь.

Таким образом, в результате изучения данной темы подтверждается актуальность проблемы комплексного психологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников. Важно комплексно подходить к повышению уровня профессионального самоопределения учащихся 9-х с учетом выявленных мотивов выбора профессии, профессиональных установок, профессиональных интересов и общей готовности к профессиональному выбору.

## **Глава 2 Эмпирическое исследование психологического сопровождения профессионального сопровождения старшекласников**

### **2.1 Организация и методы исследования**

Для достижения целей выпускной квалификационной работы была проведена научно-исследовательская работа по изучению особенностей психологического сопровождения профессионального сопровождения старшекласников.

В исследовании приняли участие учащиеся 9-х классов общеобразовательной школы №86 г. Краснодара в количестве 54 человек (24 девушки, 30 юношей). Возраст учащихся 15-16 лет.

Сроки проведение исследования: ноябрь 2022 - март 2023.

Исследование включало ряд этапов.

На первом этапе были выбрана база исследования, определены цели и задачи и подобраны необходимые методики для диагностики.

На втором этапе было проведено первичное тестирование учащихся, полученные первичные данные были обработаны и интерпретированы, и в соответствии с результатами тестирования были выделены контрольная и экспериментальная группы. Основанием для включения в экспериментальную группу были неготовность, а также низкая и средняя готовность к выбору профессии. В экспериментальную группу вошли 19 человек из 9А класса, в контрольную 21 человек из 9Б класса.

На третьем этапе в соответствии с результатами первичной диагностики была разработана и апробирована программа психологического сопровождения профессионального выбора для 9-х классов.

На четвертом этапе было проведено контрольное тестирование обеих групп, а также анализ и интерпретация полученных результатов.



При проведении исследования были учтены основные принципы психологической работы:

- добровольность (была возможность согласиться или отказаться от участия в исследовании),
- разъяснений целей и задач исследования обеим группам,
- информирование о результатах тестирования,
- проведение тестирования в спокойной обстановке, получение разъяснений по возникавшим вопросам.

В МБОУ СОШ №86 в рамках профориентационной работы проводятся следующие мероприятия: экскурсии на предприятия, дни открытых дверей в учебных заведениях, классные часы на тему выбора профессии, встречи с представителями различных профессий, участие в ярмарке вакансий совместно с центром занятости, участие в мультимедийной выставке «Лаборатория Профессий», родительские собрания на тему профессионального самоопределения, проводится оформление тематических стендов и материалов в электронном виде, происходит реализация профессиональных проб обучающихся через содействие трудоустройству обучающихся в летний период, ученики привлекаются к участию в конкурсах и проектной деятельности.

Согласно «Положению о профориентационной работе» СОШ №86 основными направлениями профориентационной работы в школе являются профессиональное информирование, профессиональное воспитание, профессиональное консультирование, профессиональная диагностика. В рамках выпускной квалификационной работы было принято участие во всех перечисленных направлениях деятельности.

Диагностическое сопровождение было реализовано в рамках проведения первичной диагностики, учащихся 9-х классов, в количестве 54 человек, также проведение повторного тестирования и анализ результатов.

Участие в профессиональном воспитании включало составление по итогам тестирования программы психологического сопровождения

профессионального самоопределения и проведение занятий в рамках программы.

Информационное направление реализовывалось за счет включения лекционного материала в занятия.

Консультативное направление реализовывалось в индивидуальном порядке в рамках проведения консультаций по запросу учащихся.

Подбор методик на первом этапе проведения исследования осуществлялся с учетом темы ВКР и поставленных в рамках исследования задач. Выбранные методики позволяют диагностировать как общий уровень готовности к самоопределению, позволяя отслеживать динамику изменений, так и профессиональную направленность личности, что используется в практической, консультационной работе со старшеклассниками. Были выбраны следующие методики:

– для оценки готовности старшеклассников сделать профессиональный выбор была выбрана методика В.Б. Успенского «Готовности к выбору профессии»;

Данный опросник включает 24 утверждения, касающиеся готовности к профессиональному самоопределению, на которые необходимо ответить «да» или «нет». Сумма баллов, полученная в результате обработки теста, позволяет определить уровень готовности школьников к выбору профессии: 0-6 баллов свидетельствует о неготовности в данный момент делать выбор, 7-12 баллов говорят о низкой готовности, 13-18 баллов отражают средний уровень готовности, 19-24 балла показывают высокую готовность к выбору профессии.

– для оценки субъективного отношения к выбору профессии была выбрана методика И.М. Кондакова «Диагностика профессиональных установок подростков»;

Данная методика включает 40 вопросов, на которые могут быть даны ответы в форме согласия («Верно») или несогласия («Неверно») с

утверждениями. В процессе обработки баллов с помощью ключа отдельно считаются показатели по каждой из шкал.

По результатам диагностики можно оценить показатели выраженности таких факторов как: нерешительность профессионального выбора, рационализм профессионального выбора, оптимизм в отношении профессионального будущего, самооценка, зависимость в профессиональном выборе. При интерпретации результатов теста автор предлагает ориентироваться на следующие значения: показатели выраженности фактора 0-2 говорят о низком уровне выраженности, 3 - о среднем с тенденцией к низкому, 4-5 характеризуют средний уровень выраженности, 6 соответствует среднему с тенденцией к высокому, 7 8 отражают высокий уровень выраженности фактора.

Нерешительность профессионального выбора отражает выраженность нерешительности, неуверенности, отсутствие четких представлений о профессиональном выборе, низкую информированность. Рационализм профессионального выбора в зависимости от уровня выраженности значений описывает основательность, рационализм, готовность действовать по плану либо импульсивность, отсутствие планирования. Высокие значения по шкале оптимизма говорят о склонности к идеализации, чувстве избранности, подростковом максимализме, низкие значения говорят в пользу реализма в выборе профессии. Высокие значения по шкале самооценки свидетельствуют о завышенной самооценке, избыточном доверии своему субъективному впечатлению, низкие значения отражают заниженную самооценку, неудачный предыдущий опыт. Высокие значения по шкале зависимости в профессиональном выборе свидетельствует о несамостоятельности, зависимости от мнений окружающих, социальной незрелости. Низкие значения говорят о достаточно высокой степени независимости выборе профессии.

– для диагностики ведущих мотивов был выбран тест-опросник «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун;

Данная методика, включает в себя 32 утверждения, каждое из которых оценивается учеником по шкале от 0 баллов (если данный мотив не важен для учащегося при выборе профессии) до 3 баллов (если данный мотив очень значим при выборе профессии). После подсчета суммируются баллы по отдельным шкалам ведущих мотивов. Выделяют мотивы престижности профессии (связанные с положением в обществе, статусом, признанием), мотивы материального благополучия (финансовая сторона работы, обеспеченность, стабильность заработка), мотивы делового характера (направленность на дело, а также деловые коммуникации), мотивы творческой реализации в труде (возможность реализовать свои склонности, таланты, способности).

– для диагностики профессиональной направленности личности был выбран дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель);

Данная методика позволяет диагностировать профессиональную направленность личности в определенной сфере деятельности, дает информацию о предпочитаемых видах деятельности, которые сгруппированы в 5 сфер по предмету труда: человек - природа, человек - техника, человек - человек, человек - знаковая система и человек - художественный образ.

Опросник включает 20 пар различных видов деятельности, из которых в каждой паре учащимся необходимо выбрать только одну. Выбор происходит путем выставления каждой предлагаемой деятельности плюсов и минусов: «+» если профессия нравится, «++» если очень нравится, «-» если выбранное направление не нравится, и «- -» если сильно не нравится. Один из видов деятельности должен набрать больше плюсов или хотя бы меньше минусов. После завершения опросника подсчитывается количество плюсов и минусов каждой колонке.

– для определения сферы профессиональных интересов и склонности учащихся был выбран опросник «Профиль» (Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока, модификация Г.В. Резапкиной).

Данный опросник позволяет определить сферу интересов и склонностей учащихся в разных сферах. Опросник представляет собой 50 вопросов, описывающих 10 сфер профессиональных интересов: физика и математика, химия и биология, радиотехника и электроника, механика и конструирование, география и геология, литература и искусство, история и политика, педагогика и медицина, предпринимательство и экономика, физкультура и спорт. Учащимся необходимо ответить, насколько им нравится заниматься тем или иным видом деятельности, по шкале от -2 до +2. Где «-2» - занятие совсем не нравится, а «+2» занятие очень нравится. После ответа считается общая сумма по каждой сфере. 5 баллов свидетельствует о ярко выраженном интересе к сфере деятельности, 3-4 балла о выраженном. Результат менее 2 баллов говорит о слабо выраженном интересе или об отсутствии интереса к данной сфере.

## **2.2 Выявление уровня профессионального самоопределения учащихся 9-х классов**

На диагностическом этапе исследования первой была проведена диагностика по опроснику В.Б. Успенского, которая позволяет определить уровень готовности к выбору профессии. Учащиеся охотно принимали участие в тестирование, проявляли большой интерес к результатам диагностики, включались в спонтанные дискуссии во время обсуждения результатов. Тема профессионального выбора была для них очень актуальной. По результатам диагностики, учащиеся получили обратную связь о своей профессиональной направленности, возможностях профессионального выбора, обсуждались профессии, подходящие их профессиональной направленности. Результаты диагностики отражены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики уровня готовности к выбору профессии (методика В.Б. Успенского)

Уровень готовности	9 «А»		9 «Б»	
	Кол-во учащихся	% от общего числа	Кол-во учащихся	% от общего числа
Неготовность	1	4%	1	4%
Низкая готовность	8	30%	7	26%
Средняя готовность	10	37%	13	48%
Высокая готовность	8	30%	6	22%

Результаты диагностики уровня готовности к выбору профессии всех участников первичного тестирования отражены на рисунке 1.

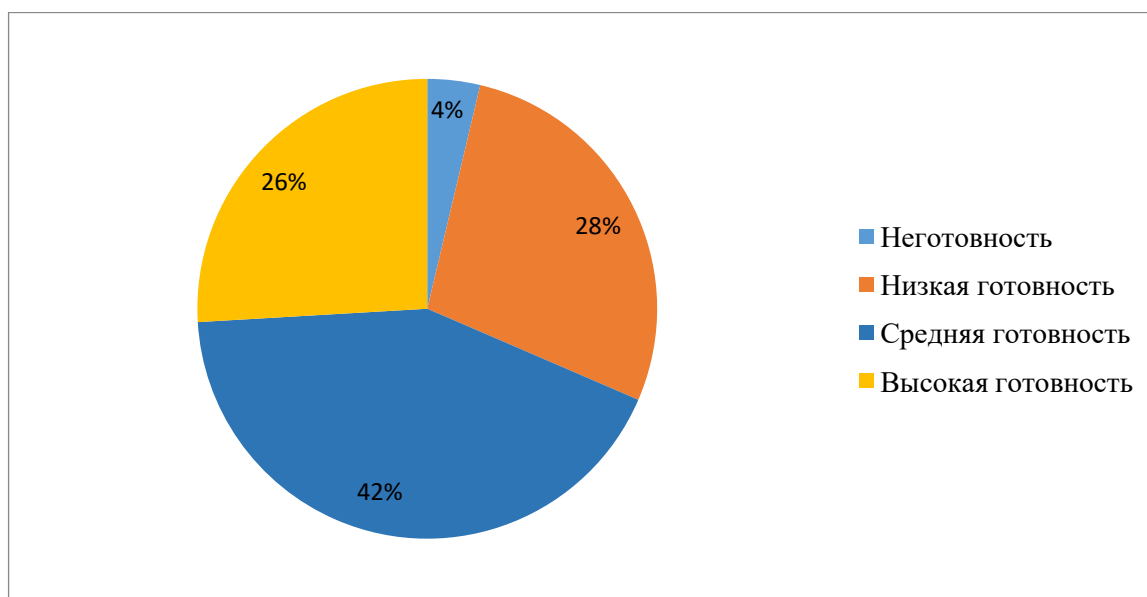


Рисунок 1 – Уровень готовности к выбору профессии учащихся 9-х классов (методика В.Б. Успенского)

Исходя из этих данных видно, что большая часть испытуемых - 42% имеет средний уровень готовности, к выбору профессии. 28 % имеют низкий уровень, 4% не готовы к выбору профессии, и только 26% на момент исследования готовы сделать профессиональный выбор. Данные результаты

показывает необходимость работы со старшеклассниками по профессиональному самоопределению

По результатам диагностики уровня готовности были сформированы контрольная и экспериментальная группа, в которую вошли только учащиеся с неготовностью, а также низкой и средней готовностью к выбору профессии на момент первичного тестирования. И в дальнейшем в исследовании принимали участие только испытуемые экспериментальной и контрольной групп. В экспериментальной группе, помимо первичного и повторного тестирования, проводились занятия по программе психологического сопровождения профессионального самоопределения, в контрольной группе проводились только первичное и повторное тестирования. Графически результаты уровня готовности к выбору профессии контрольной и экспериментальной групп отражены на рисунке 2.

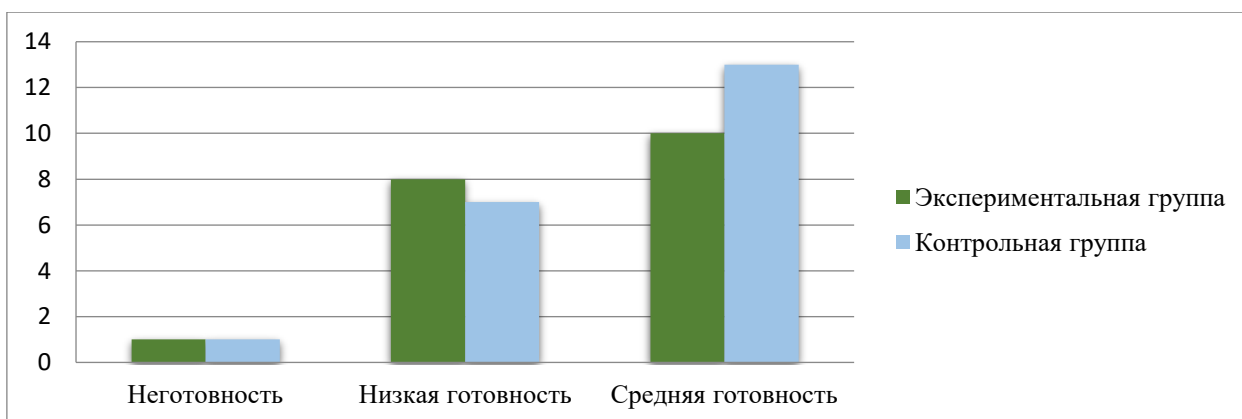


Рисунок 2 – Результаты диагностики уровня готовности к выбору профессии (методика В.Б. Успенского)

Результаты тестирования показывают, что неготовность к профессиональному самоопределению (высокая неопределенность в дальнейшем профессиональном выборе, отсутствие заинтересованности или нечетко проявленные профессиональные интересы) выявлена у 5 % обучающихся и в контрольной, и в экспериментальной группах (по 1 человеку). Низкая готовность к выбору профессии выявлена у 42% учащихся

(8 человек) в экспериментальной группе, и у 33% учащихся (7 человек) в контрольной группе. У данных учащихся пока не сформированы достаточно четкие представления о будущей профессии, может присутствовать значительная неуверенность в выборе. Среднюю готовность проявили 53% учащихся (10 человек) из экспериментальной группы и 62% (13 человек) из контрольной. Учащиеся данной группы обладают достаточно осведомленностью о своей будущей профессиональной направленности, но могут испытывать сомнения и неуверенность в завершенности этого выбора.

Для проверки наличия или отсутствия существенных различий по уровню готовности к выбору профессии между экспериментальной и контрольной группами была выполнена математико-статическая обработка данных с использованием U-критерия Манна-Уитни, который используется для двух независимых выборок. В результате анализа были получены следующие данные:  $U_{\text{Эмп}}=199$ , что больше  $U_{\text{кр}}=138$  при  $p>0,05$ . Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что на момент начала исследования статистически значимых различий между контрольной и экспериментальной группой по уровню готовности к выбору профессии не наблюдается.

Следующей в контрольной и экспериментальной группах проводилась диагностика профессиональных установок подростков по методике И.М. Кондакова, результаты которой отражены в приложении А. Сравнение средних значений при диагностике профессиональных установок экспериментальной и контрольной групп графически отражено на рисунке 3.



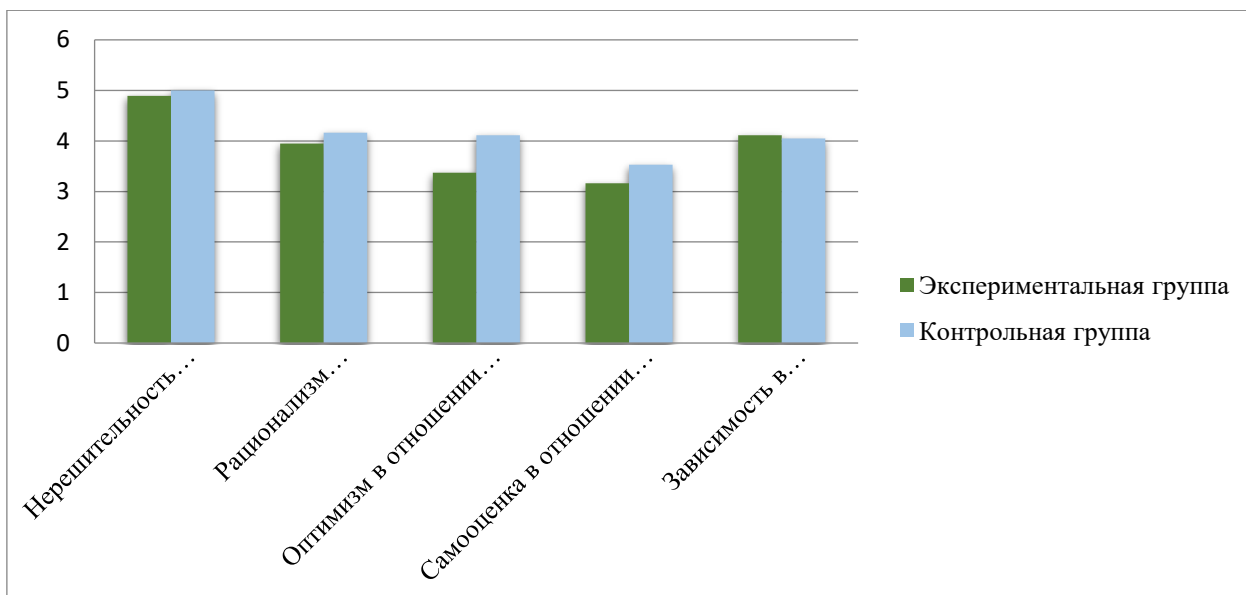


Рисунок 3 – Результаты диагностики профессиональных установок подростков (методика И.М. Кондакова)

Анализ результатов исследования профессиональных установок по методике И.М.Кондакова, отраженных в приложении А, показал, что 26 % исследуемых экспериментальной группы и 33% контрольной группы испытывают нерешительность и неуверенность из-за недостаточной информированности о мире профессий. У 68% экспериментальной группы и 52% контрольной группы выявлен средний уровень нерешительности в профессиональном выборе.

Результаты по шкале рационализма показывают, что 32% учащихся экспериментальной группы и 19% контрольной группы учащихся склонны к тому чтобы выбирать профессию импульсивно, 53 % экспериментальной группы и 57% контрольной группы учащихся демонстрируют средний уровень рационализма в профессиональном самоопределении. Полученные данные свидетельствуют о необходимости развития критического мышления. Ведь именно последнее позволяет требовательно оценивать свои мысли, взвешивать все «за» и «против» тщательно анализируя все возможные варианты будущей профессии сделать собственный, самостоятельный и

осознанный выбор. Рационально, с готовностью действовать по плану, после обстоятельных размышлений выбирают профессию только 16% учащихся экспериментальной группы и 10% контрольной группы.

По шкале оптимизма 32% экспериментальной группы и 19% контрольной группы имеют реалистичные установки относительно профессионального выбора, 11% учащихся экспериментальной группы и 5% контрольной группы идеализируют будущую профессию, 58% экспериментальной группы и 81% контрольной группы имеет средний уровень проявления оптимистических установок в отношении собственного профессионального будущего.

Результаты исследования выявили потребность в формировании адекватной самооценки. 16% учащихся экспериментальной группы и 10% контрольной группы респондентов имеют завышенную самооценку и чрезмерное доверие к собственным субъективным впечатлениям, а 47% экспериментальной группы и 38% контрольной группы имеют наоборот заниженную самооценку в отношении профессионального выбора. 37% учащихся экспериментальной группы и 52% контрольной группы имеет адекватную самооценку своего профессионального будущего.

Самостоятельно и независимо осуществить выбор профессии готовы 16% старшеклассников экспериментальной группы и 33% контрольной группы. Средний уровень по фактору «зависимость в профессиональном выборе» демонстрируют 74% учащихся экспериментальной группы и 67% контрольной группы учащихся. Высокий уровень зависимости в профессиональном выборе наблюдается у 11% учащихся экспериментальной группы и 19% контрольной группы.

Третьей была проведена диагностика по тесту-опроснику «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун. Результаты диагностики отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты диагностики по методике «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун

Мотив выбора профессии	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Престижность профессии	1	5	2	10
Материальное благополучие	13	68	14	67
Мотивы делового характера	6	32	5	24
Возможность творческой реализации в труде	3	16	2	10

Графически результаты отражены на рисунке 4.

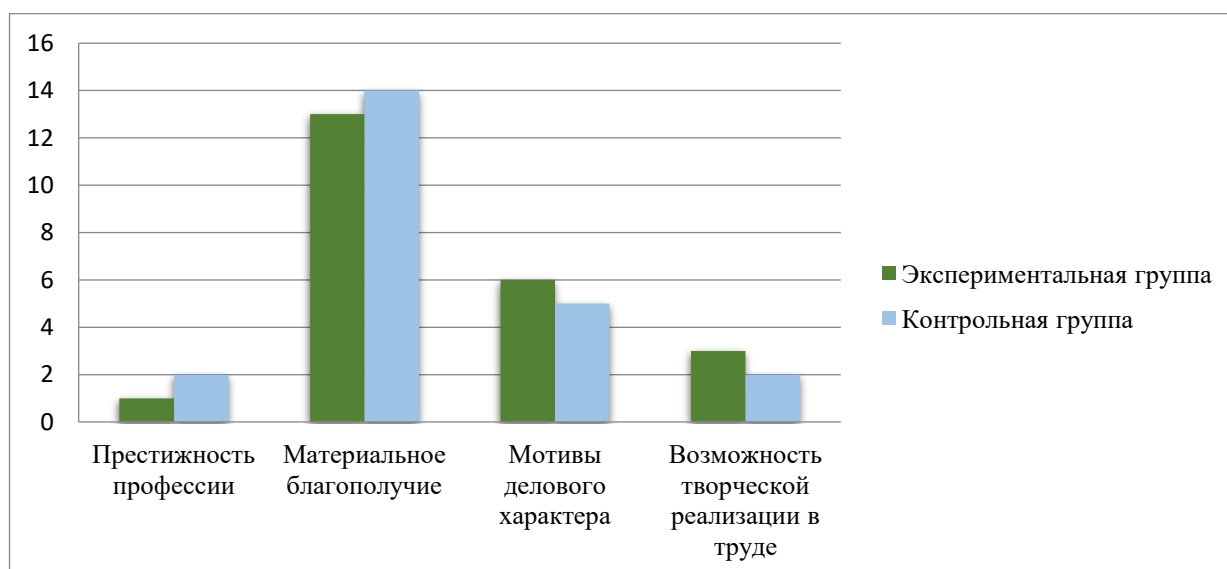


Рисунок 4 – Результаты диагностики по методике «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун

При тестировании у 4 учащихся экспериментальной группы и у 2 учащихся контрольной группы было выделено два ведущих мотива, у остальных учащихся как ведущий был выделен один мотив.

Анализ полученных данных показал, что у обеих групп наиболее актуальными являются мотивы, связанные с материальным благополучием, большинство учащихся ориентируется на финансовую составляющую профессии. Данный вид мотивов является ведущим у 57% (13 человек) в экспериментальной группе, и у 52% (14 человек) в контрольной группе.

На втором месте находятся деловые мотивы, их выделяют 26% (6 человек) в экспериментальной группе и 19% (5 человек) в контрольной группе.

Мотивы творческой реализации в труде выбирают 13% (3 человек) в экспериментальной группе и 7% (2 человека) в контрольной группе.

Мотивы, связанные с престижностью профессии являются ведущими только у 4% (1 человека) в экспериментальной группе и у 7% (2 человека) в контрольной группе.

Таким образом, можно сделать вывод, что на данном этапе подростки проявляют много переживаний относительно того, насколько выбранная профессия будет хорошо оплачиваться, это является ведущим мотивом. Также они заинтересованы в том, что им предстоит делать на будущей работе, задаются вопросом о том, насколько их личные качества, склонности будут находить отражение в работе, пытаются понять себя и соотнести это понимание с будущей профессией. Данные исследования необходимо учитывать в работе, помогая сориентироваться в том, как можно становиться более высокооплачиваемым специалистом, развиваясь при этом в выбранной, подходящей профессии.

Творческие мотивы (желание творчески подходить к решению рабочих задач, склонность к интересной работе, в которой можно постоянно стремиться к чему-то новому, неизведанному) и мотивы престижа (желание руководить другими людьми, реализоваться за счет высокого престижа в обществе, иметь модную профессию) привлекает наименьшее количество девятиклассников, участвовавших в исследовании.

Четвертой была проведена диагностика по дифференциально-диагностическому опроснику Е.А.Климова, которая позволяет выявить предпочитаемую сферу трудовой деятельности. Данные, полученные в результате диагностики, отражены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты диагностики по методике «ДДО» Е.А.Климова

Профессиональная направленность личности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Человек-природа	4	21	2	10
Человек-техника	5	26	6	29
Человек-человек	4	21	5	24
Человек-знаковая система	1	5	0	0
Человек-художественный образ	4	21	5	24
Не определена	3	16	4	19

Графически данные результаты отражены на рисунке 5.

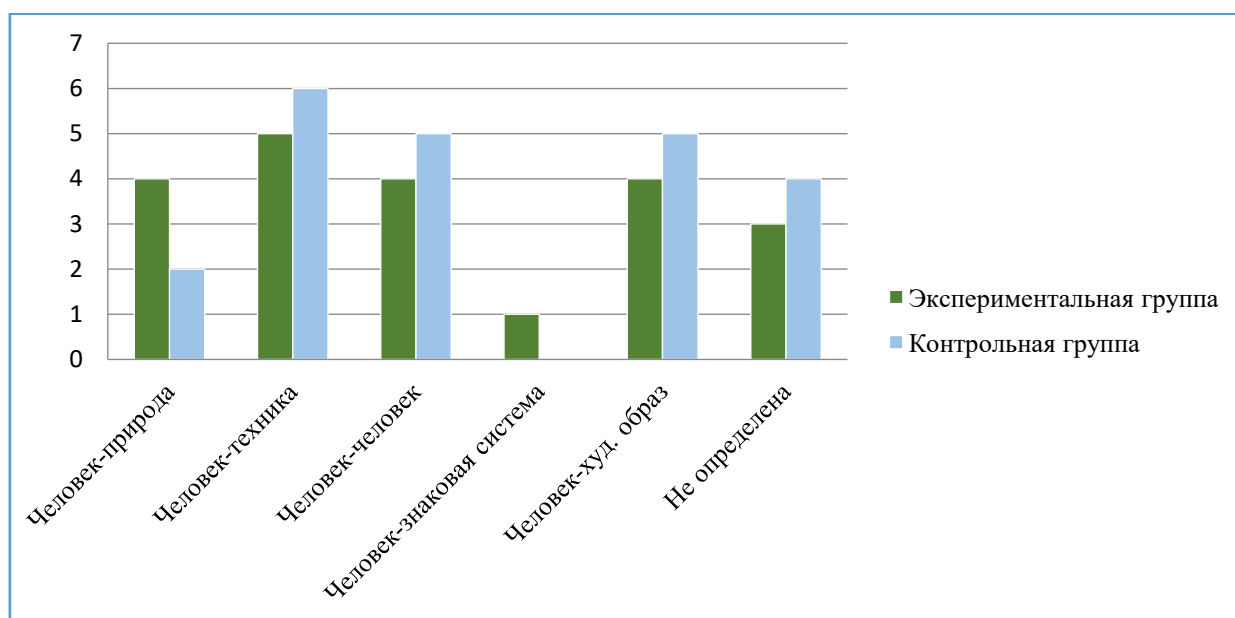


Рисунок 5 – Результаты диагностики по методике «ДДО» Е.А.Климова

Результаты диагностики показывают следующее распределение учащихся в соответствии с предпочитаемым предметом труда. К профессиям из сферы «Человек – Природа» проявляют склонность 4 человек (21%) из экспериментальной группы и 2 человека (10%) из контрольной. Профессии, связанные с природой, включают в себя как сферы ухода за животными и растениями, так и лечение, и научные исследования. В настоящее время активно развиваются профессии, связанные с грумингом животных,

передержкой домашних питомцев и зоопсихологией. Профессии с предметом труда «Человек - Техника» предпочитают 5 человек (26%) из экспериментальной группы и 6 человек (29%) из контрольной. Данные профессии связаны с применением в работе технических устройств. Выбирая профессию из этой сферы, человек может реализовать себя в проектировании, монтаже, сборке различной техники, в ее производстве и эксплуатации на заводе, добыче ресурсов, строительстве, в ремонте и обслуживании техники, обработке металлов и других материалов.

Профессиональную сферу «Человек-человек» выбирают 4 человека (21%) из экспериментальной группы и 5 человека (24%) из контрольной. Эта сфера связана с обслуживанием людей, воспитанием, обучением, консультированием. В профессиях этой сферы широко применяются коммуникативные навыки, высокие требования к таким качествам личности как доброжелательность, терпеливость, контактность, стрессоустойчивость. Люди склонные к этому типу профессий часто работают учителями, тренерами, преподавателями, медиками, психологами.

Также популярными являются виды деятельности в сфере «Человек – художественный образ». К ним склонны 4 человека (21%) из экспериментальной группы и 5 человека (24%) из контрольной. Профессии данной сферы связаны с проявлением творческих способностей в разных сферах: музыка, вокал, танцы, литература, сценическая деятельность, декоративно-прикладное искусство. Основными требованиями к человеку, который хочет работать в этой сфере, являются наличие способностей в выбранной сфере, развитый художественный вкус, овладение необходимыми навыками, высокие способности к самостоятельному творчеству или имитационные способности, хорошее воображение. На сферу «Человек – Знак» ориентирован только один человек (5 %) в экспериментальной группе и 0 человек в контрольной. Эта сфера предполагает высокие требования к работе с текстами, цифрами, документами, формулами.

У 3 человек (16%) из экспериментальной группы и 4 человек (19%) из контрольной по результатам тестирования не было выявлено четко выраженной профессиональной направленности. У 1 учащегося в контрольной и 2 в экспериментальной группе были выявлены одинаковые склонности к работе с двумя разными предметами труда.

Последней была проведена диагностика сфер профессиональных интересов учащихся с помощью опросника «Профиль» (Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока, модификация Г.В. Резапкиной).

Результаты диагностики учащихся по опроснику «Профиль», показавших выраженный и ярко выраженный интерес в той или иной профессиональной сфере, отражены в таблице 4.

Таблица 4 - Результаты диагностики учащихся по опроснику «Профиль» (А.Е. Голомшток, Г.В. Резапкина)

Сфера профессиональных интересов	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Физика и математика	2	11	2	10
Химия и биология	3	16	5	24
Радиотехника и электроника	5	26	6	29
Механика и конструирование	6	32	5	24
География и геология	3	16	5	24
Литература и искусство	5	32	4	33
История и политика	6	32	3	14
Педагогика и медицина	7	37	7	33
Экономика	6	32	6	29
Спорт и военное дело	5	26	6	29
Интересы не выражены	2	11	2	10

Наглядно результаты диагностики экспериментальной и контрольной групп по методике «Профиль» отражены на рисунке 6.

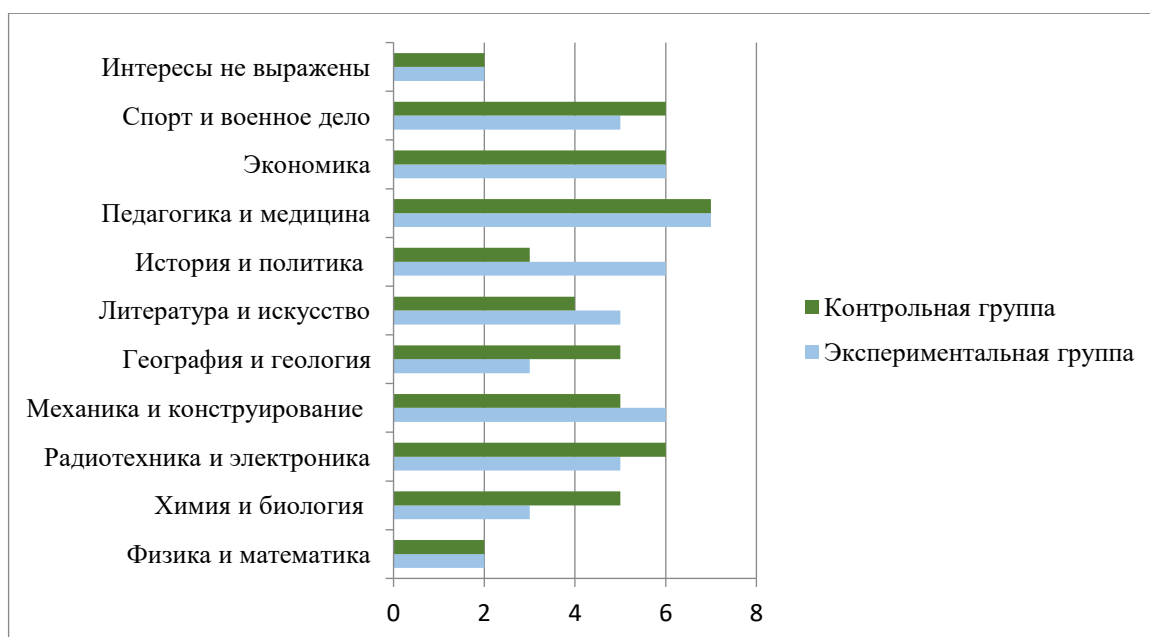


Рисунок 6 – Результаты диагностики по методике «Профиль»

Результаты диагностики показывают, что наиболее популярными профессиональными интересами в экспериментальной группе являются педагогика и медицина: данной сферой интересуются 37% учащихся (в контрольной группе 33%), экономика: данное направление интересует 32% (в экспериментальной группе 29%) и механика и конструирование, данная сфера привлекает 32% (в контрольной группе 24%). В контрольной группе наибольшие предпочтения отданы спорту и военному делу: 29%, в экспериментальной 26%, географии и геологии: данное направление интересует 24% (в экспериментальной группе 16%), радиотехнике и электронике: 29%, в экспериментальной 26%. Физика и математика имеют наименьшее количество выборов. 2 учащихся в каждой группе не имеют на данный момент выраженных профессиональных интересов, что существенно влияет на готовность к профессиональному самоопределению.

Результаты диагностического этапа исследования свидетельствуют о необходимости работы по профессиональному самоопределению старшеклассников.



## 2.3 Разработка и апробация программы психологического сопровождения профессионального самоопределения

Выявленные в ходе диагностического исследования особенности профессионального самоопределения учащихся экспериментальной группы обусловили необходимость разработки программы психологического сопровождения профессионального самоопределения.

Цель программы: формирование психологической готовности к профессиональному самоопределению, повышение мотивации учащихся к сознательному выбору профессии, карьеры, жизненного пути в связи с их потребностями, способностями, возможностями.

Задачи программы: информирование участников на тему профессионального самоопределения; помощь в понимании своих индивидуальных особенностей, склонностей, интересов; углубление представлений о мире профессий; обучение навыкам формирования индивидуального профессионального плана; осуществление психологической поддержки.

Основная форма работы групповая. При необходимости по запросу проводятся индивидуальные консультации. Участники программы: учащиеся 9-х классов. Срок реализации программы: 8 недель. Частота встреч: 1 раз в неделю. Длительность встречи: 40 мин (1 урок). Авторская программа групповых занятий отражена в таблице 5.

Таблица 5 - Структура занятий программы «Мой выбор – мое будущее»

№ занятия	Название	Цель занятия	Краткое содержание занятия
1	Знакомство	- установление контакта с учащимися - проведение тестирования - создание мотивации на дальнейшую работу	Беседа о профессиональном самоопределении Знакомство со структурой занятий

Продолжение таблицы 5

№ занятия	Название	Цель занятия	Краткое содержание занятия
2	Автопортрет	<p>- Углубление представлений школьников о своей личности, склонностях, профессиональных предпочтениях,</p> <p>- знакомство с основными типами профессий по предмету труда</p>	<p>Упражнение «Профессия на первую букву моего имени».</p> <p>Обсуждение результатов тестирования по методикам.</p> <p>Описание основных типов профессий по Климову.</p> <p>Упражнение «Профессионал» (какие личностные качества необходимы при названной профессии). Просмотр первого видео из серии «Билет в будущее».</p>
3	Многообразие профессий	<p>Расширение и структуризация представлений школьников о профессиях.</p>	<p>Детальный рассказ о классификации Е.А. Климова, включающий структурирование на исполнительские и творческие профессии.</p> <p>Упражнение «Цепочка профессий», направленное на активизацию ассоциативного ряда, связанного с профессиями.</p> <p>Упражнение «Профессия - специальность».</p> <p>Упражнение «День из жизни». Просмотр второго видео из серии «Билет в будущее».</p>
4	Ошибки при выборе профессии	<p>формирование представлений о типичных сложностях и ошибках, возникающих в процессе выбора профессии,</p> <p>- активизация заинтересованности в личном участии в формировании своего профессионального будущего.</p>	<p>Беседа о типичных ошибках, связанных с подражанием, выбору по рекомендации других, за компанию. Обсуждение индивидуальных различий.</p> <p>Обсуждение мотивов выбора профессии. Беседа на тему ответственности за профессиональный выбор.</p> <p>Упражнение «Ловушки» (представить</p>

Продолжение таблицы 5

№ занятия	Название	Цель занятия	Краткое содержание занятия
			<p>профессиональную цель – окончание учебного заведения, поступление в новое, первое место работы, какие могут возникнуть препятствия и как их можно преодолеть). Просмотр третьего видео из серии «Билет в будущее».</p>
5	Принципы выбора профессии	<p>- формирование навыков анализа подходящих профессий, - расширение представлений о способах подбора профессии.</p>	<p>Беседа о схеме «Хочу, могу, надо». Понятие «профессиограмма». Работа по таблице выбора профессии. При затруднениях - тест «Якоря карьеры» для определения профессиональных ценностей. Упражнение «Какие профессии понадобятся, чтобы... (сделать этот стул, поехать в город, купить в магазине булочку)». Просмотр четвертого видео из серии «Билет в будущее».</p>
6	Стратегия выбора	<p>Формирование представления о личном профессиональном плане, обучения навыкам составлять личный профессиональный план</p>	<p>Упражнение «Восьмиугольник факторов выбора профессии». Ознакомление учащихся с понятием личного жизненного и профессионального плана, краткосрочным и долгосрочным планированием, работа с бланками.</p>
7	Профессия в крае	<p>Ознакомление профессиональными возможностями Краснодарского края</p>	<p>Упражнение-разминка «Рейтинг профессий». Беседа о возможностях профессионального развития в Краснодарском крае. Рассказ о системе образования, включая дополнительные виды</p>

Продолжение таблицы 5

№ занятия	Название	Цель занятия	Краткое содержание занятия
			образования. Обсуждение плюсов и минусов разных форм образования. Обсуждение возможностей, предлагаемых подросткам Центром занятости. Беседа о возможностях профориентационных центров.
8	Завершение	Подведение итогов Получение обратной связи	Упражнение «Встреча через 10 лет» (представьте себе, что встречаете себя через 10 лет, как вы выглядите, кем работаете, что делаете, что хотите сказать себе), обсуждение алгоритма по выбору профессии, обратная связь от учащихся по поводу прохождения программы.

Апробация данной программы проходила в период январь-март 2023 года с учащимися экспериментальной группы исследования. Школьники с большой заинтересованностью отнеслись к участию в занятиях. Тема выбора профессии оказалась очень актуальной для них, многие из подростков существенное количество времени и вниманию уделяют размышлениям и обсуждениям с родителями, учителями и сверстниками вопросов о профессиональном будущем.

С первых занятий установился контакт с ребятами, они вовлекались с тестирование и обсуждение его результатов, рассказывали о том, что они думают о будущей профессии, какие шаги уже сделаны. В начале программы со стороны учащихся было ожидание готовых ответов. Но постепенно по мере занятий они стали проявлять больше самостоятельности, анализировать свои способности, желания, возможности, варианты. Очень полезным оказался блок, посвященный обсуждению результатов тестирования. Это давало больше информации о себе и вызывало активные обсуждения,

попытки согласовать новую информацию с уже имеющимися профессиональными планами. В данном блоке занятия сочетали в себе как групповую форму работы, так и индивидуальную в рамках одного занятия. При необходимости затем школьники приходили на отдельные консультации по теме профессии.

В рамках программы часть учащихся прошли диагностику ценностных ориентаций в рамках выбора профессии, что существенно помогло в понимании принципов выбора профессии. Большой интерес вызвала мультимедийная часть программы, в частности просмотр фильма «Билет в будущее», самостоятельное ознакомление с материалами профориентационных сайтов, обсуждения онлайн курсов для школьников от различных компаний. Просмотр фильмов о профессиях и участие в онлайн курсах позволили старшеклассникам больше погрузиться в данную тему. Активное использование цифровых технологий позволило включить школьников в процесс профессионального самоопределения между занятиями. Также для самостоятельной работы была рекомендована книга Г.В. Резапкиной «Беседы о самоопределении» для 8-9 класса.

По мере освоения материала школьники смогли перейти к более сложным задачам, ознакомиться с понятием личного профессионального плана, поработать над его построением. Большая часть информации, которая была дана в рамках программы являлась для старшеклассников новой, они с интересом обсуждали схему Е.А.Климова «Хочу, могу, надо» и «Восьмиугольник выбора профессии». Включаемые в занятие игровые упражнения позволяли достичь различных целей: создать позитивную мотивацию для работы, актуализировать тему профессионального выбора, закрепить усвоенный материал.

Подводя итог апробированию программы, можно сказать, что ее реализация прошла успешно, компоненты программы были с интересом восприняты учащимися. Важно обратить внимание на то, что при психологическом сопровождении профессионального самоопределения

учащихся 9-х классов большое количество внимания необходимо уделить развитию творческого подхода учащихся к выбору профессии, так как на этом этапе большинство из них склонны к зависимости в профессиональном выборе и нерешительности, зачастую ждут готового ответа, их подход к решению задач самоопределения скорее репродуктивный, поэтому необходимо достаточно времени уделить обоснованию важности собственной активности в выборе профессии, а также учитывать мотивы и профессиональные установки учащихся.

## 2.4 Анализ полученных результатов

На следующем этапе исследования, после окончания цикла занятий было проведено повторное тестирование в контрольной и экспериментальной группах для анализа эффективности реализации программы через оценку динамики особенностей профессионального самоопределения и готовности к выбору профессии в экспериментальной и контрольной группах

Результаты контрольного тестирования уровня готовности к выбору профессии (методика В.Б. Успенского) отражены в таблице 6.

Таблица 6 - Результаты повторной диагностики уровня готовности к выбору профессии (методика В.Б. Успенского)

Уровень готовности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во учащихся	% от общего числа	Кол-во учащихся	% от общего числа
Неготовность	0	0	1	5
Низкая готовность	1	5	5	24
Средняя готовность	13	68	14	67
Высокая готовность	5	26	1	5

Графически результаты контрольного тестирования уровня готовности по методике В.Б. Успенского отражены на рисунке 7.

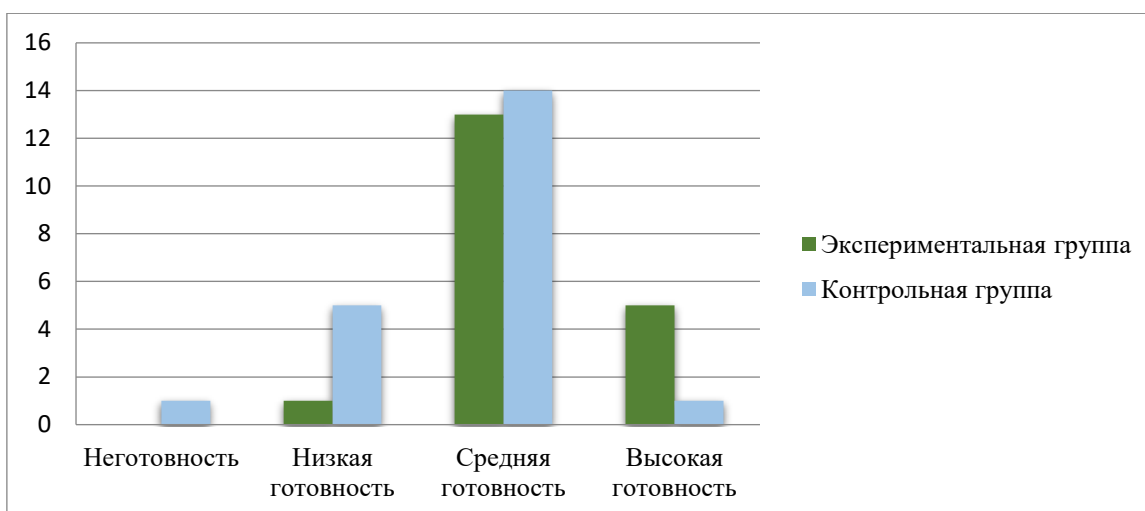


Рисунок 7 – Результаты повторной диагностики уровня готовности к выбору профессии (методика В.Б.Успенского)

Результаты тестирования показывают, что на момент повторного тестирования в марте 2023 года экспериментальная и контрольная группа показали следующие результаты. В экспериментальной группе не выявлено учащихся с неготовностью к профессиональному выбору, в контрольной группе неготовность по-прежнему выявлена у 4 % обучающихся (1 человек). Низкая готовность к выбору профессии выявлена в 5% учащихся (1 человек) в экспериментальной группе, и у 24% учащихся (5 человек) в контрольной группе. У данных учащихся пока не сформированы достаточно четкие представления о будущей профессии, может присутствовать значительная неуверенность в выборе. Среднюю готовность проявили 68% учащихся (13 человек) из экспериментальной группы и 67% (14 человек) из контрольной. Учащиеся данной группы обладают достаточно осведомленностью о своей будущей профессиональной направленности, но могут испытывать сомнения и неуверенность в завершенности этого выбора. Высокий уровень готовности к выбору профессии выявлен у 26% (5 человек) экспериментальной группы, и 5% (1 человек) контрольной группы. Данная категория учащихся на момент тестирования имеет сформированный профессиональный выбор.

Для анализа динамики изменения уровня готовности к выбору профессии в экспериментальной и контрольной группах был использован T-критерий Вилкоксона, который используется для проверки различий показателей одной и той же группы в разных условиях. В экспериментальной группе фиксируются достоверные различия ( $T_{ЭМП}=2$  при  $p \leq 0,01$ ), в контрольной группе  $T_{ЭМП} = 30,5$ , значимых изменений не фиксируется. Таким образом, положительные изменения динамики уровня готовности к выбору профессии в экспериментальной группе значимы при  $p \leq 0,01$ , а в контрольной группе достоверные различия отсутствуют.

Следующей в контрольной и экспериментальной группах проводилась диагностика профессиональных установок подростков по методике И.М. Кондакова, результаты которой отражены в приложении А. Сравнение средних значений при диагностике профессиональных установок экспериментальной и контрольной групп графически отражено на рисунке 8.

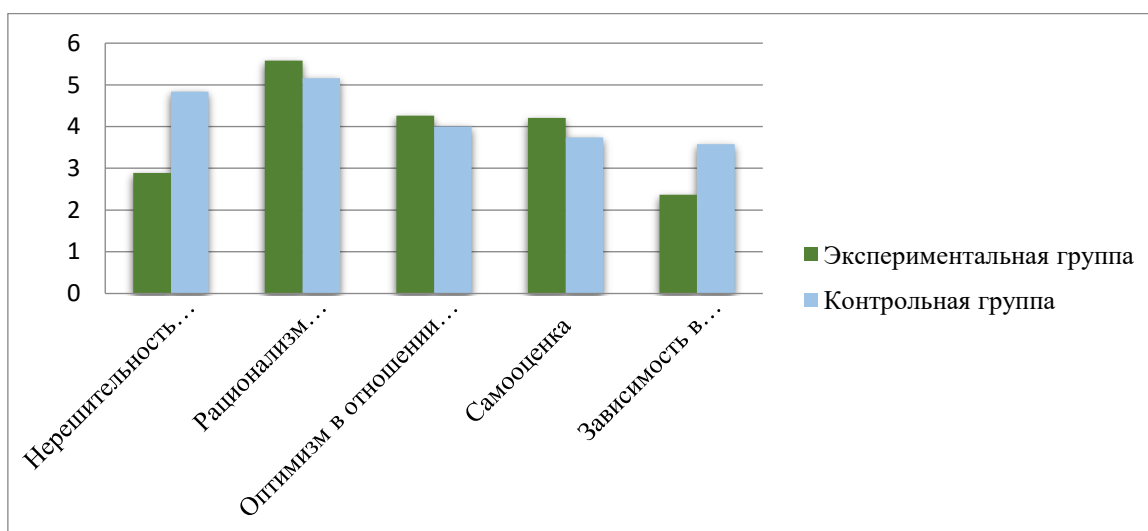


Рисунок 8 – Сравнение средних значений при повторной диагностике профессиональных установок подростков (методика И.М. Кондакова)

Результаты диагностики показывают, что у учащихся экспериментальной группы на 27% снизился уровень нерешительности и на 43% зависимости в профессиональном выборе. В контрольной группе



уровень нерешительности за этот период снизился на 3%, а уровень зависимости на 11%. При этом в экспериментальной группе повысился уровень рационализма (на 29%), оптимизма (на 21%) и самооценки (25%) относительно профессионального выбора. В контрольной группе уровень рационализма вырос на 19%, уровень самооценки всего на 6%, а уровень оптимизма, наоборот, снизился на 2%.

Таким образом, после проведение занятий по программе психологического сопровождения профессионального самоопределения в экспериментальной группе отмечаются значимые отличия в показателях: нерешительности выбора (готовность к выбору существенно увеличивается), повышении рационализма в выборе профессии, формировании адекватной самооценки и снижению зависимости в профессиональном выборе.

Следующей была проведена повторная диагностика мотивов выбора профессии, данные полученные в результате диагностики отражены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты повторной диагностики по методике «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун

Мотив выбора профессии	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Престижность профессии	0	0	2	10
Материальное благополучие	10	53	15	71
Мотивы делового характера	8	42	5	24
Возможность творческой реализации в труде	4	21	1	5

При тестировании у 3 учащихся экспериментальной группы и у 2 учащихся контрольной группы было выделено два ведущих мотива, у остальных учащихся как ведущий был выделен один мотив. Анализ полученных данных при повторной диагностике показал, что у обеих групп по-прежнему наиболее актуальными являются мотивы, связанные с материальным благополучием. Данный вид мотивов является ведущим у 53%

(10 человек) в экспериментальной группе, и у 71% (15 человек) в контрольной группе. На втором месте находятся деловые мотивы, их выделяют 42% (8 человек) в экспериментальной группе и 24% (5 человек) в контрольной. Мотивы творческой реализации в труде выбирают 21% (4 человека) в экспериментальной группе, и 5% (1 человек) в контрольной группе. Мотивы, связанные с престижностью профессии, в экспериментальной группе не являются ведущими, в контрольной группе это ведущий мотив у 10% (2 человека). Графически результаты повторной диагностики отражены на рисунке 9.

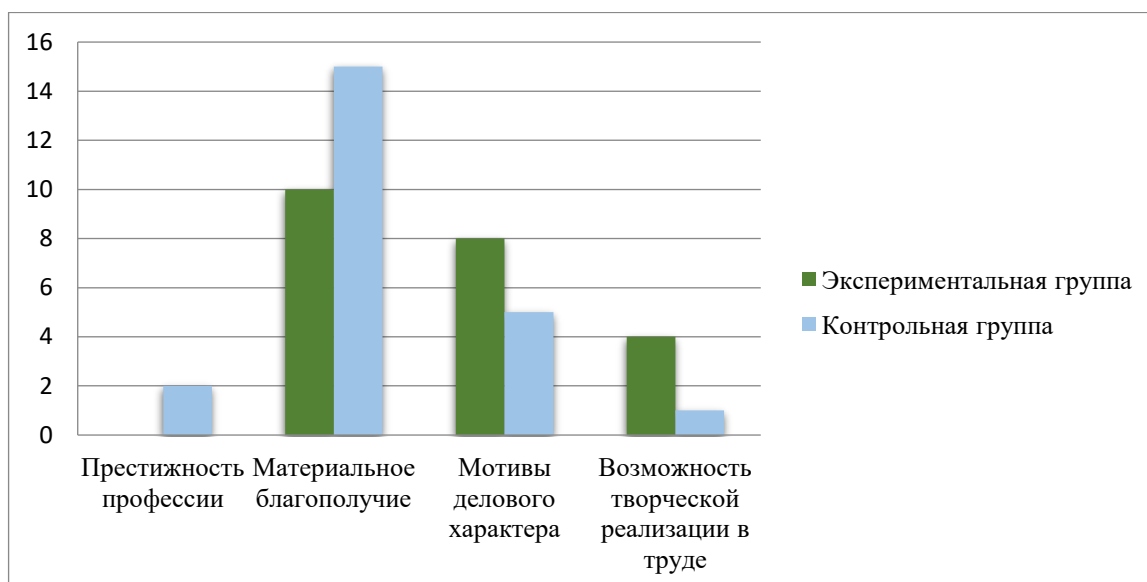


Рисунок 9 – Результаты повторной диагностики по методике «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун

Полученные данные показывают, что хотя для обеих групп наибольший приоритет имеют мотивы материального благополучия, но в экспериментальной группе количество выборов данного мотива как ведущего существенно снизилось (на 15%). При этом выросла значимость деловых мотивов (на 10%) и мотивов творческой самореализации в труде (на 5%). В контрольной группе наблюдается рост доли материальных мотивов (на 5%) и снижение доли творческих мотивов (на 5%). Таким образом, в экспериментальной группе отмечается выраженный рост в показателях

мотивов, связанных с деловым отношением к будущей профессии, что означает, что старшеклассники стали проявлять существенно больше интереса к содержанию будущей профессии. В контрольной группе таких изменений не отмечается, структура ведущих мотивов изменилась незначительно.

Четвертой была проведена диагностика по дифференциально-диагностическому опроснику Е.А. Климова, которая позволяет выявить предпочитаемую сферу трудовой деятельности. Данные, полученные в результате диагностики, отражены в таблице 8.

Таблица 8 - Результаты повторной диагностики по методике «ДДО» Е.А. Климова

Профессиональная направленность личности	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Человек-природа	3	16	2	10
Человек-техника	7	37	6	29
Человек-человек	7	37	6	29
Человек-знаковая система	1	5	0	0
Человек-художественный образ	4	21	5	24
Не определена	0	0	3	14

На момент повторного тестирования в экспериментальной группе не выявлено учащихся, у которых невозможно определить профессиональную направленность, и существенно выросло число выборов в сферах человек-человек (на 16%) и человек-техника (на 11%). В контрольной группе по-прежнему есть три человека (14%), чья профессиональная направленность не выражена. У 2 учащихся в контрольной и 1 в экспериментальной группе были выявлены одинаковые склонности к работе с двумя разными предметами труда. Также результаты работы можно проанализировать при сравнении средних показателей испытуемых по профессиональным сферам. Данный анализ графически отражен на рисунке 10.

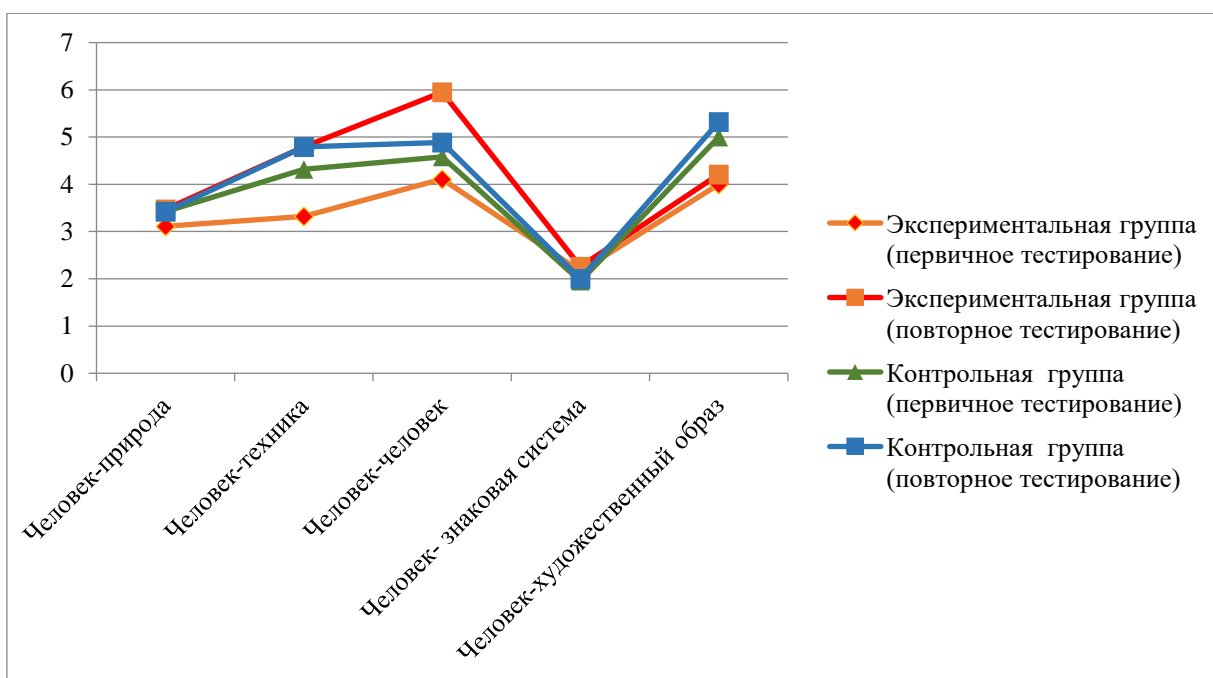


Рисунок 10 – Сравнение средних показателей при повторном тестировании по ДДО Е.А. Климова в экспериментальной и контрольной группе

На данном графике видно, что средние значения по пунктам «Человек-природа», «Человек-знак» и «Человек-художественный образ» за время проведения программы изменились незначительно. А значения по пунктам «Человек-человек» и «Человек-техника» в экспериментальной группе изменились значительно, что свидетельствует о повышении интереса учащихся к профессиям этого типа, вследствие того, что они лучше познакомились с различными профессиями, научились соотносить собственные интересы и возможности с предлагаемым выбором, свободнее представлять себя на потенциальном рабочем месте.

Последней была проведена диагностика сфер профессиональных интересов учащихся с помощью опросника «Профиль» (Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока, модификация Г.В. Резапкиной).

Результаты диагностики учащихся по опроснику «Профиль», показавших выраженный и ярко выраженный интерес в той или иной профессиональной сфере, отражены в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты повторной диагностики учащихся по опроснику «Профиль» (А.Е. Голомшток, Г.В. Резапкина)

Сфера профессиональных интересов	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Физика и математика	2	11	3	14
Химия и биология	4	21	5	24
Радиотехника и электроника	8	42	7	33
Механика и конструирование	8	42	5	24
География и геология	3	16	5	24
Литература и искусство	6	32	5	24
История и политика	6	32	3	14
Педагогика и медицина	9	47	7	33
Экономика	9	47	7	33
Спорт и военное дело	5	26	7	33
Интересы не выражены	0	0	2	10

По итогам повторного тестирования в экспериментальной группе не выявлено учащихся с невыраженными профессиональными интересами, увеличилось количество выборов в области радиотехники и электроники (на 16%), механики и конструирования (на 10%), педагогики и медицины (на 10%), экономики (на 5%).

В контрольной группе 10% учащихся не показали на момент тестирования выраженных профессиональных интересов, количество выборов в сфере экономики увеличилось на 5%. В экспериментальной группе существенно сократилось количество максимально отрицательных ответов, учащиеся стали более внимательно и осознанно подходить к оценке своих интересов, с учетом не только будущей профессии, но и развития личности, ее гибкости, многогранности.

Подводя итог проведенному исследованию, можно сказать, что разработанная программа психологического сопровождения профессионального самоопределения оказалась эффективной для повышения уровня готовности учащихся к выбору профессии, а также изменению их профессиональных установок (снизился уровень нерешительности и зависимости в профессиональном выборе и повысился уровень оптимизма и самооценки относительно профессионального выбора). Повлияли

проведенные занятия и на структуру ведущих мотивов выбора профессии, а также на выраженность профессиональных интересов и профессиональной направленности.

Следовательно, гипотезу исследования о благоприятном влиянии психологического сопровождения профессионального самоопределения на уровень готовности учащихся 9-х классов к выбору профессии и способствованию изменению мотивов выбора профессии и психологических установок относительно их выбора можно считать доказанной.

#### Выводы по второй главе

Для изучения влияния психологического сопровождения на профессиональное самоопределение старшеклассников была проведена научно-исследовательская работа, которая включала первичную диагностику, апробацию программы психологического сопровождения профессионального самоопределения в экспериментальной группе и повторное тестирование. Базу исследования составили учащиеся 9-х классов СОШ №86 г. Краснодара в количестве 54 человек (24 девушки, 30 юношей). Возраст учащихся 15-16 лет. Сроки проведения исследования: ноябрь 2022 - март 2023.

Для проведения исследования были выбраны следующие методики: методика В.Б. Успенского «Готовность к выбору профессии», методика И.М. Кондакова «Диагностика профессиональных установок подростков», тест-опросник «Мотивы выбора профессии» С.С. Гриншпун, дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель), опросник «Профиль» (Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока, модификация Г.В. Резапкиной).

По итогам первичной диагностики уровня готовности к профессиональному выбору была выявлена необходимость работы со старшеклассниками по профессиональному самоопределению. Результаты тестирования контрольной и экспериментальной групп показали высокий

уровень нерешительности и зависимости в профессиональном выборе, средний уровень рационализма при выборе профессии, средний и низкий уровень оптимизма и самооценки профессионального выбора.

Ведущим мотивом выбора профессии в обеих группах был материальный.

В каждой группе были учащиеся, у которых на момент первичного тестирования было невозможно определить профессиональную направленность личности и профессиональные интересы.

Выявленные в ходе диагностического исследования особенности профессионального самоопределения учащихся обусловили необходимость разработки программы психологического сопровождения профессионального самоопределения. Апробация программы психологического сопровождения профессионального самоопределения «Мой выбор – мое будущее» проходила в период январь-март 2023 года с учащимися экспериментальной группы.

Школьники с большой заинтересованностью отнеслись к участию в занятиях. Занятия вызвали большой интерес у учащихся. Особенно охотно учащиеся включались в тестирования, им было интересно узнавать что-то новое о себе, получать результаты, обсуждать их. По мере освоения материала школьники смогли перейти к более сложным задачам, ознакомиться с понятием личного профессионального плана, поработать над его построением.

После завершения занятий по профессиональному самоопределению было проведено повторное тестирование по указанным методикам в контрольной и экспериментальной группах.

Анализ результатов диагностики повторной диагностик показал, показал, что в экспериментальной группе существенно вырос уровень готовности к выбору профессии, снизился уровень нерешительности и зависимости в профессиональном выборе и повысился уровень оптимизма и самооценки относительно профессионального выбора, а также выросла

значимость деловых мотивов. В экспериментальной группе не выявлено учащихся, у которых невозможно определить профессиональные интересы и профессиональную направленность и существенно выросло число выборов в сферах человек-человек и человек техника. В контрольной группе, по-прежнему, есть учащиеся с неготовностью к профессиональному выбору и невыраженными профессиональными интересами и направленностью личности.

Следовательно, гипотезу исследования о благоприятном влиянии психологического сопровождения профессионального самоопределения на уровень готовности учащихся 9-х классов к выбору профессии и способствованию изменению мотивов выбора профессии и психологических установок относительно их выбора можно считать доказанной.



## Заключение

Подводя итог проведенному исследованию, можно сказать, что профессиональное самоопределение - это сознательный, самостоятельный, целенаправленный процесс выявления и реализации способностей личности в сфере профессиональной деятельности. Социальная ситуация развития личности старшеклассника актуализирует потребность в профессиональном самоопределении для того, чтобы выбрать дальнейший учебный и профессиональный путь. Результатом активности в этом направлении выступает готовность старшеклассника к профессиональному самоопределению и начало формирования необходимых для выбранной профессии профессионально важных качеств. Поскольку девятиклассникам часто не хватает знаний и навыков для профессионального самоопределения в качестве поддержки на данном этапе может выступать психологическое сопровождение.

Для изучения влияния психологического сопровождения на профессиональное самоопределение старшеклассников была проведена научно-исследовательская работа, которая включала первичную диагностику, апробацию программы психологического сопровождения профессионального самоопределения в экспериментальной группе и повторное тестирование. Базу исследования составили учащиеся 9-х классов СОШ №86 г. Краснодара в количестве 54 человек (24 девушки, 30 юношей). Возраст учащихся 15-16 лет.

По итогам первичной диагностики уровня готовности к профессиональному выбору была выявлена необходимость работы со старшеклассниками по профессиональному самоопределению, так как только 26% учащихся имели высокую готовность к выбору профессии. Результаты тестирования контрольной и экспериментальной групп показали высокий уровень нерешительности и зависимости в профессиональном выборе, средний уровень рационализма при выборе профессии, средний и низкий

уровень оптимизма и самооценки профессионального выбора. Ведущим мотивом выбора профессии в обеих группах был материальный. В каждой группе были учащиеся, у которых на момент первичного тестирования было невозможно определить профессиональную направленность личности и профессиональные интересы.

Выявленные в ходе диагностического исследования особенности профессионального самоопределения учащихся обусловили необходимость разработки программы психологического сопровождения профессионального самоопределения. Апробация программы психологического сопровождения профессионального самоопределения «Мой выбор – мое будущее» проходила в период январь-март 2023 года с учащимися экспериментальной группы. Школьники с большой заинтересованностью отнеслись к участию в занятиях. Занятия вызвали большой интерес у учащихся. По мере освоения материала школьники смогли перейти к более сложным задачам, ознакомиться с понятием личного профессионального плана, поработать над его построением.

После завершения занятий по профессиональному самоопределению было проведено повторное тестирование в контрольной и экспериментальной группах. Анализ результатов диагностики повторной диагностики показал, показал, что в экспериментальной группе существенно вырос уровень готовности к выбору профессии, снизился уровень нерешительности и зависимости в профессиональном выборе и повысился уровень оптимизма и самооценки относительно профессионального выбора, а также выросла значимость деловых мотивов. В экспериментальной группе не выявлено учащихся, у которых невозможно определить профессиональные интересы и профессиональную направленность и существенно выросло число выборов в сферах человек-человек и человек техника. В контрольной группе, по-прежнему, есть учащиеся с неготовностью к профессиональному выбору и невыраженными профессиональными интересами и направленностью личности.

Следовательно, гипотезу исследования о благоприятном влиянии психологического сопровождения профессионального самоопределения на уровень готовности учащихся 9-х классов к выбору профессии и способствовании изменению мотивов выбора профессии и психологических установок относительно их выбора можно считать доказанной.

Данные, полученные в результате исследования, позволяют говорить о том, что работа по профессиональному самоопределению должна проводиться в школах с 9 класса регулярно и систематично, чтобы учащиеся расширяли свои знания о профессиях, о собственных способностях и возможностях профессиональной реализации. В психологическом сопровождении профессионального самоопределения старшеклассников важно учитывать ту ситуацию, в которой им предстоит делать свой выбор, способствуя развитию у старшеклассников качеств, помогающим им адаптироваться к современному рынку труда. Также работу по профессиональному самоопределению необходимо проводить с учетом выявленных у учащихся 9-х классов мотивов выбора профессии, профессиональных установок и общей готовности к профессиональному выбору.

## Список используемой литературы

1. Андриенко О. А. Особенности профессионального самоопределения обучающихся старших классов средних общеобразовательных школ // Перспективы науки и образования. 2018. №2 (32). С. 125-128.
2. Арендачук И. В. Риски профессионального самоопределения старшеклассников: психолого-педагогический аспект // Известия Саратовского университета. 2016. №1. С.70-77. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/riski-professionalnogo-samoopredeleniya-starsheklassnikov-psihologo-pedagogicheskiy-aspekt> (дата обращения: 25.12.2022).
3. Бадашкеев М. В. Социально-психологические риски личностного самоопределения сельских школьников // Гуманитарная парадигма. № 3 (6). 2018. С. 42-47.
4. Бардакова Н.М. Профессиональное самоопределение школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №59. С. 64-67.
5. Богданова Г. В. Аспекты профессионального самоопределения личности // Молодой ученый. 2013. № 10 (57). С. 497-499. URL: <https://moluch.ru/archive/57/7791/> (дата обращения: 14.12.2022).
6. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. М.: Институт практической психологии. 2011. 352 с.
7. Бозоров А. А. Закономерности развития профессиональной самореализации личности // Наука и образование сегодня. 2019. №3 (38). С. 107-109. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zakonomernosti-razvitiya-professionalnoy-samorealizatsii-lichnosti> (дата обращения: 19.12.2022).
8. Болучевская В.В. Профессиональное самоопределение будущих специалистов помогающих профессий: монография. Волгоград: Издательство

ВолГМУ. 2010. 264 с. URL: <http://www.medpsy.ru/library/library066.php> (дата обращения: 12.12.2022).

9. Босов М. С. Особенности процесса профессионального самоопределения молодых людей в подростковом и юношеском возрасте // Социальная интеграция и развитие этнокультур в евразийском пространстве. 2019. Т. 2. № 8. С. 328-331.

10. Волкова О. А. Проблема профессионального самоопределения старшеклассников // Молодой ученый. 2020. № 3 (293). С. 407-408. URL: <https://moluch.ru/archive/293/66406/> (дата обращения: 21.12.2022).

11. Головей Л. А., Александрова Н. А., Данилова М. В., Манукян В. Р., Рыкман Л.В. Кризисы профессионального развития и ресурсы личности в периоды юности и ранней взрослости // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. 2013. №2. С. 33-39. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/krizisy-professionalnogo-razvitiya-i-resursy-lichnosti-v-periody-yunosti-i-ranney-vzroslosti> (дата обращения: 19.12.2022).

12. Голубева Е. А. Проблема детерминации профессионального самоопределения личности в психологии // Молодой ученый. 2020. № 23 (313). С. 546-549. URL: <https://moluch.ru/archive/313/71315/> (дата обращения: 24.12.2022).

13. Гурова Е.В. Профориентационная работа в школе: методическое пособие. М.: Просвещение, 2014. 95 с.

14. Гуртов В. А., Хотеева Е. А. Планирование карьерной траектории школьников: ориентация на «Хочу», «Могу» и «Надо» // ИТС. 2018. №1 (90). С. 134-150.

15. Евстигнеева Д. А. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения учащихся средней школы // Вестник магистратуры. 2014. №1 (28). С. 39-42. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-professionalnogo-samoopredeleniya-uchaschihsya-sredney-shkoly> (дата обращения: 27.12.2022).

16. Зайкова С. А., Скорикова Н. И. Актуальные проблемы профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2013. №29. С. 55-61.
17. Зеер Э. Ф., Павлова А. М., Садовникова Н. О. Профориентология: теория и практика : учеб. пособие. М.: Академический проект. 2006. 189 с.
18. Киреева З. А., Стойко Е.Н. Особенности профессионального самоопределения современных старшеклассников // Вестник Курганского государственного университета. 2012. №1 (23). С.65-75. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnogo-samoopredeleniya-sovremennyh-starsheklassnikov-1> (дата обращения: 23.12.2022).
19. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М. : Издательский центр «Академия». 2010. 304 с.
20. Козловская С. Н. Закономерности развития профессионального самоопределения личности // Акмеология. 2005. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zakonomernosti-razvitiya-professionalnogo-samoopredeleniya-lichnosti> (дата обращения: 16.12.2022).
21. Кондаков И. М. Диагностика профессиональных установок подростков // Вопросы психологии. № 2. 1997. С. 122–130.
22. Корнеева Я. А., Юрьева А.С. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения учеников 8-9 классов // Психология и психотехника. 2017. №2. С. 74-87.
23. Кузнецова И. В. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников // Ярославский педагогический вестник. 2009. №4. С. 150-154. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-professionalnogo-samoopredeleniya-starsheklassnikov> (дата обращения: 19.12.2022).

24. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека: учебн. пособие для студентов высших учебных заведений. М.: ТЦ «Сфера». 2001. 464с.
25. Левицкая И. А. Профессиональное самоопределение как социокультурный процесс // Вестник КемГУ. 2014. №2 (58). С. 136-140. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-samoopredelenie-kak-sotsiokulturnyy-protsess-1> (дата обращения: 12.12.2022).
26. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 57-65
27. Лукин В. В., Дикарев В. А. Профорентация и цифровизация - звенья одной проблемы // Вестник ГУУ. 2018. №8. С. 135-138.
28. Моногарова М. В. Результаты экспериментальной работы организационно-управленческих условий профессионального самоопределения школьников // Евразийский союз ученых. 2016. № 30 (3). С. 76-78. URL: [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_27327495\\_98440987.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_27327495_98440987.pdf) (дата обращения: 12.12.2022).
29. Осницкий А.К., Истомина С.В. Роль операционального компонента регуляторного опыта в становлении субъектного отношения к труду и профессионального самоопределения старшеклассников // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2016. № 2. С. 34-41.
30. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика: учеб. пособие. М.: Академия. 2008. 117 с.
31. Пряжников Н. С. Методы активизации личного и профессионального самоопределения. М.: Московский психолого-социальный институт. 2002. 400 с
32. Пряжникова Е. Ю. Профорентационные кейсы образовательных организаций. М.: «Автор». 2021. 111 с.

33. Психологическое сопровождение выбора профессии: научно-методическое пособие / под ред. Л. М. Митиной. М.: Флинта. 2003. 184 с.
34. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. М.: Генезис. 2017. 230 с.
35. Решетников В. В. Понятие профессионального самоопределения в современной педагогической психологии // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2011. Т. 13. № 2(5). С. 1163-1167.
36. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер. 2015. 718 с.
37. Рудакова О. А. Психологическое сопровождение в высших образовательных учреждениях // Pedagogical Review. 2016. №4 (14). С. 18-26. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-v-vysshih-obrazovatelnyh-uchrezhdeniyah> (дата обращения: 19.12.2022).
38. Самоукина Н. В. Психология профессиональной деятельности. СПб.: Питер. 2003. 224 с.
39. Симатова О.Б., Прокопьева Е.В. Возрастные особенности профессиональной направленности школьников на разных этапах онтогенеза // Ученые записки ЗабГУ. 2011. №5. С. 210-213.
40. Старостина Н. Н. Профессиональное самоопределение как важная составляющая профессиональной социализации личности // Научное обозрение. Педагогические науки. 2017. № 5. С. 174-177.
41. Таланова С. И. Особенности профессионального самоопределения старшеклассников // Теория и практика образования в современном мире. 2012. С. 226-228. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/21/1918/> (дата обращения: 27.12.2022).
42. Толстикова А. А. Сравнительный анализ профориентационных методик // Молодой ученый. 2021. № 17 (359). С. 346-350. URL: <https://moluch.ru/archive/359/80241/> (дата обращения: 18.12.2022).
43. Федосенко Е. В. Сопровождение профессионального самоопределения школьника: инновационный комплексный подход (на



примере программы профессионального самоопределения «Твой выбор») // Образование и качество жизни. 2018. №1(9). С.5-12.

44. Ханова Т. Г., Серебровская Н. Е., Бедная П. А. Особенности профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2022. №76-1. С.316-319. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnogo-samoopredeleniya-v-starshem-shkolnom-vozhraсте-1> (дата обращения: 29.03.2023).

45. Чистякова С. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников: метод. пособие. М.: AcademiA. 2005. 123 с

46. Шафранов-Куцев Г. Ф., Ефимова Г. З., Семёнов М. Ю. Профорientационные практики в условиях глобализации: социологический анализ // Образование и наука. 2018. №8. С. 46-62. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proforientatsionnye-praktiki-v-usloviyah-globalizatsii-sotsiologicheskiiy-analiz> (дата обращения: 29.03.2023).

47. Шеина Л. М. Сложности профессионального самоопределения (из опыта работы) // Образование и воспитание. 2018. № 1 (16). С. 50-51.

48. Широкова Е. Ю. Влияние семьи на профессиональное самоопределение подростков // Молодой ученый. 2020. № 50 (340). С. 448-449.

49. Юрьева И. А. Роль психолого-педагогического сопровождения в формировании профессионального самоопределения старшеклассников // АНИ: педагогика и психология. 2015. №2 (11). С. 120-122.

50. Ядрихинский А. М. Психологическое сопровождение личностного развития учащихся в образовательном процессе // Сибирский педагогический журнал. 2006. №6. С. 224-229. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-lichnostnogo-razvitiya-uchaschihsya-v-obrazovatelnom-protssesse> (дата обращения: 21.12.2022).

51. Ashby J. S., Schoon I. Career success: The role of teenage career aspirations, ambition value and gender in predicting adult social status and earnings // *Journal of Vocational Behavior*. 2010. №3. P. 350-360. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0001879110001181> (дата обращения: 14.03.2023).

52. Hartung P. J., Porfeli E. J., Vondracek F. W. Child vocational development: A review and reconsideration // *Journal of Vocational Behavior*. 2005. №3. P. 385-419. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.05.006> (дата обращения: 11.03.2023).

53. Hummel H., Boyle E. Game-based career learning support for youth: effects of playing the Youth Work game on career adaptability // *Interactive Learning Environments*. 2018. №26. P. 745-749. URL: <https://doi.org/10.1080/10494820.2017.1402062> (дата обращения: 25.03.2023).

54. Kaemmerer E. Professional Orientation Career Pathways // *Professional Orientation Five Steps to Decision on a School and Occupation. Professional Orientation Elementary School Program*. Belgrade. 2011. 80 p. URL: [http://profesionalnaorijentacija.org/wp-content/uploads/2011/12/Professional\\_orientation\\_elementary\\_school\\_program.pdf](http://profesionalnaorijentacija.org/wp-content/uploads/2011/12/Professional_orientation_elementary_school_program.pdf) (дата обращения: 12.12.2022).

55. Keller B. K., Whiston S. C. The role of parental influences on young adolescents' career development. *Journal of Career Assessment*. 2008. №16 (2). P. 198–217. URL: <https://doi.org/10.1177/1069072707313206> (дата обращения: 14.03.2023).

## Приложение А

### Результаты диагностики профессиональных установок подростков (учащихся 9-х классов) по методике И.М. Кондакова

Таблица А.1 - Результаты первичной диагностики профессиональных установок подростков по методике И.М. Кондакова

Профессиональные установки	Показатели выраженности фактора, кол-во учащихся											
	Низкий				Средний				Высокий			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа		Экспериментальная группа		Контрольная группа		Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Нерешительность профессионального выбора	1	5	3	14	13	68	11	52	5	26	7	33
Рационализм профессионального выбора	6	32	4	19	10	53	12	57	3	16	2	10
Оптимизм в отношении профессионального будущего	6	32	4	19	11	58	17	81	2	11	1	5
Самооценка	9	47	8	38	7	37	11	52	3	16	2	10
Зависимость в профессиональном выборе	3	16	7	33	14	74	14	67	2	11	4	19

Продолжение приложения А

Таблица А.2 - Результаты повторной диагностики профессиональных установок подростков по методике И.М. Кондакова

Профессиональные установки	Показатели выраженности фактора, кол-во учащихся											
	Низкий				Средний				Высокий			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа		Экспериментальная группа		Контрольная группа		Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Нерешительность профессионального выбора	7	37	4	19	12	63	11	52	0	0	6	29
Рационализм профессионального выбора	0	0	3	14	11	58	14	67	8	42	4	19
Оптимизм в отношении профессионального будущего	1	5	3	14	17	89	16	76	1	5	2	10
Самооценка	2	11	7	33	16	84	12	57	1	5	2	10
Зависимость в профессиональном выборе	10	53	6	29	8	42	12	57	1	5	3	14