

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)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки)

Практическая психология в образовании
(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)

на тему Формирование профессиональной ориентации у подростков посредством
коуч-технологий

Обучающийся А.С. Яценко

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Научный
руководитель

канд. психол. наук Е.В. Некрасова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1 Теоретические основы проблемы формирования профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий.....	11
1.1 Понятие и сущность проблемы профессиональной ориентации у подростков	11
1.2 Подходы к профессиональной ориентации подростков.....	19
1.3 Особенности применения коуч-технологий в вопросах профориентации подростков.....	22
Глава 2 Экспериментальная работа по формированию профориентации у подростков посредством коуч-технологий	31
2.1 Выявление уровня сформированности профессиональной ориентации у подростков.....	31
2.2 Организация и содержание программы формирования профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий.....	49
2.3 Оценка динамики уровня сформированности профессиональной ориентации у подростков.....	65
Заключение.....	75
Список используемой литературы.....	77
Приложение А Результаты констатирующего эксперимента.....	83
Приложение Б План программы «Код профессии».....	84
Приложение В Образцы работ участников программы, упражнение «Карта моих талантов».....	86
Приложение Г Фоторепортаж с проведения занятий по программе «Код профессии».....	87
Приложение Д Результаты контрольного эксперимента.....	88

Введение

В современном мире выбор профессии является одним из ключевых моментов в жизни каждого человека. От этого выбора зависит не только будущая карьера и материальное благополучие, но и эмоциональное состояние, психологическое здоровье и удовлетворенность жизнью. Поэтому вопрос о профессиональной ориентации школьников становится все более актуальным.

Актуальность формирования профориентации у подростков обусловлена рядом факторов. Во-первых, это необходимость учета индивидуальных особенностей каждого ребенка. Во-вторых, это потребность в подготовке учащихся к самостоятельному и осознанному выбору профессии. В-третьих, это важность учета потребностей рынка труда и изменений в экономике.

Профориентационная работа со школьниками помогает им определиться с выбором будущей профессии, учитывая собственные интересы, способности, потребности общества и тенденции развития экономики. Это позволяет им быть более успешными и удовлетворенными своей работой в будущем. Таким образом, профориентация подростков является актуальной и необходимой составляющей образовательного процесса.

Профориентационная работа с подростками актуализируется в основополагающих нормативных документах. В «Основах государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» среди приоритетных задач отмечено «создание условий для развития профориентационной работы среди молодежи и построение эффективной траектории профессионального развития».

При этом существующие на сегодняшний день методы и подходы по организации профессиональной ориентации – недостаточны. Как показали первые результаты проекта по профессиональной ориентации «Билет в

будущее», при выборе профессии большинство обучающихся 6-11 классов российских школ демонстрируют неосознанную некомпетентность – то есть проявляют довольно низкую осведомленность о современном мире профессий и системе среднего профессионального образования или высшего образования при невысоком уровне мотивации к выбору и освоению инструментов выбора. Также при самоопределении школьники демонстрируют зависимость от стереотипов и мнений окружающих и в целом не воспринимают выбор карьерной траектории как актуальную для себя жизненную задачу [23].

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» предусматривается индивидуализация и профессиональная ориентация содержания среднего общего образования в старшей школе. В «Концепции сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования» [4] (документ разработан в Центре профессионального образования ФГАУ «Федеральный институт образования» в 2014 году. Авторы: В.И. Блинов, И.С. Сергеев, при участии Е.В. Зачесовой, Е.Ю. Есениной, И.В. Кузнецовой, П.Н. Новикова, Н.С. Пряжникова, Г.В. Резапкиной, Н.Ф. Родичева, А.Г. Серебрякова, О.В. Яценко) отмечено, что «сопровождение самоопределения – равноценная составляющая процесса образования, наряду с обучением и воспитанием».

«Однако в реальной образовательной практике не всегда создаются условия, необходимые для оптимизации профориентационной работы со школьниками. В своей диссертации Н.Н. Загузина, констатирует, что в целом наблюдается слабый уровень профориентационной работы в школах и вузах, недостаточное знание учителями, старшеклассниками и их родителями, преподавателями вузов современного рынка образовательных услуг и рынка труда, прослеживается дефицит специалистов для реализации профильного обучения и профессиональной ориентации. Профориентационная работа систематически проводится лишь в 21,6% общеобразовательных организаций, старшеклассники недостаточно информированы о профессиях, о требованиях, предъявляемых профессией к человеку, о своих личностных качествах» [12].

Ассоциация негосударственного образования проводила круглый стол по перспективам профориентации школьников в России на площадке Международной гимназии инновационного центра «Сколково». Научное обсуждение состоялось при поддержке Университета «Синергия», Комитета Госдумы по молодёжной политике, Минтруда и Минцифры России, и Агентства стратегических инициатив. Л.Н. Духанина, председатель Ассоциации негосударственного образования сообщила, что, по итогам ряда исследований, только 41% школьников уверены в своём выборе специальности и вуза после 11 класса, при этом – 17% не знают, на кого идти учиться после 9 и 11 классов. «Мы видим, что даже если есть понимание своего образовательного, карьерного трека, то оно может не совпадать с желаниями ребёнка: 5% участников опроса, например, выбирают специальность из практических соображений, а не рассматривают это решение как самореализацию. При этом, только 1% учащихся работают или работали в выбранной профессии», прокомментировала итоги исследования Л.Н. Духанина [9].

«Сложившаяся ситуация свидетельствует об актуализации поиска новых подходов к организации профориентационной работы с учащимися школ и необходимости изучения эффективных средств ее осуществления» [12].

Очевидно, что детей следует как можно раньше приучать к мысли о выборе профессии и важности профориентирования. Многие дети по разным причинам затрудняются с выбором, «тонут» в море профессий.

В ситуации неопределенности выбора и отсутствия осознанности в различных сферах жизни эффективно применяются коучинговые технологии. Они также становятся все более востребованы в сфере образования и могут помочь в поиске ответов на вопросы: «не знаю, кем хочу быть» «не знаю, куда поступать», «не хочу учиться в том вузе, который рекомендуют родители, а сам не знаю куда хочу», «не знаю, какой профиль выбрать в школе».

Анализ научных исследований и существующей профориентационной практики в образовательных организациях позволил выявить существующие противоречия:

- между поставленной на федеральном уровне задачей проведения эффективной работы по профориентации подростков и недостаточным использованием коуч-технологий в данном процессе;
- между ценностями и приоритетами в профессиональном развитии членов современного общества, передовыми технологиями и имеющейся практикой профориентации подростков, не успевающей за изменениями и новыми взглядами на данный вопрос.

На основании выявленных противоречий сформулирована проблема исследования: каковы потенциальные возможности коуч-технологий в формировании профессиональной ориентации у подростков?

Таким образом, социальная значимость и недостаточная практическая разработанность данной проблемы послужили основанием для определения темы исследования: «Формирование профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить возможность формирования профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий.

Объект исследования: процесс формирования профессиональной ориентации у подростков.

Предмет исследования: формирование профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий.

В основу исследования положена гипотеза о том, что формирование профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий возможно, если:

- организован мониторинг по определению профессиональных намерений у подростков;

- отобраны коуч-технологии, направленные на формирование навыков принятия решений;
- включены коуч-технологии в профориентационную работу с подростками.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи исследования:

- изучить и проанализировать психологическую и педагогическую литературу по проблеме исследования, нормативно-правовые документы;
- выявить уровень сформированности профессиональной ориентации у подростков;
- выделить индикаторы и определить результативность работы по профориентации с применением коучинговых технологий.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- исследования в области изучения профессиональной ориентации С.И. Вершинина, А.Е. Голомштока, Е.А. Климова, И.С. Кона, А.К. Марковой, С.Д. Полякова, Н.С. Пряжникова, Н.Ф. Родичева, Е.С. Романовой, С.Л. Рубинштейна, М.С. Савиной, Л.Д. Столяренко, Э.Ф. Зеера, С.Н. Чистяковой;
- исследования в области изучения особенностей формирования профессиональной ориентации у подростков Б.Г. Ананьева, Р. Бернса, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, У. Джемса, И.С. Кона, А. Маслоу, В.С. Мухиной, А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, В.Е. Орла, К. Роджерса, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Спиркина, Э. Эриксона;
- положения об организации коуч-технологий в формировании профессиональной ориентации подростка М. Дауни, Н.С. Пряжникова, Д. Сьюпера, Дж. Уотимера.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

- теоретические (анализ литературы по проблеме исследования);

- эмпирические (анкетирование, беседа, наблюдение, опрос, эксперимент, включающий констатирующий, формирующий и контрольные этапы);
- методы обработки результатов исследования, методы наглядного представления результатов исследования.

Экспериментальная база исследования: тренинговый центр «Код личности», г. Тольятти. В эксперименте приняли участие 22 подростка в возрасте 12-14 лет.

Научная новизна исследования заключена в том, что разработана программа профессиональной ориентации подростков, позволяющая учитывать индивидуальные склонности, предпочтения и способности, представляющая собой новый подход к профориентации, основанный на коучинговых методах, которые широко применяются в личностном развитии и карьерном консультировании. Такой подход сфокусирован на развитии самостоятельности подростков, освещает психологические и эмоциональные аспекты выбора профессии, а не только информационные.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что уточнено понятие «профессиональная ориентация», уточнены теоретические основы организации профориентационной работы с подростками с применением коучинговых технологий.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования администрацией и специалистами образовательных организаций, педагогами-психологами, коучами результатов исследования для проведения работы по профориентации подростков.

Организация и основные этапы исследования. Для осуществления исследования необходимо выделить три этапа.

Первый этап – поисково-аналитический (2023-2024 гг.). Определение проблемы исследования, объекта, предмета, цели, задач, анализ информационных источников с целью установления адекватности и

достоверности показателей анализируемой проблемы; определение показателей достижения цели исследования.

Второй этап – экспериментальный (2024-2025 гг.). Разработка и апробация программы профориентации с использованием коуч-технологий для подростков.

Третий этап – заключительный (2025 г.). Обработка и интерпретация результатов исследования; оформление материалов магистерской диссертации.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечивается опорой на фундаментальные научные положения психологии и педагогической науки; комплексностью и адекватностью методов теоретического и опытно-поискового исследования, соответствующих предмету, цели, задачам научного поиска; объективностью способов оценки результатов эксперимента.

Личное участие автора в организации и проведении исследования состоит в выявлении теоретического и практического состояния проблемы, в разработке и написании программы по формированию профессиональной ориентации подростков посредством коуч-технологий «Код профессии», в организации и проведении занятий по программе в тренинговом центре.

Апробация и внедрение результатов работы велись на протяжении всего исследования. По итогам исследования опубликованы три статьи. Результаты работы докладывались на научно-практической конференции «Студенческие Дни науки в ТГУ» 7 апреля 2025 года.

Положения, выносимые на защиту:

- профессиональная ориентация рассматривается как готовность сделать осознанный выбор профессии, понимание своей профессиональной идентичности, исходя из личностных ценностных ориентиров, способностей и интересов;
- формирование профессиональной ориентации подростков происходит посредством коуч-технологий, направленных на развитие гибких

навыков и умений, преодоление страхов и сомнений, связанных с выбором профессии, а также на формирование уверенности в своих силах и возможностях, осознание своих сильных сторон и истинных интересов;

– компоненты и уровни сформированности профессиональной ориентации у подростков характеризуются степенью овладения представлениями о профессиональной направленности, соотношением своих способностей и склонностей с предполагаемыми профессиями, определением статуса профессиональной идентичности и готовности к выбору профессии, определению предпочитаемого вида профессиональной деятельности, пониманию своего уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности.

Структура магистерской диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (46 наименований), 5 приложений. Текст содержит 4 рисунка и 12 таблиц. Основной текст работы изложен на 82 страницах.

Глава 1 Теоретические основы проблемы формирования профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий

1.1 Понятие и сущность проблемы профессиональной ориентации у подростков

В данном параграфе рассмотрим понятие «профессиональная ориентация».

Для начала необходимо уточнить основные научно-методические термины: «профессия», «ориентация», «профориентация».

«Слово «профессия» происходит от слова *professio* – официально указанное занятие, специальность, и от слова *profiteor* – объявляю своим делом» [13].

«Е.А. Климов предлагает четыре подхода к определению термина «профессия»:

- область приложения сил человека, то есть область, в которой человек осуществляет свои трудовые функции;
- общность людей, занятых определенного рода трудовыми функциями;
- подготовленность, то есть знания, умения, навыки, благодаря которой он может выполнять определенные трудовые функции;
- деятельность, работа профессионала, то есть распределенный во времени процесс реализации трудовых функций» [16].

Существует множество понятий профессиональной ориентации.

Например, Э.Ф. Зеер дает «несколько определений этому понятию:

- это система научно обоснованных психолого-педагогических и медицинских мероприятий, направленных на подготовку молодежи к выбору профессии с учетом индивидуально-психологических особенностей личности и потребностей общества;

– это научно обоснованное распределение людей по различным видам профессиональной деятельности в связи с потребностями общества в различных профессиях и способностями индивидов к соответствующим видам деятельности;

– психологические меры и комплекс информации разного рода, направленные на принятие решения по приобретению той или иной профессии (специальности), а также на выбор оптимального для достижения этой цели пути дальнейшего профессионального образования» [13].

Слово «ориентация» в социально-педагогических исследованиях рассматривается в двух аспектах:

– «ориентированность – деятельность субъекта, направленная на обследование окружающей действительности в целях получения информации для разрешения стоящих перед ним задач» [18];

– «ориентирование – деятельность людей, включающая различные способы воздействий на человека с целью организации его жизнедеятельности в определенном направлении, приводящая к его ориентированности» [20].

«Е.Ю. Пряжникова выделяет в качестве «субъектов профессиональной ориентации» следующее:

– самоопределяющаяся личность. Это может быть, как школьник или студент, так и специалист в той или иной деятельности;

– семья. Для семьи, имеющей в своем составе школьника, заканчивающего обучение, очень важно сориентировать его на жизненный успех, кроме того, семья сама ориентирована на успех, поэтому возможен такой вариант как «семейная карьера»;

– психолого-педагогическая наука. Этот субъект следует рассматривать в лице конкретных ученых и преподавателей, которые разрабатывают профориентационную проблематику и готовят специалистов-профконсультантов;

- психологические центры и службы, в которых осуществляется практическая помощь людям в профессиональном самоопределении;
- образовательные учреждения и прежде всего школа. Одной из задач школы является подготовка ученика к профессиональному самоопределению. Хотя школа и мало внимания уделяет профориентационной работе, тем не менее, она не исключается из системы профессиональной ориентации;
- профессиональные образовательные учреждения;
- фирмы, организации, предприятия, где продолжается решение различных карьерных вопросов;
- органы управления разных уровней;
- государство» [30].

В условиях постоянно меняющегося мира профориентация подростков становится одним из ключевых факторов их успешной самореализации. Выбор профессии – это не просто определение своего будущего, но и возможность стать частью социально-экономического развития страны. «Таким образом, профессиональная ориентация подрастающего поколения является важнейшей государственной задачей, насущной социально-экономической и педагогической проблемой» [23].

«Данная идея положена в основу ФГОС основного общего образования. В Федеральном Законе «Об образовании в РФ» провозглашается гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека, свободного развития личности, воспитание, трудолюбия, ответственности; свобода в образовании согласно склонностям и потребностям человека, создание условий для самореализации каждого человека» [37].

«В Национальной доктрине образования РФ подчеркивается важность формирования у обучающегося перспективы будущего профессионального развития и самореализации» [28].

«В Федеральном Законе РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ», «Основных направлениях развития государственной системы профессиональной ориентации и психологической поддержки населения в РФ» подчеркивается актуальность профориентации школьников» [27].

В Постановлении Министерства труда и социального развития РФ «О профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в РФ» говорится, что «профориентация – это обобщенное понятие компонента общечеловеческой культуры, проявляющегося в форме заботы общества о профессиональном становлении подрастающего поколения, поддержки и развития природных дарований, а также проведения комплекса специальных мер содействия человеку в профессиональном самоопределении и выборе оптимального вида занятости с учетом его потребностей и возможностей, социально-экономической ситуации на рынке труда» [26].

«В нормативно-правовых документах РФ определены основные принципы государственной политики в области профориентации: сочетание государственных интересов с правами личности в ее профессиональном становлении, приоритет профессиональных интересов граждан с учетом их индивидуальных особенностей, доступность в получении профориентационных услуг и другие» [20].

«В Европейской социальной хартии провозглашается «принцип свободного выбора профессии, обозначена необходимость учета личных качеств человека, его профессиональных возможностей в целях профессионального выбора и профессиональной карьеры» (Конвенция Совета Европы от 18.10.1961 г. «Европейская социальная хартия» (пересмотрена и дополнена 03.05.1996 г.))» [10].

«Таким образом, профориентация – это сложный комплекс мероприятий социально-экономического, психолого-педагогического и медико-физиологического характера, цель которых обеспечить профессиональное самоопределение человека в соответствии с его индивидуальными

особенностями и запросами общества в высококвалифицированной рабочей силе» [35].

С развитием технологий и изменением рынка труда, количество специальностей и специализаций значительно увеличилось. Это создает определенные сложности для подростков при выборе профессии. Однако, данная ситуация открывает новые возможности для самореализации и формирования уникальных компетенций.

Очевидно, что современная профориентация должна быть ориентирована на учет индивидуальных особенностей личных интересов и мотивации каждого подростка.

«В исследованиях Б.Г. Ананьева, Р. Бернса, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, У. Джемса, И.С. Кона, А. Маслоу, В.С. Мухиной, А.Н. Леонтьева, К. Роджерса, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Спиркина, Э. Эриксона и других отмечается, что подростковый возраст – это период интенсивного формирования ценностных ориентаций личности, создания предпосылок для появления смысла жизни; в это время активизируется основа формирования самоопределения молодого человека» [22].

«Научное обоснование профессиональной ориентации связывают с именами С.И. Вершинина, А.Е. Голомштока, Е.А. Климова, И.С. Кона, А.К. Марковой, С.Д. Полякова, Н.С. Пряжникова, Н.Ф. Родичева, Е.С. Романовой, С.Л. Рубинштейна, М.С. Савиной, Л.Д. Столяренко, Э.Ф. Зеера, С.Н. Чистяковой и других» [22].

Если рассматривать сущность профессиональной ориентации, то, например, педагогический словарь Г.М. Коджаспирова дает следующее определение: «Профессиональная ориентация – научно-практическая система подготовки молодежи к свободному, сознательному и самостоятельному выбору профессии, учитывающая индивидуальные особенности и потребности личности и рынка труда» [17].

Т.Л. Бадоев считает, «что профессиональная ориентация как педагогическая категория обозначает процесс ознакомления учащихся с

различными профессиями и видами труда и оказания им помощи в выборе своей будущей профессии и специальности в соответствии с имеющимися склонностями и способностями» [3].

«В процессе формирования профессиональной ориентации важное место занимает и профессиональное самоопределение» [19].

«Профессиональное самоопределение (по Е.А. Климову) – самоориентирование учащегося, выступающего в роли субъекта самоопределения. Сущность самоопределения в поиске и нахождении личностного смысла в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности, а также в нахождении смысла в самом процессе самоопределения» [18].

«Профессиональное самоопределение является одним из важнейших компонентов самосознания человека, как субъекта деятельности.

Существует несколько подходов к пониманию профессионального самосознания» [16].

«Г.С. Прыгин считает, что профессиональное самоопределение – это осознание человеком своей принадлежности к некоторой профессиональной группе» [35].

«В.А. Алексеев делает основной акцент в профессиональном самоопределении на познании и самооценки профессиональных качеств и отношении к ним» [35].

«Л.А. Головей трактует это понятие, как избирательную деятельность самосознания личности, подчиненную задачи профессионального самоопределения; осознание себя, как субъекта своей профессиональной деятельности» [35].

«Подобные интерпретации понятия «профессиональное самоопределение» не противоречат друг другу, а взаимодополняют, отражая различные аспекты этого широкого понятия» [35].

«По мнению А.К. Марковой профессиональное самоопределение включает: осознание человеком норм, правил, моделей своей профессии, как

эталонов для осознания своих качеств; осознание этих качеств у других людей, сравнение себя с неким абстрактом или конкретным коллегой; учет оценки себя как профессионала со стороны коллег; самооценивание человеком своих отдельных сторон – понимание себя, своего профессионального поведения, а также эмоциональное отношение и оценивание себя; положительное оценивание себя в целом, определение своих положительных качеств, перспектив, что приводит к позитивной «Я-концепции»» [35].

«По мнению И.Н. Андреевой на каждом этапе исторического развития общества вопросы профессиональной ориентации наполнялись различным смыслом и содержанием» [1].

«Отметим, что с течением времени сложились различные философско-педагогические подходы к профессиональной ориентации как важной части образования: социально-ориентированный, идеалистический, личностно-ориентированный» [1].

«Социально-ориентированный подход определяет ориентацию в выборе профессии, прежде всего, на интересы общества, потребности экономики, рынка труда в специалистах разного профиля без определяющего способностей и возможностей человека.

Личностно-ориентированный подход провозглашает приоритет индивидуальных особенностей человека (ценности, потребности, склонности и интересы) в выборе профессии в интересах развития личности и государства.

Идеалистический подход определяет приоритет индивидуальных особенностей (ценности, потребности, склонности и интересы) и развитие способностей человека без учета общественного запроса» [1].

Несмотря на множество различных теоретических подходов к исследованию проблем профессионального самоопределения, остается много «слепых зон» в этом вопросе. До сих пор нет однозначного ответа на вопросы «в какой именно момент формируется у подростков интерес к определенным профессиям?», «как формируется профессиональное самоопределение?», «с какого возраста начинать профориентационную работу со школьниками, в

какой последовательности необходимо осуществлять различные профориентационные мероприятия?».

По данным исследований Российской академии образования, «около 50% старшеклассников не соотносят выбор профессии со своими реальными возможностями; 46 % ориентируются при решении этого вопроса на мнение родителей и родственников; 67% не имеют представления о сущности трудовых обязанностей, выполнение которых подразумевает в дальнейшем избранная для продолжения обучения специальность» [39].

«Кроме того, в понимании школьников, их родителей, а иногда и педагогов, профориентация, в первую очередь, это предоставление информации о мире профессий, проведение некой диагностики и рекомендации о наиболее подходящих профессиях» [16]. В то время, как профориентация должна помочь ученику осознать свои личные интересы, сильные качества и способности. Но самое важное, научить критически подходить к данной вопросу и делать выбор будущей профессии самостоятельно.

«Именно внутренние способности и таланты человека являются источником его самоактуализации. Аналогично этому, способности и таланты подростка должны лежать в основе выбора им своей будущей профессии» [32].

«Сторонник теории самоактуализации Карл Рэнсом Роджерс указывал, что ведущим мотивом поведения человека является тенденция развивать свои способности, чтобы сохранять и развивать личность» [32].

Очевидно, что на сегодняшний день успех в профессиональной деятельности во многом зависит от наличия у человека гибких навыков, таких как коммуникабельность, креативность, критическое мышление, умение работать в команде и других. Поэтому задача профориентации – не только помочь подростку определиться с профессией, но и развивать его гибкие навыки, которые будут полезны в любой сфере деятельности.

А психологическая поддержка является неотъемлемой частью этого процесса. Она помогает подросткам преодолеть страхи и сомнения, связанные

с выбором профессии, а также способствует формированию уверенности в своих силах и возможностях.

Сущность профессиональной ориентации подростков необходимо рассматривать как целостную систему мероприятий. Таких как профпросвещение, диагностика, консультации, открытые встречи, профадаптация и другие.

Профориентация подростков – это сложный и многогранный процесс, требующий учета множества факторов и условий. Современная профориентация должна быть гибкой, индивидуальной и направленной на развитие у подростков гибких навыков и умений. Только таким образом можно помочь подросткам успешно самореализоваться и стать востребованными специалистами в будущем.

1.2 Подходы к профессиональной ориентации подростков

Профориентация является предметом изучения различных дисциплин, поэтому в научной литературе мы встречаем разнообразие подходов к трактовке и ее изучению.

«Д.А. Леонтьев рассматривает профессиональное самоопределение как сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала» [19].

«В.Е. Орел выделил четыре функции профориентации, которые определяются ее целями:

- социальная функция профессиональной ориентации предполагает процесс усвоения школьниками определенной системы знаний, норм, ценностей, позволяющих им осуществлять свою социально-профессиональную деятельность. Поэтому профессиональную

ориентацию учащихся необходимо рассматривать прежде всего с позиций социального заказа общества;

– экономическая функция означает улучшение качественного состава рабочей силы, повышение удовлетворенности юношей и девушек содержанием труда, повышение профессиональной активности и производительности труда, экономию рабочего времени;

– медико-физиологическая функция – это реализация требований к здоровью и отдельным физиологическим качествам, необходимым для выполнения той или иной профессиональной деятельности;

– психолого-педагогическая функция – это прежде всего выявление и формирование интересов, склонностей, способностей школьников, помощь им в поиске призвания, выборе такой профессии, которая соответствовала бы индивидуальным особенностям личности, ее потенциальным возможностям; определение путей и условий эффективного управления профессиональным самоопределением школьников» [24].

Представители педагогики характеризуют профориентацию как «научно-практическую систему подготовки учащихся к свободному сознательному выбору профессии» (С.Н. Чистякова) [38] или «...целенаправленную деятельность, связанную с формированием у подрастающего поколения профессиональных интересов и склонностей в соответствии с личными способностями, потребностью общества и пригодностью к той или иной профессии» (С.Я. Батышев) [25].

Педагогический подход к изучению профориентации тесно переплетается с психологическим. «В рамках психологического направления исследуются внутренние и внешние факторы, оказывающие влияние на выбор профессии, а также вопросы, связанные с психологической подготовкой к профессиональной деятельности» [20]. Важную роль играют личностные особенности, такие как интересы, склонности, способности, потребности и

запросы, а также ценностные установки и мотивы, которые способствуют формированию профессиональной ориентации.

Реализация психологического подхода проявляется в деятельности специальных центров профориентации и образовательных учреждений, где осуществляется работа по развитию у учащихся профессиональных предпочтений с учетом их психологических характеристик.

«В психологии профориентация трактуется как психологический процесс, состоящий из двух взаимосвязанных сторон: принятия оптантом решения о своем профессиональном выборе и воздействия на психику оптанта с целью формирования у него профессиональных намерений (П.А. Шавир)» [14].

«С позиции социологии и экономики профессиональная ориентация – это совокупность социально-экономических отношений между обществом и его членами по вопросу формирования специализированной рабочей силы с учетом общественных потребностей в ней» [33].

«Подобное разнообразие понятийного аппарата связано с тем, что профориентация является педагогической по методам, социальной по содержанию, экономической по результатам и государственной по организации работы» [41].

Сущность профессионального выбора состоит в нахождении оптимального варианта с точки зрения индивидуальных качеств и социальных возможностей самоопределяющегося человека.

«В контексте исследования мы опираемся на таких авторов как: Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, Н.С. Пряжников. С.Н. Чистякова, придерживающихся в своих исследованиях позиции личностно-деятельностного подхода.

По мнению ученых К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Анциферовой, В.В. Белова, А.А. Бодалева, В.А. Бодрова, Л.И. Божович, С.Н. Козловской, Л.Н. Куликовой, С.В. Тарасова, Е.Н. Шиянова главным условием успешной

профориентационной деятельности является полноценное психическое и личностное развитие личности» [22].

«Мы согласны с мнением исследователей Е.В. Бондаревской, М.Р. Гинсбурга, А.Я. Голубчикова, В.Е. Гурина, Г.А. Ковалева, С.В. Кульневича, А.В. Петровского, Л.И. Рувинского, Г.К. Селевко, что сформированность мотивационно-потребностной сферы, наличие развитых интересов, склонностей и способностей, достаточный уровень самосознания являются основными личностными предпосылками выбора профессии» [22].

«Профессиональная ориентация рассматривается в педагогике и других гуманитарных науках, как важнейший этап личностного развития, как творческий акт «определения себя в обществе и через общество» (Д.И Фельдштейн)» [22].

1.3 Особенности применения коуч-технологий в вопросах профориентации подростков

В условиях быстро меняющегося мира, где технологии и экономические реалии постоянно видоизменяются, профориентация подростков становится одной из ключевых задач в сфере психологии и педагогики. Однако, несмотря на важность этого процесса, современная система профориентации сталкивается с рядом серьезных проблем, которые требуют внимания и решения. В условиях глобализации и цифровизации многие традиционные профессии исчезают, а новые требуют совершенно иных навыков и знаний. Поэтому важно обеспечить доступ к актуальной информации о профессиях и требованиях к ним.

По мнению «теоретиков карьеры», подростковый возраст является важнейшим этапом развития в исследовании и разработке будущих карьерных целей. Принятие решений о карьере в этом возрасте включает в себя процесс понимания, определения карьерных интересов, изучения различных

потенциальных карьерных путей посредством планирования и принятия важных карьерных решений [45].

Известно, что подростковый возраст является этапом формирования самовосприятия и самоидентификации. В этой фазе развития, наряду с телесными изменениями, происходят серьезные интеллектуальные и когнитивные изменения. В теории развития Эрика Эриксона основным конфликтом подросткового возраста является напряжение между путаницей ролей и идентичностью. Это стремление к идентичности включает поиск одинаковости и непрерывности в себе, что означает попытку получить ясную картину своих навыков и личных качеств. По мнению Эриксона, подростки, которые формируют чувство идентичности, получают два ключевых преимущества, а именно: чувство того, что они находятся дома в своем теле и чувство психологического благополучия (Эриксон, 1968). Развивается способность «размышлять о собственном мышлении», что помогает подросткам в изучении новых навыков, а также в решении проблем [46].

Однако опыт современных подростков сегодня сильно отличается от того, что было, когда большинство специалистов по консультированию в вопросах профориентации сами были подростками. Послания от молодежи ясны. Теперь перед специалистами по профориентации и консультированию стоит задача сделать так, чтобы предлагаемые программы и услуги соответствовали контексту, в котором живут сегодняшние подростки [43].

Выбор карьеры в настоящее время является одной из самых больших проблем, с которыми сталкиваются подростки. Они испытывают давление со стороны своих семей, друзей и социальных кругов, что в конечном итоге приводит к неуверенности и трудностям в принятии решений о карьере. Сейчас подростки больше, чем когда-либо, нуждаются в консультировании по карьере, чтобы помочь им осознать свои сильные и слабые стороны и получить консультацию по выбору карьеры, которая соответствует их интересам, ценностям и талантам, чтобы быть более счастливыми на работе и в целом [44].

Еще одной значительной проблемой является отсутствие индивидуального подхода в процессе профориентации. В большинстве случаев профориентационные программы ориентированы на массового потребителя и не учитывают уникальные интересы, способности и жизненные обстоятельства каждого подростка. Это может привести к тому, что вчерашние школьники выбирают профессию не по призванию, а под воздействием окружающих или из-за моды. Индивидуализированный подход к профориентации мог бы помочь подросткам лучше понять свои сильные стороны и найти свое место в мире труда.

Не менее важной является проблема психологического давления на подростков при выборе профессии. Многие испытывают страх перед будущим и давление со стороны родителей или окружения. Это может привести к стрессу и неуверенности в своих силах. Профориентация должна включать элементы психологической поддержки, чтобы помочь подросткам справиться с этими эмоциями и сделать осознанный выбор.

Также стоит отметить влияние социальных сетей и медиа на восприятие профессий. Молодежь часто ориентируется на образы успешных людей из интернета, что может создать ложные представления о выбранной профессии. Важно развивать критическое мышление у подростков, чтобы они могли адекватно оценивать информацию и делать осознанные выборы, ставить перед собой профессиональные цели и понимать, как их достигнуть.

Объективно профориентация подростков – это важный процесс, но ее традиционные методы становятся недостаточно эффективными. Подросткам нужна грамотная помощь в процессе понимания своих интересов, осознания своих сильных сторон, формирования видения своего профессионального пути. По мнению Н.С. Пряжникова, «сущность профессионального самоопределения можно определить, как поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой трудовой деятельности, а также – нахождение смысла в самом процессе самоопределения...» [29].

В этом контексте коуч-технологии представляют собой инновационный подход, который может значительно улучшить процесс профессиональной ориентации подростков.

Коучинг как метод личностного и профессионального развития основан на партнерских отношениях между коучем и клиентом. По словам Джона Уитмора, «коучинг – это раскрытие потенциала людей для максимизации их собственной производительности. Чаще всего он помогает им учиться, а не учит их» [36].

Коуч помогает клиенту выявить собственные, а не «навязанные» окружением цели, осознать свои сильные стороны и ресурсы, а также разработать план действий для достижения желаемых результатов. В отличие от традиционных методов обучения, коучинг ориентирован на активное участие клиента в процессе и его личную ответственность за результаты.

Коучинг – это в первую очередь открытие, осознание и выбор. Это способ эффективно обучить человека самостоятельно находить ответы, побудить его делать выбор и поддерживать его в этом [15].

Коучинг-технологии представляют собой набор методов и приемов, направленных на развитие личностного потенциала клиента через целенаправленное взаимодействие.

Для того, чтобы сделать правильный профессиональный выбор, надо изучить самого себя: свои личностные особенности, особенности мышления, нервной системы, характера [40]. На этом этапе мы и можем увидеть огромный потенциал коуч-технологий в работе по профориентации подростков.

Один из основателей коучинга, Тимоти Голви, писал, что каждый человек обладает всеми необходимыми ресурсами и способностями, и коуч помогает раскрыть свой потенциал. Он говорил, что человек – это не пустой сосуд, который надо наполнить, а больше похож на желудь, который уже содержит в себе все, что необходимо, чтобы стать могучим дубом. Для этого его необходимо питать и освещать. Способность вырасти уже заложена в человеке» [11].

Одной из ключевых особенностей коучинга является индивидуальный подход. Каждый человек уникален, а значит и его интересы, способности и жизненные обстоятельства. В подростковом возрасте особенно остро стоит вопрос своей идентичности. Коучинг позволяет учитывать личные особенности каждого подростка, что делает процесс профориентации более эффективным.

Не менее важной особенностью коучинга является работа по осознованию собственных ценностей и интересов. В процессе профориентации такая работа становится ключевым этапом. Она позволяет подросткам не только определить, какие профессии могут быть для них привлекательными, но и понять, какие из них соответствуют их внутренним убеждениям и жизненным целям.

Развитие карьеры больше не происходит в стабильном и линейном мире работы; скорее, понятие карьеры может быть определено метафорой «непредсказуемого путешествия», включающего несколько магистралей и второстепенных дорог. Сегодня карьера понимается как субъективное качество, относящееся не только к занятиям, но и к дальнейшим жизненным ролям [42].

Американский психолог Дональд Сьюпер отмечал, что «профессиональная идентичность формируется на основе личных интересов, ценностей и жизненного опыта». «Основная идея теории профессионального развития Д.Е. Сьюпера связана с тем, что человек при выборе профессии опирается на имеющуюся у него «Я-концепцию» и соотносит ее со спецификой трудовой деятельности. Таким образом, изучив утверждения, которые человек рассказывает о самом себе (то есть определяющие его Я-концепцию), можно спрогнозировать наиболее успешную сферу его профессиональной деятельности» [34].

«Коучинг – это искусство способствовать повышению результативности, обучению и развитию другого человека. Коучинг опирается

не на знание, опыт, мудрость, а на способность человека учиться самому и действовать творчески» (Майлз Дауни) [21].

«Основная задача коуча заключается в том, чтобы помочь клиенту осознать свои сильные стороны, интересы и ценности, а также разработать стратегию достижения поставленных целей» [36].

В профориентационной работе коучинг способствует развитию самоосознания (помогает подросткам в понимании своих интересов, склонностей и ценностей), формированию навыков целеполагания (с помощью обучения методам постановки SMART-целей для достижения карьерных ориентиров), способствует поддержке в принятии решений (содействие подросткам в выборе профессии на основе осознанного анализа своих возможностей и потребностей рынка труда). Таким образом, коучинг направлен на стимулирование самообучения, чтобы в процессе деятельности человек смог сам находить и получать необходимые знания.

Для того, чтобы помочь подросткам сделать выводы о самом себе, применяются различные коуч-техники. Благодаря им подростки учатся понимать свои интересы и жизненные ориентиры, задумываются, какие профессии могут соответствовать их внутренним убеждениям и желаниям.

Рассмотрим часть таких техник. Например, коучи используют рефлексивные вопросы, чтобы помочь подросткам задуматься о своих предпочтениях: «что вам нравится делать в свободное время?», «какие занятия приносят вам радость?», «что для вас важно в жизни?». Такие вопросы способствуют самоанализу и помогают подросткам осознать свои истинные желания. Успешно применяются тесты на определение интересов, которые могут помочь подросткам понять свои склонности (например, тест Холланда). Техника визуализации позволяет подросткам представить свою жизнь через несколько лет. Коуч может предложить им закрыть глаза и «увидеть» себя в идеальной профессиональной ситуации. Это помогает выявить скрытые желания и предпочтения. Метод «колеса жизни» («колесо баланса») помогает ярко представить различные аспекты жизни (работа, семья, здоровье, хобби) и

оценить их значимость для себя. Подростки могут определить, какие области требуют большего внимания и как это связано с их профессиональными устремлениями. В профориентационной работе востребована работа с метафорой. Метафоричность в представлении себя позволяет использовать проективные психологические механизмы. Возможные вопросы: «Представь себя книгой, о чем могла бы быть эта книга? Если бы ты взял вещь со стола, с какой вещью ты бы себя ассоциировал? Какая метафора отражает твоё отношение к себе, ситуации, другим? и другие. Метафоричность открывает большое количество инсайтов у подростка, даёт возможность посмотреть на себя под новым углом.

Ещё одним важным ресурсом личности в построении карьеры являются задатки. Они дают основу для формирования способностей и склонностей. В качестве инструментов диагностики задатков можно использовать опросники и тесты, рефрейминг, историю достижений, коучинговые вопросы, обратную связь, метафоры. Когда же наступает этап осознания своих интересов и способностей, а уровень стресса перед «неизвестным» будущим благодаря поддержке коуча значительно снизился, самое время приступить к реальным действиям и поставить «измеримые» цели. Это ещё один инструмент, пришедший в профориентацию из коучинга.

Методика SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) помогает подросткам ставить конкретные и достижимые цели. Это позволяет им не только определить желаемую профессию, но и разработать план действий для её достижения. Кроме этого, коучинговые технологии часто включают интерактивные методы (групповые обсуждения, ролевые игры), которые делают процесс занятий по профориентации более увлекательным и вовлекающим для подростков. Очевидно, что осознание собственных интересов и ценностей значительно влияет на выбор профессии, а понимание своих истинных желаний способствует более высокой мотивации к обучению и развитию в выбранной области. Более того, коуч-технологии способствуют развитию навыков саморефлексии у подростков. Они учатся анализировать

свои действия, оценивать результаты и делать выводы о том, что им подходит или не подходит. Это важный навык не только для выбора профессии, но и для дальнейшей жизни. Эти особенности делают коучинговые технологии мощным инструментом в процессе профориентации подростков, помогая им уверенно двигаться к своим целям и находить свое место в мире профессий.

Выводы по первой главе

В первой главе подробно рассмотрены основные понятия, связанные с профессиональной ориентацией, такие как «профессия», «ориентация» и «профориентация». Был проведен анализ различных подходов к определению этих терминов. Профессиональная ориентация – это сложный комплекс мероприятий, включающий психологические, педагогические и социальные компоненты. Она направлена на помощь подросткам в осознанном выборе профессии с учетом их индивидуальных особенностей, интересов и способностей. В настоящем исследовании профессиональная ориентация рассматривается как готовность сделать осознанный выбор профессии, понимание своей профессиональной идентичности, исходя из личностных ценностных ориентиров, способностей и интересов;

Авторы выделяют множество субъектов, участвующих в процессе профориентации: самоопределяющаяся личность (подросток), семья, школа, профессиональные центры и службы, образовательные учреждения, предприятия и органы управления. Это подчеркивает системный характер процесса – он не ограничивается только школьной работой, а включает взаимодействие различных социальных институтов. Особое внимание уделяется роли семьи и школы как ключевых субъектов формирования профессиональных ориентиров у подростков. В то же время отмечается недостаточная активность системы профориентационной работы в школах и необходимость ее совершенствования.

Исследования показывают значительный разрыв между реальными возможностями подростков и их представлениями о профессиях: около половины старшеклассников не соотносят свои способности с выбранной профессией; многие ориентируются на мнение родителей или окружающих; значительная часть не имеет четкого представления о трудовых обязанностях будущей специальности.

Психологическая поддержка играет важную роль в процессе выбора профессии: она помогает преодолеть страхи сомнениями или неуверенностью подростков. Таким образом, формирование позитивного отношения к себе как к будущему специалисту – важная задача профориентационной работы.

На основе анализа теоретических основ делается вывод о необходимости внедрения современных методов – таких как коучинг – в систему профориентационной работы с подростками. Коучинговые технологии позволяют развивать у молодежи навыки саморефлексии, самостоятельного анализа своих интересов и целей; они помогают формировать внутреннюю мотивацию к выбору профессии на основе личных ценностей.

Таким образом в первой главе отражена проблема формирования профессиональной ориентации у подростков с точки зрения теоретических подходов и практических задач. Подчеркнута необходимость учета индивидуальных особенностей личности при разработке программ профориентации; важность системного взаимодействия различных субъектов; а также актуальность внедрения инновационных технологий (в частности, коучинга) для повышения эффективности этой работы. Только комплексный подход позволит подготовить молодое поколение к успешной самореализации в условиях динамично меняющегося рынка труда.

Глава 2 Экспериментальная работа по формированию профориентации у подростков посредством коуч-технологий

2.1 Выявление уровня сформированности профессиональной ориентации у подростков

Вопросы диагностики в профориентации являются ключевыми. В связи с этим, количество инструментов для определения уровня сформированности профессиональной ориентации достаточно обширно.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме формирования профессиональной ориентации, позволяет нам выделить показатели, характеризующие качественное состояние сформированности профессиональной ориентации подростков. Выбранные нами компоненты позволяют выразить свойства объекта исследования, обеспечить решение задачи исследования, то есть дают возможность получить представление об уровне сформированности профессиональной ориентации подростков.

Исходя из выдвинутой нами гипотезы, цели и задач исследования был проведен констатирующий эксперимент.

Эксперимент проводился на базе тренингового центра «Код личности», г.о. Тольятти.

Выборку исследования составили 22 ребенка в возрасте 12-14 лет.

Целью констатирующего эксперимента было выявление уровня профессиональной ориентации у подростков.

Констатирующий эксперимент проводился на основе методик:

- дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель) [8];
- опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда (ОПП) [31];
- методика изучения статусов профессиональной идентичности А.А. Азбель и А.Г. Грецова [7];

- «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун) [6];
- опросник определения готовности к выбору профессии (В.Б. Успенский) [5];
- методика для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожков) [2].

В таблице 1 представлены компоненты и показатели диагностики уровня сформированности профориентации у подростков.

Таблица 1 – Диагностическая карта эксперимента

Компоненты	Показатели	Диагностические методики
Когнитивный	Профессиональная направленность	Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель).
	Профессиональные предпочтения	Опросник профессиональных предпочтений (Дж. Холланд) (ОПП)
Мотивационно-ценностный	Статус профессиональной идентичности	Методика изучения статусов профессиональной идентичности. (А.А. Азбель и А.Г. Грецов)
	Мотивы выбора профессии	«Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун)
Деятельностно-практический	Готовность к выбору профессии	Опросник определения готовности к выбору профессии (В.Б. Успенский)
	Социальная адаптированность	Методика для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожков)

Далее рассмотрим полученные по методикам результаты.

Диагностическая методика 1 «Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова» (модификация А.А. Азбель).

«Опросник ДДО используется для оценки профессиональной направленности на основе предпочтений различных по характеру видов деятельности. В основу методики положена схема классификации профессий, в соответствии с которой все профессии делятся на группы по предмету труда: человек – природа; человек – техника; человек – человек; человек – знаковая техника, знаковый образ; человек – художественный образ. В исследовании

представлена модифицированная А.А. Азбель методика ДДО, где в качестве дополнительной группы рассматриваются профессии, в которых предметом труда выступает сам человек» [8].

Опросник состоит из 20 пар альтернативных суждений о видах деятельности, каждая из которых соответствует одному из типов профессий.

«Инструкция: испытуемый должен выбрать в каждой паре то суждение, которое ему ближе, и поставить «+» в соответствующую клетку листа ответов. «Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнять любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли?».

Обработка результатов: лист ответов содержит столбцы, соответствующие каждому из типов профессий. Подсчитывается количество «+» в каждом столбце.

Наиболее предпочтительным типом профессий является тот, которому соответствуют наиболее многочисленные выборы (больше всего «+» в соответствующем столбце листа ответов)» [8].

По итогам проведению диагностической методики 1, были получены следующие результаты, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты диагностической методики 1

Тип профессии	Количество человек	Доминирующий интерес	Примеры профессий
Человек–Человек (Ч)	12	Общение, помощь, обучение	Психолог, HR-менеджер
Человек–Техника (Т)	10	Цифровые технологии, инженерия	Программист, робототехник
Человек–Художественный образ (Х)	6	Креативность, дизайн	Графический дизайнер, арт-директор
Человек–Знак (З)	3	Аналитика, работа с данными	Data Scientist, аналитик
Человек–Природа (П)	1	Экология, биотехнологии	Экоаудитор, генетик

Эксперимент показал доминирование социального (Ч) типа: 12 из 22 человек (54,5%) склонны к профессиям, связанным с людьми, общением, передачей информации, обучением и взаимодействием друг с другом (например, педагоги, врачи, журналисты, менеджеры). Это тип на данном этапе определен у следующих участников: Алексей И., Мария С., София П., Илья Л., Ольга В., Камилла В., Вероника З., Дарина Ч., Ирина Ш., Милана С., Савелий С., Макар П.

Значительные показатели у типов «Человек – техника» и «Человек – художественный образ»: по 45,4% (Алексей И., Екатерина П., Михаил В., Артем С., София П., Илья Л., Кирилл Р., Петр Ш., Владислав К., Клим П.) и 27,2% (Мария С., Анастасия М., Камилла В., Вероника З., Полина Б., Савелий С.) соответственно.

Подростки «выбрали» технические профессии, подтверждая популярность цифровых технологий и высокий престиж IT-специальностей, а также творческое направление, ориентируясь на креативные специальности.

По итогам эксперимента выявлен низкий интерес к профессиям «Знак», связанным с работой с информацией, документами (например, бухгалтеры, переводчики, лингвисты). Это направление определили 3 человека из 22 (Даниил К., Михаил В., Дарина Ч.) – 13,6%.

Тип профессии «Природа» (направление, связанное с изучением, охраной и использованием природных ресурсов, например, экологи, биологи, агрономы) выбрал 1 человек (Даниил К.) из 22 участников – 4,5%.

По итогам данной диагностики, вновь зафиксирован результат, когда участники эксперимента (10 человек из 22) на данном этапе не могут ограничить область выбора профессии, предпочесть те или иные сферы деятельности, проанализировав свои склонности, и выбирают несколько разноплановых направлений.

Диагностическая методика 2 «Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда (ОПП)» предназначен для исследования профессиональных интересов и предпочтений человека. Опросник позволяет

соотнести склонности, способности и интересы с конкретными профессиями, более точно определить круг запросов в профессиональной сфере, содействует планированию профессиональной карьеры.

Форма тестирования: ОПП можно проводить как индивидуально, так и в группе любой величины.

«Общая инструкция: внимательно читайте инструкции к субтестам и отмечайте свои ответы на специальном бланке ответов. В соответствии с моделью Д. Холланда (теория RIASEC), существует шесть типов личности:

R – Реалистичный (Realistic), I – Исследовательский (Investigative), A – Артистичный (Artistic), S – Социальный (Social), E – Предприимчивый (Enterprising), C – Традиционный (Conventional).

Каждому типу личности соответствует определенный тип деятельности и определенный вид профессиональной среды (окружение, в котором работает человек). В том случае, если человек выбирает профессию и среду, соответствующую типу его личности, он будет работать максимально эффективно, сможет достичь выдающихся успехов и получить наибольшее удовлетворение от работы.

После прохождения теста участник получает данные о количестве баллов, набранных по каждому из шести факторов (R, I, A, S, E, C). Чем больше количество баллов по данному фактору, тем более сильно в личности участника выражены черты данного типа.

Инструкция: из двух предлагаемых вариантов профессиональной деятельности нужно будет выбрать один, который больше нравится и лучше подходит, но не с точки зрения престижности, а с точки зрения содержания работы и отношения к тому, что нужно делать» [31].

По итогам проведения диагностической методики 2 были получены следующие результаты, представленные в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты диагностической методики 2

Тип личности (код)	Характеристика	Количество человек
Социальный (S)	Работа с людьми, помощь, обучение.	16 человек
Предпринимательский (E)	Лидерство, влияние, управление	13 человек
Артистический (A)	Творчество, самовыражение	7 человек
Исследовательский (I)	Анализ, наука, логика	–
Реалистичный (R)	Работа с техникой, руками	2 человека
Конвенциональный (C)	Систематизация, порядок	1 человек

Результаты проведения данной диагностической методики фиксируют доминирование социального и предпринимательского типов личности.

Социальный тип (S) лидирует: 16 из 22 подростков (72,7%) имеют интерес к профессиям, связанным с общением, помощью и педагогикой (психолог, учитель, социальный работник). Подростки ценят взаимодействие с людьми, эмпатию и коллективную деятельность. Это может отражать влияние современных трендов (активность в социальных сетях, волонтерство). Такой тип определили следующие участники исследования: Алексей И., Мария С., Екатерина П., Анастасия М., София П., Илья Л., Ольга В., Камилла В., Вероника З., Дарина Ч., Полина Б., Петр Ш., Ирина Ш., Милана С., Савелий С., Макар П.

Согласно таблицы 3, предпринимательский тип (E) на втором популярности месте: 13 человек из 22 (59%) проявляют склонность к лидерству, управлению и бизнесу (менеджер, маркетолог, предприниматель). Данный тип характеризуется такими качествами как независимость, амбициозность, интерес к проектной работе. Возможно влияние популярности стартап-культуры у подростков и молодежи. Такой тип определен у следующих участников исследования: Алексей И., Мария С., Даниил К., Михаил В., Артем С., Илья Л., Ольга В., Камилла В., Кирилл Р., Петр Ш., Владислав К, Клим П.

По итогам проведения диагностической методики 2, артистический тип (A) определен у 7 человек из 22 (31,8%). Участники Даниил К., Екатерина П.,

Анастасия М., Камилла В., Ирина Ш., Милана С., Савелий С. отдают также предпочтения креативным профессиям (например, дизайнер, музыкант, писатель, копирайтер). Как правило, такие люди активны, общительны. Однако творчество остается важным, но не основным выбором. Возможно, подростки рассматривают его как хобби, а не карьеру.

Согласно таблице 3 реалистичный тип (R) определен у 2 участников (Михаил В. и София П.) из 22 (9%). Согласно характеристике этого типа личности, это очень практичные люди, предпочитающие профессии с четкими и понятными должностными обязанностями: инженер, агроном, водитель и другие. Такие люди любят работать с техникой, машинами, инструментами.

Конвенциональный тип (C) практически не выражен: только 1 участник определил для себя данный тип (Артем С., по результатам опроса ему также свойственен предпринимательский тип). Данный тип личности – это системные, сознательные и практичные люди, которые умеют работать с информацией, данными, организовывать процессы. Такие консерваторы могут успешно реализоваться в таких профессиях, как бухгалтер, секретарь, экономист.

По итогам исследования, зафиксировано отсутствие интереса к исследовательскому типу. Подростки избегают рутинной работы с документами, цифрами и жесткими инструкциями, это может быть связано с восприятием таких профессий как «скучных».

Важным итогом проведения диагностики стал тот факт, что большинство участников отнесли себя сразу к нескольким типам – 16 человек из 22 (72,7%). Данный результат может свидетельствовать о низкой сформированности профессиональной идентичности, об отсутствии видения профессионального пути.

Диагностическая методика 3 «Методика изучения статусов профессиональной идентичности» (А.А. Азбель, А.Г. Грецов) направлена на изучение статусов профессиональной идентичности, выделяя четыре основных статуса: навязанная профессиональная идентичность (человек имеет

сформированные представления о своем профессиональном будущем, но они навязаны извне, например, родителями, и не являются результатом самостоятельного выбора), неопределенная профессиональная идентичность (выбор жизненного пути не сделан, четкие представления о карьере отсутствуют, участник исследования и не ставит перед собой такую задачу), мораторий (кризис выбора) (человек осознает проблему выбора профессии, но наиболее подходящий вариант еще не определен) и сформированная профессиональная идентичность (профессиональные планы определены, что стало результатом осмысленного самостоятельного решения).

Опросник состоит из 20 пунктов, по каждому из которых возможны четыре варианта ответов: a, b, c, d.

Инструкция: внимательно прочитайте пункты и выберите тот, который лучше всего выражает вашу точку зрения. Важно быть максимально правдивыми. Среди ответов нет «хороших» или «плохих». Каждый вариант ответа оценивается в 1 или 2 балла по одной из шкал в соответствии с приведенным ниже «ключом», баллы суммируются. Чем выше сумма баллов, по каждому из статусов, тем в большей степени применимы суждения» [7].

По итогам проведения диагностической методики 3 были получены следующие результаты, представленные на рисунке 1.

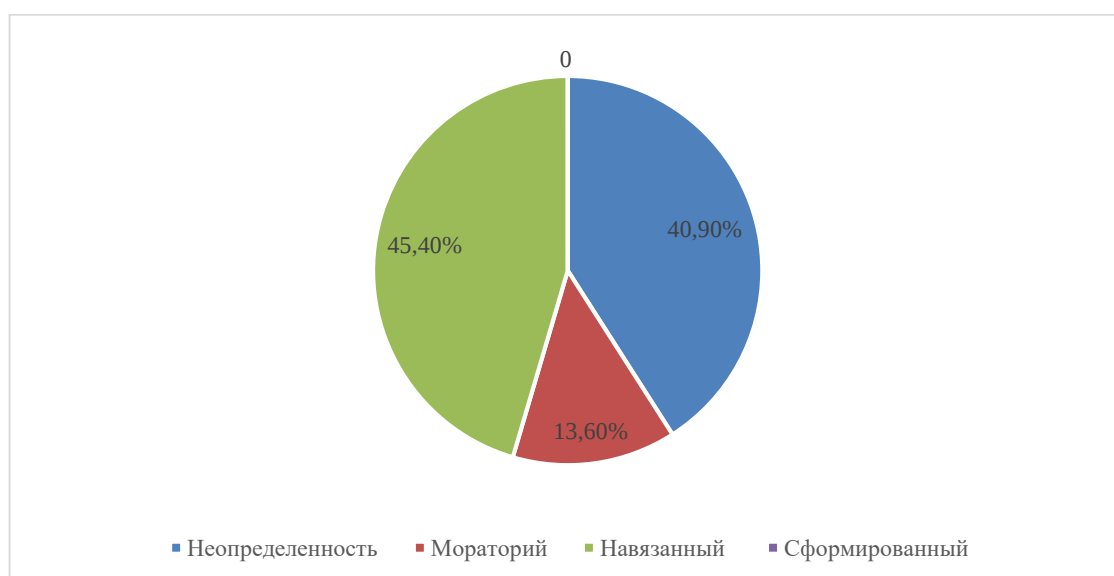


Рисунок 1 – Результаты диагностической методики 3

Согласно полученным данным, доминирует статус «навязанная профессиональная идентичность» средней степени выраженности: 10 из 22 человек (45,4%) находятся в состоянии выбора своего профессионального пути, навязанного «извне»: родителями, педагогами, окружением, а не путем собственных размышлений и анализа своих предпочтений. Такой статус определен у Алексея И., Марии С., Михаила В., Артема С., Кирилла Р., Дарины Ч., Полины Б., Петра Ш., Ирины Ш., Владислава К.

По мнению авторов методики, на какое-то время решение о профессии из такого состояния может обеспечить комфорт, позволяя избежать переживаний по поводу собственного будущего, но нет никаких гарантий, что выбранная таким путем профессия будет отвечать интересам и способностям самого человека. Вполне возможно, что в дальнейшей жизни это приведет к разочарованию в сделанном выборе.

Статус «неопределенная профессиональная идентичность» со средней степенью выраженности зафиксирован у большого числа участников эксперимента: 9 человек из 22 (40,9%), а именно у Даниила К., Екатерины П., Анастасии М., Софии П., Ольги В., Камиллы В., Миланы С., Клина П., Макара П. Такое состояние характерно для оптантов, которые не имеют прочных профессиональных целей и планов и при этом не пытаются их сформировать, выстроить варианты своего профессионального развития. Чаще всего этим статусом обладают подростки, родители которых не хотят или не имеют времени проявлять активный интерес к профессиональному будущему своих детей. Такой статус бывает и у подростков, привыкших жить текущими желаниями, недостаточно осознающих важность выбора будущей профессии.

Статус «Мораторий (кризис выбора)» ниже среднего уровня выраженности показали 3 человека из 22 (13,6%) – Илья Л., Вероника З., Савелий С. Подростки в этом состоянии хотят принять осознанное решение по выбору своего профессионального пути, ищут способы и решения, которые могут им в этом помочь. Они размышляют о возможных вариантах карьерного

развития, примеряют на себя различные профессиональные роли. Как отмечают авторы методики, как правило, большая часть людей после «кризиса выбора» переходят к состоянию сформированной идентичности, реже к навязанной идентичности.

«Мои друзья одноклассники хотят работать в IT, зовут меня на курсы. Родители одобрили такой выбор, и я согласился. А сейчас все-таки понимаю, что это не мое направление, хотя пока точно и не знаю, кем хочу стать», – поделился во время обсуждения с группой Илья Л. Стоит отметить, что по мнению авторов методики, на этой стадии нередко складываются неустойчивые отношения с родителями и друзьями.

Статус «сформированная профессиональная идентичность» не показал ни один участник эксперимента, что так же является еще одним подтверждением необходимости проведения качественной профориентационной работы с подростками.

Диагностическая методика 4 «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун) предназначена для исследования причин, побуждающих школьников к выбору определенной профессии, а также структуры их мотивационной сферы в контексте профессиональной деятельности.

Инструкция к применению: из предлагаемого перечня мотивов выбора профессии необходимо выбрать те, которые отвечают личной точке зрения.

К мотивам авторского варианта методики (престижные, материальные, деловые) добавлена еще одна группа мотивов (творческие), используя для этого вопросы методики «Творческий потенциал» Е.С. Жарикова и А.Б. Золотова.

Обработка результатов: необходимо посчитать число баллов в каждом столбце. Буквы «П», «М», «Д», «Т» обозначают следующие мотивы выбора профессии: «Престиж профессии», «Материальное благополучие», «Деловое отношение», «Творческое отношение».

Критерии оценки: 0-4 – мотив не выражен, 5-8 – слабая выраженность мотива, 9-14 – умеренная выраженность мотива, 15-19 – выраженность мотива, 20-24 – яркая выраженность мотива.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе проведения диагностической методики 4 «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун), представленные на рисунке 2.

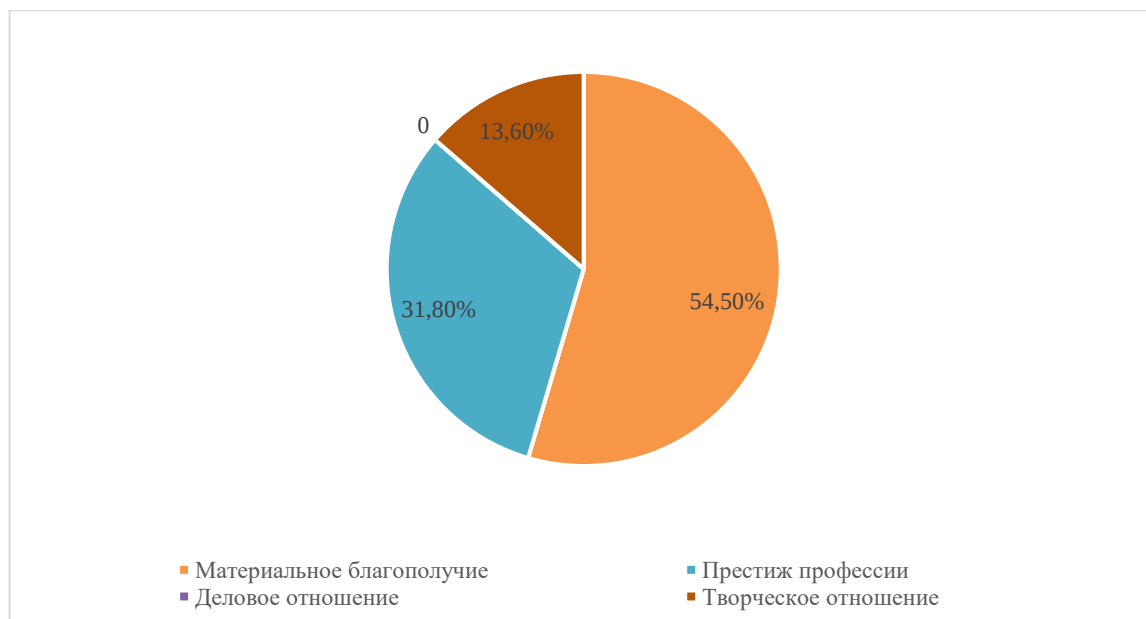


Рисунок 2 – Результаты диагностической методики 4

Количественный анализ результатов исследования показал, что в структуре мотивационной сферы у большинства участников эксперимента (54,5%) преобладают мотивы материального благополучия, желания заработать большие деньги, не подкрепленное практическими возможностями. То есть будущая профессия на данном этапе выбирается только исходя из позиции финансовой выгоды, без учета интересов и удовлетворенности от работы. Такой мотив преобладает у 12 из 22 участников эксперимента: Алексея И., Марии С., Даниила К., Михаила В., Артема С., Ильи Л., Ольги В., Камиллы В., Петра Ш., Миланы С., Клима П., Макара П. «От будущей профессии я жду хорошей заработной платы и возможности

обеспечить себя и свою семью», – поделился своим мнением во время обсуждения результатов Даниил К.

Средние показатели у мотива престижности будущей работы: у 7 (31,8 %) подростков (Екатерина П., София П., Кирилл Р., Дарина Ч., Полина Б., Ирина Ш., Владислав К.) присутствует желание занять высокую должность, иметь статус в обществе. Подобные мотивы связаны в первую очередь с внешними факторами, например, мнением родителей, влиянием окружения. «Вся моя семья работает в строительной лаборатории, бабушка, мама и папа. Скорее всего, я тоже буду работать там», – рассказал группе Кирилл Р.

Согласно рисунку 2 низкие показатели у творческого мотива – 13,6%. У троих участников эксперимента (Анастасия М., Вероника З., Савелий С.) выявлено желание творческой работы, приносящей пользу людям и способствующей самовыражению, и реализации собственных профессиональных потребностей. «Я люблю заниматься танцами и хочу связать свою профессию с ними, возможно я стану тренером», - поделился своим мнением Савелий С.

Показатель делового характера по итогам проведения диагностической методики 4 отсутствует. Никто из участников на данном этапе проведения исследования не нацелен на конкретный результат, взаимодействие с людьми, что свидетельствует об отсутствии деловой мотивации.

Диагностическая методика 5 «Опросник определения готовности к выбору профессии» (В.Б. Успенский).

Цель методики: определение готовности учащихся к выбору профессии. В ходе проведения учащимся предлагается прочесть утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

Обработка и интерпретация результатов: 1 балл за каждый ответ «да» на вопросы: 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 22, 23. 1 балл за каждый ответ «нет» на вопросы: 2, 4, 5, 9, 10, 13, 15, 18, 21, 24. С помощью итоговой суммы определяется уровень готовности школьников к выбору профессии по

следующей шкале: 0-6 баллов – неготовность, 7-12 баллов – низкая готовность, 13-18 баллов – средняя готовность, 19-24 балла – высокая готовность.

По итогам проведения диагностической методики 5 были получены следующие результаты, представленные на рисунке 3.

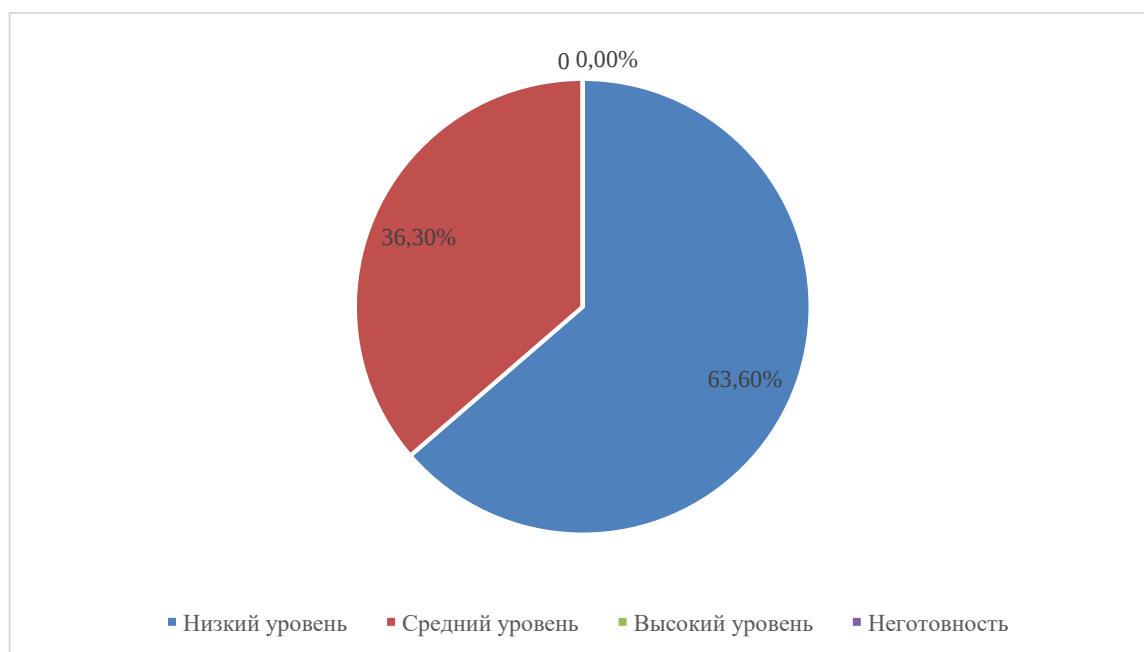


Рисунок 3 – Результаты диагностической методики 5

Большинство участников показали низкую готовность к выбору профессии: 14 человек из 22 (63,6%), а именно Алексей И., Мария С., Даниил К., Екатерина П., Михаил В., Анастасия М., София П., Ольга В., Камилла В., Кирилл Р., Дарина Ч., Милана С., Клим П., Макар П. Низкий уровень готовности к выбору профессии характеризуется небольшим объемом информации о специальностях и профессиональных сферах, отсутствием четкого представления о своих интересах и способностях, трудностями в выборе профессионального пути.

Средний уровень готовности зафиксирован на данном этапе исследования у 8 человек из 22 (36,3%). У них сформированы базовые знания

о профессиях, они имеют представления о своих интересах и склонностях, однако еще не обладают уверенностью и готовностью сделать выбор.

Данный уровень показали подростки Артем С., Илья Л., Вероника З., Полина Б., Петр Ш., Ирина Ш., Владислав К., Савелий С.

«Я люблю рисовать и у меня не плохо получается, хожу в студию заниматься. Наверное, хотела бы связать с этим занятием и свою профессию, но пока не знаю, как именно. Возможно пойти учиться на художественной отделение, родители советуют на дизайнера», – рассказала Вероника З.

Высокий уровень готовности к выбору профессии не показал ни один участник опроса.

Диагностическая методика 6 «Методика для изучения социализированности личности учащегося» (М.И. Рожков).

Цель методики: выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.

Участникам предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и оценить степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале: 4 – всегда; 3 – почти всегда; 2 иногда; 1 – очень редко; 0 – никогда.

Обработка полученных данных: среднюю оценку социальной адаптированности учащиеся получают при сложении всех оценок первой строки бланка ответов и делении этой суммы на пять. Оценка автономности высчитывается на основе аналогичных операций со второй строчкой. Оценка социальной активности с третьей строчкой. Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности) – с четвертой строчкой.

Если получаемый коэффициент больше трех, то можно констатировать высокую степень социализированности ребенка; если же он больше двух, но меньше трех, то это свидетельствует о средней степени развития социальных качеств; если коэффициент меньше двух, то можно предположить, что отдельный учащийся (или группа учеников) имеет низкий уровень социальной адаптированности.

Рассмотрим результаты, полученные по итогам проведения диагностической методики 6 «Методика для изучения социализированности личности учащегося» (М.И. Рожков), представленные на рисунке 4.

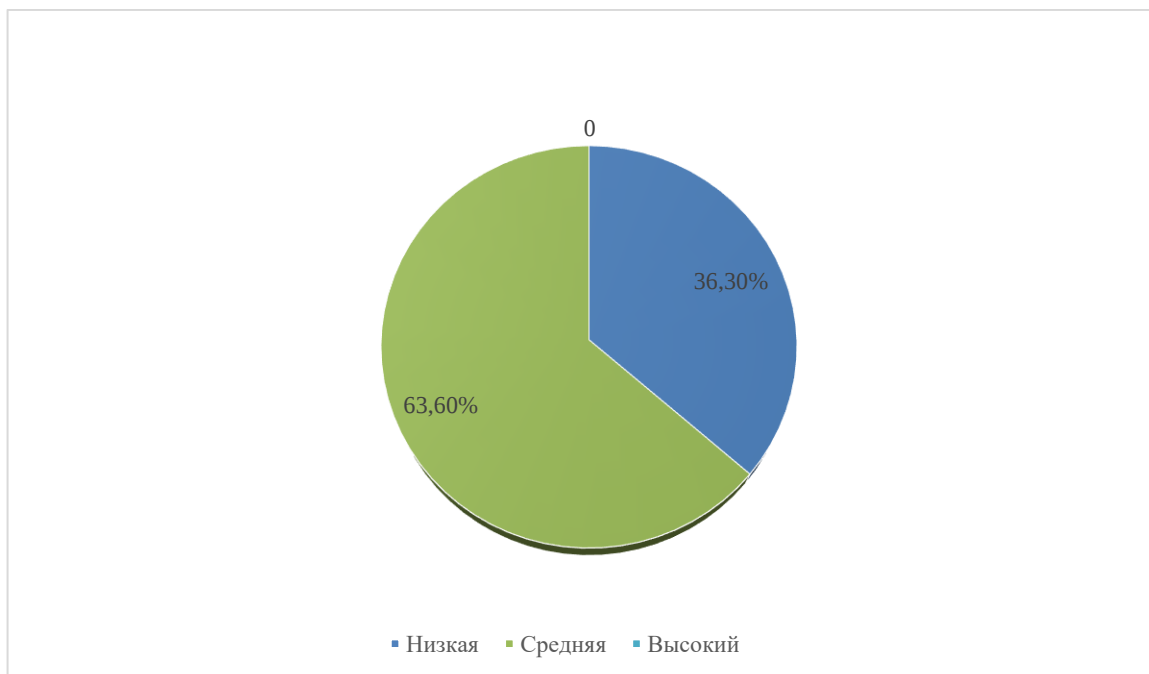


Рисунок 4 – Результаты диагностической методики 6

Согласно рисунку 4, большинство подростков, 14 человек из 22 (63,6%) демонстрируют среднюю степень уровня социализированности (Алексей И., Мария С., Даниил К., Михаил В., Анастасия М., Артем С., София П., Илья Л., Камилла В., Вероника З., Кирилл Р., Дарина Ч., Савелий С., Клим П., Макар П.). Они коммуникабельны, могут проявлять эмпатию, но их социальная активность пока не на высоком уровне. По информации авторов методики, у участников, обладающих средним уровнем социальной зрелости, доминируют мотивы престижа и благополучия, что взаимосвязано со структурой их ценностных ориентаций в образовательной и профессиональной сферах.

Для обучающихся данной группы характерна неопределенность или противоречивость жизненного выбора, вследствие чего они подвержены

ситуативному влиянию. Любое изменение социальных условий влечет за собой корректирование их ориентации и жизненных планов. Обучающиеся данной группы полагают, что не в полной мере готовы к самостоятельной «взрослой» жизни.

Низкую степень социализированности показали 8 участников эксперимента из 22 (36,3%), которые требуют внимания и дополнительных мероприятий по развитию социальных навыков (Екатерина П., Ольга В., Полина Б., Петр Ш., Ирина Ш., Владислав К., Милана С., Макар П.).

Для участников, имеющих низкую степень социальной зрелости, характерно отсутствие интереса к учебе. В их системе мотивации учения доминируют мотивы обязанности и избегания неприятностей. Обучающиеся данной группы психологически не готовы к самостоятельному решению вопросов, касающихся их будущего социального становления, и находятся в ситуации неопределенности жизненного выбора.

Высокую степень социализированности не показал ни один участник эксперимента. Показатель предполагает сформированный тип ценностных ориентиров в сфере образования и профессиональной сфере, ориентацию на получение основательной образовательной подготовки, на развитие своих интеллектуальных способностей и реализацию творческого потенциала. Представление этих старшеклассников относительно своих жизненных перспектив реалистичны, принимаемые решения, как правило, самостоятельны, а профессиональный выбор конкретен.

По итогам констатирующего эксперимента, были определены уровни сформированности профессиональной ориентации у подростков, которые можно оценить, как высокий, средний и низкий, что отражает степень готовности к выбору профессии.

Высокий уровень характеризуется:

- сформированным мотивом выбора профессии, а именно нацеленностью на конкретный результат, качественное взаимодействие

- с людьми, творческую самореализацию, способностью к самовыражению и реализации профессиональных потребностей;
- наличием достаточного количества знаний и самоосознания, чтобы сделать осознанный выбор будущей профессии;
 - сформированным типом ценностных ориентиров в сфере образования и профессиональной сфере, ориентации на развитие интеллектуальных способностей и реализацию творческого потенциала;
 - реалистичными представлениями относительно своих жизненных перспектив; принимаемые решения, как правило, самостоятельны, а профессиональный выбор конкретен;
 - четким определением своих профессиональных предпочтений.

Средний уровень характеризуется:

- мотивом выбора профессии, который в первую очередь связан с внешними факторами, например, влиянием родителей, окружением (желание занять высокую должность, иметь статус в обществе);
- желанием принять осознанное решение по выбору своего профессионального пути, поиск способов и решений, которые могут в этом помочь, первой «примеркой» на себя различных профессиональных ролей;
- сформированными базовыми знаниями о профессиях, наличием представлений о своих интересах и склонностях, в то же время отсутствием уверенности и готовности сделать выбор;
- неопределенностью или противоречивостью жизненного выбора, вследствие чего они подверженности ситуативному влиянию. Любое изменение социальных условий влечет за собой корректирование ориентации и жизненных планов.

Низкий уровень характеризуется:

- преобладанием мотивов выбора профессии только материального благополучия. Это говорит о том, что будущая профессия воспринимается лишь как возможность заработать деньги, закрыть

базовые потребности, зачастую это желание даже не подкреплено практическими возможностями. То есть будущая профессия на данном этапе выбирается только исходя из позиции финансовой выгоды, без учета интересов и удовлетворенности от работы;

– отсутствием профессиональных целей и планов, при этом не предпринимаются шаги их сформировать, выстроить варианты профессионального развития. Чаще всего этим статусом обладают подростки, родители которых не хотят или не имеют времени проявлять активный интерес к профессиональному будущему своих детей. Такой статус бывает и у подростков, привыкших жить текущими желаниями, недостаточно осознающих важность выбора будущей профессии;

– низкой сформированностью профессиональной идентичности, отсутствием видения профессионального пути, выбором двух и более профессиональных предпочтений;

– невозможностью ограничить область выбора профессии;

– небольшим объемом информации о специальностях и профессиональных сферах, отсутствием четкого представления о своих интересах и способностях, трудностями в выборе профессионального пути.

В результате констатирующего эксперимента всем участникам были присвоены уровни сформированной профессиональной ориентации на данном этапе. Данные представлены в приложении А, таблица А.1. Результаты констатирующего эксперимента представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты исследования уровня сформированности профориентации у подростков на констатирующем этапе эксперимента

Уровень сформированности профессиональной ориентации	Количество детей	Процентное соотношение
Низкий уровень	14	63,6%
Средний уровень	8	36,3%
Высокий уровень	–	–

Согласно таблице 4 у 63,6% выявлен низкий уровень профориентации, у 36,3% – средний. Высокий уровень не выявлен ни у одного ребенка. Полученные результаты свидетельствуют о недостаточности профориентационной работы с данными подростками и требует разработки программы по повышению уровня профориентации.

2.2 Организация и содержание программы формирования профессиональной ориентации у подростков посредством коуч-технологий

После проведения всех диагностических методик у 63,6 % участников констатирующего этапа эксперимента был выявлен низкий уровень профессиональной ориентации. Большинство подростков не имеют представления, в какой сфере видят свой профессиональный путь, не осознают свои сильные стороны, интересы, не замотивированы на самореализацию в работе, что обусловило необходимость формирования у подростков профессиональной ориентации.

Поэтому был организован и проведен формирующий этап эксперимента. Его целью стала разработка и апробация программы профориентации для подростков с использованием коуч-технологий, позволяющей экспериментально проверить возможность повышения уровня профориентации.

Была разработана программа под названием «Код профессии», социально-гуманитарной направленности. Актуальность программы обусловлена потребностью в подготовке учащихся к самостоятельному и осознанному выбору профессии.

Профориентационная работа помогает школьникам определиться с выбором будущей профессии, учитывая свои интересы, способности, потребности общества и тенденции развития экономики. Это позволяет им быть более успешными и удовлетворенными своей работой в будущем.

По данным Ассоциации негосударственного образования, только 41% школьников уверены в своём выборе специальности и вуза после 11 класса, при этом – 17% не знают, на кого идти учиться после 9 и 11 классов. Таким образом, профориентация подростков является актуальной и необходимой составляющей образовательного процесса.

Программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

Новизна программы заключается в том, что для формирования профориентации у подростков применяются коуч-технологии. Программа представляет собой новый подход к профориентации, основанный на коучинговых методах. Он сфокусирован на развитии самостоятельности подростков, освещает психологические и эмоциональные аспекты выбора профессии.

Цель программы – развитие у подростков навыков самоопределения и осознанного выбора профессии с использованием коучинговых технологий. Участники учатся ставить ясные цели, развивать личную ответственность и понимать, какие шаги необходимо предпринять для достижения профессиональных успехов.

Программа «Код личности» предусматривает «стартовый» (ознакомительный) уровень освоения содержания программы, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала. Продолжительность занятий составила 36 часов в соответствии с учетом рекомендаций, определенных в Приложении №3 к СанПиНу 2.4.4.3172-14. Занятия проводятся в помещении, оснащённом в соответствии с требованием СанПиН 2.4.4.3172-14.

Для успешной реализации поставленной цели, необходимо было решить следующие нижеописанные задачи.

Обучающие:

- познакомить подростков с профессиями и рынком труда;
- предоставить информацию о путях получения профессий: рассмотреть различные формы образования и способы практического освоения профессий;
- сформировать представления об актуальных коуч-технологиях в профориентации.

Развивающие:

- развить самоосознание и способности самопознания: через тестирование, практические занятия помочь участникам выявить свои интересы, склонности и способности;
- развить коммуникативные умения и навыки делового взаимодействия, умения самопрезентации;
- развить навыки коучинга: подростки смогут освоить базовые техники коучинга, которые помогают работать с собой и с другими;

- создать условия для формирования карьерного плана: подростки должны научиться ставить цели и разрабатывать стратегии для их достижения.

Воспитательные:

- воспитать потребность в самообразовании и самореализации;
- сформировать устойчивую мотивацию для выбора профессии, преодоления сомнений и неуверенности;
- способствовать формированию ассертивных качеств личности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она способствует социализации и профессиональному самоопределению учащихся через формирование представлений о себе, собственных ресурсах, возможностях и способностях, представлений о рынке труда, а также активизации личностной позиции учащихся в ситуации профессионального выбора.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимают тренинговые и практические занятия.

Форма организации: очная групповая.

Форматы занятий по программе: лекция, беседа, психологические упражнения, ролевые игры, деловые игры, дискуссия, творческая работа, групповое тестирование и анкетирование и другие.

Материально-техническое оснащение программы: бумага различного формата по числу участников, бланки тестов, ручки, карандаши, маркеры, материалы для арт-занятий, мультимедийные устройства (компьютер, проектор, звуковое сопровождение), мебель для проведения групповых занятий.

Возможные формы контроля: проект, ситуационное задание, деловая игра, дебаты, доклад, выступление, проверочная работа, сочинение, плакат, буклет, другое. Учебный план программы «Код профессии» представлен в таблице 5.

Таблица 5 – Учебный план программы «Код профессии»

Название разделов	Количество часов		
	всего	теория	практика
Модуль I. «Введение в профориентацию и коучинг»	3	1	2
Модуль II. «Личностное самоопределение»	6	2	4
Модуль III. «Исследование профессиональных возможностей»	6	1	5
Модуль IV. «Целеполагание и планирование карьеры»	9	2	7
Модуль V. «Навыки самопрезентации и успеха»	9	1	8
Модуль VI «Обратная связь»	3	–	3
Итого	36	7	29

Учебно-тематический план программы «Код профессии» представлен в приложении Б, таблице Б.1.

Наполнение программы «Код профессии» составили тематические занятия, в которых присутствуют сквозные компоненты на развитие личностных результатов. Каждая встреча направлена на раскрытие какой-либо темы, связанной с профориентацией. На практиках эффективно использовались основные коуч-инструменты (техника сильных и открытых вопросов, активное слушание, обратная связь и другие), а также техники по развитию творческого видения и опыта («колесо жизненного баланса», «мировое кафе», «мозговой штурм»», визуализация будущего и другие), техники, непосредственно направленные на достижение поставленной цели – выбор успешной профессии.

Коучинговые технологии, составляющие основу программы «Код профессии», включают разнообразные методы и техники, которые могут быть адаптированы под нужды подростков.

В их числе:

– интерактивные сессии: использование ролевых игр и симуляций для практического освоения навыков самопрезентации и коммуникации.

(пример: ролевые игры «Собеседование» позволяют участникам отработать навыки общения с потенциальными работодателями);

– творческие задания: применение арт-терапевтических методов для выявления интересов и склонностей участников (пример: создание «коллажа мечты», где подростки визуализируют свои карьерные цели через изображения и слова);

– групповые дискуссии: обсуждение различных профессий и карьерных путей с целью расширения кругозора участников (пример: дискуссии о востребованных профессиях будущего помогают участникам понять актуальные тренды на рынке труда);

– индивидуальные консультации: персонализированный подход к каждому участнику для более глубокого анализа его потребностей и целей (пример: индивидуальные сессии по выявлению сильных сторон через тестирование или беседы).

Познакомимся поближе с содержанием программы.

Модуль I. «Введение в профориентацию и коучинг». Тема 1.1. «Что такое профориентация и почему это важно?».

Теоретическая часть занятия проходила в формате лекции и была посвящена введению в тему профориентации, обсуждению с участниками значимости выбора профессии, современного рынка труда, трендов и востребованных специальностей.

На первом занятии подростки только начинали свою работу по программе и взаимодействие в группе, поэтому было важно применить технологии, направленные на сближение, адаптацию работы в команде. С этой целью была подобрана коуч-технология Ice-breakers (буквально переводится как «ледокол» или «колющий лёд»). Это инструмент коммуникации, который позволяет наладить взаимодействие между участниками, создать дружескую и поддерживающую атмосферу в группе. В таком формате была проведена игра «Кто я?» на ассоциации с профессиями. «Это было неожиданно, но интересно. Я раньше не задумывался, с какой профессией себя ассоциирую, а

тут сразу выдал, что архитектором. И теперь на самом деле задумался пойти учиться на строителя или архитектора», – поделился во время подведения итогов занятия участник Клим П.

Продолжил практическую часть экспресс-тест «Какой я специалист?». Завершалась встреча дискуссией на тему «Что влияет на выбор профессии?». Многие подростки охотно включились в обсуждение и делились своим мнением. Среди популярных ответов о том, что влияет на выбор профессии звучали такие варианты: «интерес», «высокая зарплата», «знания» и другие.

Модуль I. Тема 1.2. «Основы коучинга: что это и как работает?»

В теоретической части занятия на лекции участники познакомились с основами коучинга, его принципами и инструментами. Узнали о том, как коучинг помогает в выборе профессии и о важности осознанного подхода к этому вопросу.

Практическая часть занятия была отведена технике «Цели и мотивы», направленной на пробуждение интереса и мотивации. Каждому участнику было предложено поделить лист бумаги формата А4 на несколько частей. В первой колонке необходимо было прописать свои цели, связанные с профессиональной направленностью. Например, «Кем ты себя видишь через 10 лет?». В другой колонке детям предложили описать свои мотивы. Например, «Что именно тебя мотивирует заниматься этим делом?». Кто-то из участников затруднялся с ответом, несколько вариантов звучали так: «возможность путешествовать», «хорошая зарплата», «популярность».

Затем участники разделились на мини-группы и отрабатывали в парах упражнение «Личная коуч-сессия». Дети пробовали себя в роли наставников, коучей друг для друга, задавая вопросы о целях, мотивах, желаниях, связанных с выбором будущей профессии.

Модуль I. Тема 1.3. «Исследование себя: мои ценности, интересы и способности».

На занятии проводился анализ личных ценностей, интересов и способностей через коучинговые вопросы. Техника «сильных вопросов»

эффективно применяется для стимулирования размышлений и поиска ответов на вопросы о себе путем осознания своих уникальных качеств. Подросткам были предложены вопросы на различные темы: о значимых событиях (дети делились с группой важными событиями из своей жизни, которые оставили сильный эмоциональный след), о вдохновляющих людях (рассказывали о людях, чья жизненная история вдохновила или заставила задуматься, примечательно, что в ответах звучали имена как близких людей и родственников, так и известных популярных личностей), вопросы о жизненных принципах, ценностях и правил, без которых не представляют свою жизнь. С помощью техники «сильных вопросов» на практике разбирали тему личных интересов: вопросы об увлечениях и любимых занятиях (например, чем вы готовы заниматься даже бесплатно, если не нужно думать о заработной плате?), вопросы о развитии творческого потенциала (какие таланты вы видите в себе?) и другие.

Завершила третье занятие первого модуля арт-терапевтическая игра «Карта моих талантов». Для нее участникам понадобились материалы для рисования: карандаши, фломастеры, бумага, вырезки из журналов. Для начала подросткам было предложено нарисовать выдуманную карту: города, района, планеты. Затем определить несколько основных своих увлечений. Например, шахматы, велопрогулки, программирование, музыка. А затем необходимо было «нанести» эти увлечения на свою карту, так чтобы они стали значимыми объектами. Например, «остров музыки», «океан шахмат». Таким вымышленным географическим точкам можно было придумать оригинальные названия.

Например, у участника Савелия С. на такой карте талантов была представлена целая «солнечная система» своих увлечений и талантов: Солнце получило название «Лично мое», а вокруг него «вращаются планеты» «Зеленая планета (садоводство)», «Танцы», «Модный приговор», «Кружок художества», «Мечта Китай» и другие. Участница Анастасия М. по итогам игры «Карта моих талантов» нарисовала планету с островом «Воздушная

гимнастика», страной «Конный спорт», горой «Рисование» и городом «Акробатика».

Образцы рисунков по результатам игры «Карта моих талантов» представлены в приложении В (рисунки В.1, В.2)

Модуль II. «Личностное самоопределение». Тема 2.1. «Мои сильные стороны: диагностика и анализ».

Занятие посвящено диагностике сильных сторон, работе с тестами и самоанализу. С помощью практического упражнения подростки учились определять свой тип мышления, то есть индивидуальный способ переработки информации. Были рассмотрены типы мышления, предложенные Н. Херрманном: рациональный, экспериментатор, эмоциональный, формалист.

Когда все участники определились, какой тип мышления им ближе, они поделились на группы и выполнили упражнение «Тип мышления и профессия»: необходимо было составить список из десяти и более профессий, которые на их взгляд подходят к выбранному типу мышления. Каждая профессия обсуждалась и либо оставалась в списке, либо вычеркивалась. А участники во время обратной связи делились мнением, какая из предложенных специальностей могла бы быть им интересна в будущем.

«Мой тип мышления – эмоциональный. И я думаю, что могла бы стать блогером, потому что мне нравится общаться с людьми», – рассказала участница Вероника З.

Модуль II. Тема 2.2. «Работа с убеждениями: что мешает мне сделать выбор?»

Занятие было посвящено определению ограничивающих убеждений и методам их преодоления в формате группового тренинга.

Модуль II Тема 2.3. «Личная мотивация: что меня вдохновляет?».

Занятие посвящено поиску внутренних мотиваторов, работе с целями и желаниями. Участникам была предложена практика по технике «Колесо жизненного баланса» на определение своих ценностей и приоритетов. Этот

инструмент широко применяется в коучинге, потому что доступно показывает актуальное состояние и приоритеты на сегодняшний день. Все сферы нашей жизни взаимосвязаны, а значит для достижения баланса и удовлетворенности, нужно анализировать каждую. По заданию, дети получили индивидуальные макеты колеса баланса (круг, поделенный на несколько частей: здоровье, хобби, семья, цели/мечты, саморазвитие/творчество, друзья/окружение). Секторы они раскрашивали цветами и заполняли по шкале удовлетворенности от одного (минимальное внимание этой сфере) до десяти (максимальное). В итоге, каждый участник получил свое колесо баланса, чтобы наглядно увидеть сферы, которые вызывают у них больше всего интереса, на которые нужно обратить внимание. Техника также способствует формулированию целей, направленных на достижение успеха в каждой сфере.

Затем было проведено упражнение «Дорога мечты» – коуч-техника визуализации будущего по следующему алгоритму:

- подготовка (разъяснение, зачем нужна такая техника, почему она может помочь понять свою цель и пути ее достижения);
- процесс: участник закрывает глаза, мысленно представляет свою цель (например, стать популярным блогером), а затем представляет дорогу на пути к ней;
- ребенок оценивает «свою» дорогу: как она выглядит, какие были препятствия или особенности, как ощущения он испытывал на ней и так далее;
- подведение итогов: техника помогает задействовать чувственный аспект и еще больше повысить мотивацию на достижение цели, увидеть, развить воображение, позитивное мышление.

Модуль III. «Исследование профессиональных возможностей». Тема 3.1. «Мир профессий: что изменилось?»

Лекция на данном занятии была посвящена обзору изменений на рынке труда и современным тенденциям. Подростки познакомились с существующими видами профессий и их классификацией по сферам

деятельности. Затем была представлена видеопрезентация «Профессии будущего».

Практическая часть занятия включала образовательную игру «Профессии вчера, сегодня, завтра», направленную на развитие понимания запросов времени и его связи с профессиями. Участники по очереди вытягивали карты с профессиями и с обозначением времени (вчера, сегодня, завтра) и рассуждали о том, какие профессиональные компетенции уже не актуальны в современном мире, а какие будут востребованы всегда. А затем сочиняли мини-сценарии: короткие истории, описывающие, как люди в разных профессиях работали вчера, как работают сегодня и как будут работать завтра.

Модуль III. Тема 3.2. «Профессии будущего и soft skills».

Занятие было посвящено знакомству с понятиями hard и soft skills. В формате дискуссии с участниками обсудили востребованные soft skills и перспективные профессии, а также навыки 21 века (критическое мышление, коммуникацию, адаптивность и другие).

Затем перешли к интерактивной работе на тему «Основы тайм-менеджмента: как управлять временем». На практике участники расписывали свои дела, планы, обязанности по принципу «срочное-важное», «срочное-неважное», «несрочное-важное», «несрочное-неважное», используя шаблон «матрицы Эйзенхауэра». Этот инструмент помогает не только организовать свое время, но и распределить приоритеты на пути к своим целям. В итоге, каждый участник запланировал свое время на предстоящую неделю новым для себя способом.

Модуль III. Тема 3.3. «Где искать информацию о профессиях и как выбирать?»

Теоретическая часть занятия была посвящена методам поиска информации о профессиях и самообразовании, работали с онлайн-ресурсами. Затем началась дискуссия на тему «Высшее образование – необходимость или нет?».

В практической части состоялась встреча с профессионалами из разных областей (онлайн или офлайн). На вопросы детей ответили психолог, фитнес-тренер, руководитель управляющей компании ЖКХ, строитель.

Модуль IV. «Целеполагание и планирование карьеры». Тема 4.1. «SMART-цели и планирование карьеры».

Занятие прошло в формате тренинга по постановке карьерных целей по методу SMART. Это метод постановки целей, который помогает подросткам сформулировать свои цели более конкретно, измеримо, достижимо, актуально и с четкими временными рамками.

По итогам проведенной работы, участники получили четкий план действий. Так, у Ильи Л., который поставил своей целью закончить учебный год без троек, он выглядел следующим образом:

«S (Specific – цель должна быть четко определена): получить средний бал 4,5 по всем предметам.

M (Measurable – цель должна быть измеримой): в конце года не должно быть ни одной тройки.

A (Achievable – цель должна быть достижимая): буду регулярно заниматься, посещать уроки, выполнять домашние задания.

R (Relevant – цель должна быть актуальной и значимой): эта цель поможет мне улучшить знания, чтобы в будущем успешно поступить в университет.

T (Time-bound – цель должна быть ограничена по времени): я планирую достичь этой цели к концу учебного года, то есть к маю 2025 года».

Модуль IV. Тема 4.2. «Карьерный маршрут: как построить путь к профессии мечты?».

Практическое занятие было посвящено моделированию будущего, а именно созданию карьерного маршрута. Это была творческая работа каждого участника. На ватмане с помощью карандашей, маркеров, вырезок из журналов и других средств, они создавали свою уникальную карту.

Для начала подростки отвечали на вопросы: «Какая профессия или сфера деятельности мне интересна?» (строительство, медицина, IT и другие), «Какие шаги нужно предпринять, чтобы стать специалистом в этой области?» (образование, навыки, стажировки, волонтерство и так далее), «Какие возможные препятствия могут встретиться?» (нет поддержки, финансовые трудности, недоступность обучения, мало информации и другие), «Как можно преодолеть эти препятствия?» (наставничество, стипендии и гранты, дополнительные занятия, изучение новой информации и другие), «Какие краткосрочные цели я могу поставить?» (выбрать профиль в школе, онлайн-курсы и другие), «Какие долгосрочные цели я хочу достичь?» (получить хорошее высшее образование, устроиться на должность по специальности, открыть бизнес, стать популярным и другие).

Затем участники отвечали схематично на поставленные вопросы, визуализируя свои ответы на ватмане. Некоторые подростки представили свой план в виде таблицы с колонками, другие нарисовали подробные карты с точками, соединенными стрелками.

Завершением занятия стали мини-презентации своих маршрутов перед группой.

Модуль IV. Тема 4.3. «Принятие решений: как сделать осознанный выбор?»

Занятие было посвящено методам принятия решения, управлению страхами и сомнениями. Во время дискуссии рассмотрены вопросы о роли ответственности в коучинге и личной мотивации.

Модуль V. «Навыки самопрезентации и успеха». Тема 5.1. «Как рассказать о себе: резюме, портфолио, соцсети».

На этом занятии участники узнали новую для себя информацию, а именно: как составлять резюме и портфолио, где искать подработку и стажировки (для подростков), как работать с карьерными платформами. На практической части занятия состоялась отработка полученных знаний в

группе: составление резюме для себя и друг для друга, вариант портфолио, анализ личных профилей в социальных сетях.

Модуль V. Тема 5.2. «Навыки общения и самопрезентации».

Практическое занятие было посвящено тренировке навыков самопрезентации и публичных выступлений. В начале встречи подростки прошли мини-тренинг «Мои 5 шагов к профессии мечты», в ходе которого составили список из пяти конкретных действий, шагов на пути к профессии, которую они хотят освоить в будущем. Получился пошаговый план, который нужно было «защитить» перед группой в рамках игры «Продай мне свою профессию». Цель игры: развивать умение рассказывать о профессии увлекательно и убедительно, а также лучше понять особенности и преимущества выбранной сферы деятельности.

Алгоритм игры. Подготовка (5 минут): участники выбирают профессию или сферу деятельности, о которой им нужно рассказать. Каждому дается 5 минут на подготовку короткой презентации (можно использовать карточки с подсказками или тезисами). Основная часть выступления: каждый участник по очереди выступает перед группой, «продавая» свою профессию. Важно суметь рассказать, почему эта профессия полезная и интересная, подчеркнуть преимущества и возможности. объяснить, почему именно эта профессия – лучший выбор. Вопросы и обсуждение (10 минут): после каждого выступления остальные участники задают вопросы: «Почему ты выбрал именно эту профессию?», «Какие трудности могут встретиться?», «Какие навыки нужны?» и другие. Итоги игры: участники учатся кратко и убедительно рассказывать о своей профессии, развивают навыки публичных выступлений и аргументации, лучше понимают особенности выбранных профессий через активное обсуждение.

Модуль V. Тема 5.3. «Как преодолевать страхи и двигаться к цели?».

На данном занятии проводилась работа на развитие уверенности, преодоление страхов и сомнений. Для этого использовалась коучинговая техника «Что самое худшее может случиться?». Участникам предлагалось

искренне ответить на этот вопрос, когда они думают о выборе будущей профессии. Например, «Что самое худшее может случиться, если я не поступлю в ВУЗ на бюджет?» «Что самое худшее может случиться, если я плохо сдам ЕГЭ?».

Эта техника помогает снизить уровень страха перед неизвестным будущим, потому что, когда мы представляем себе последствия, мы можем подумать и над возможными вариантами выхода из ситуации.

Для многих участников программы выбор профессии, успешная сдача экзаменов, действительно воспринимались как «вопрос жизни и смерти», поэтому уровень волнения по этому поводу был очень высок. Многие жаловались на давление со стороны родителей, учителей. Однако, честно ответив на поставленный вопрос, подростки понимали, что даже неблагоприятные сценарии всегда возможно исправить и в глобальном смысле их жизни и здоровью ничего не угрожает.

Закрепить тему помогло еще одно упражнение под названием «Сомнения как возможность», помогающее понять, что неуверенность, сомнения, внутренние барьеры есть естественная часть процесса обучения и развития.

Модуль VI «Обратная связь». Тема 6.1. «Презентация карьерных планов участников».

К этому занятию участники готовили творческие презентации своих карьерных планов, а также делились обратной связью.

Модуль VI. Тема 6.2. «Индивидуальная экспресс коуч-сессия для каждого участника».

Программа «Код профессии» также предусматривает проведение индивидуальных коуч-сессий с участниками «Кто я сейчас и кем хочу стать?», которые проходили по индивидуальной договоренности с каждым подростком.

Модуль VI. Тема 6.3. «Рефлексия: что я узнал о себе и как это поможет мне в будущем?»

Финальное занятие программы было посвящено рефлексии, подведению итогов, обратной связи от участников о личных изменениях. Фото выполнения заданий представлены в приложении Г, на рисунках Г.1-Г.2.

Получение обобщенных представлений о профессиональном будущем каждого из участников.

В рамках программы «Код профессии» были проведены интерактивные сессии с использованием коучинговых методов, которые продемонстрировали высокую эффективность: участники смогли определить свои ключевые ценности через методику «Ценности на весах», что позволило им лучше понять свои приоритеты при выборе профессии. В ходе ролевых игр подростки отрабатывали навыки самопрезентации, что значительно повысило их уверенность при общении с потенциальными работодателями.

Показателем эффективности проводимой работы явилось наличие у учащихся самостоятельно составленного плана профессионального маршрута с учетом индивидуальных интересов, способностей и требований рынка труда. В результате проведенных занятий выросла способность ставить цели, планировать свой профессиональный образовательный маршрут, развитие коммуникативных умений.

В ходе формирующего эксперимента были зафиксированы положительные изменения в показателях уровня профессиональной ориентации у подростков, что свидетельствует о повышении их осознания карьерных предпочтений и способности к принятию обоснованных профессиональных решений.

Таким образом, можно сделать вывод, что коучинговые технологии представляют собой мощный инструмент для поддержки подростков в процессе профессиональной ориентации и развития профессиональной идентичности у подростков. Они способствуют развитию навыков самоосознания, целеполагания и принятия решений, что является необходимым условием для успешной интеграции молодежи на рынке труда. Внедрение коучинга в систему профориентации может значительно повысить

качество подготовки будущих специалистов и их готовность к вызовам современного мира.

2.3 Оценка динамики уровня сформированности профессиональной ориентации у подростков

Для того, чтобы определить динамику уровня сформированности профессиональной ориентации у подростков был проведен контрольный эксперимент по тем же методикам:

- дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель);
- опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда (ОПП);
- методика изучения статусов профессиональной идентичности А.А. Азбель и А.Г. Грецова;
- «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун);
- опросник определения готовности к выбору профессии (В.Б. Успенский);
- методика для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожков).

По итогам проведения диагностической методики 1 «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова (модификация А.А. Азбель), были получены следующие результаты, представленные в таблице 6.

Таблица 6 – Сравнительные результаты по диагностической методике 1

Тип профессии	Констатирующий этап	Контрольный этап
Человек–Человек (Ч)	12 человек	8 человек
Человек–Техника (Т)	10 человек	9 человек
Человек–Художественный образ (Х)	6 человек	3 человека
Человек–Знак (З)	3 человека	2 человека
Человек–Природа (П)	1 человек	—

По итогам данной диагностики вновь зафиксирован результат, когда участники контрольного эксперимента показали способность ограничить область выбора профессии, в отличие от констатирующего этапа.

Если до проведения профориентационной программы «Код профессии», больше половины подростков отнесли себя сразу к нескольким типам, не могли определиться с приоритетными для себя направлениями, то после проведения формирующего эксперимента каждый участник определил только один тип, что является показателем высокого уровня сформированности профессиональной ориентации.

По итогам проведения диагностической методики 2 были получены следующие результаты, представленные в таблице 7.

Таблица 7 – Сравнительные результаты по диагностической методике 2

Тип личности (код)	Характеристика	Констатирующий этап	Контрольный этап
Социальный (s)	Работа с людьми, помощь, обучение.	16 человек	8 человек
Предпринимательский (E)	Лидерство, влияние, управление	13 человек	8 человек
Артистический (A)	Творчество, самовыражение	7 человек	4 человека
Исследовательский (I)	Анализ, наука, логика	—	—
Реалистичный (R)	Работа с техникой, руками	2 человека	1 человек
Конвенциональный (C)	Систематизация, порядок	1 человек	1 человек

Согласно полученным результатам, наблюдается доминирование социального и предпринимательского типов личности, как и на констатирующем этапе.

Социальный тип (S) и предпринимательский типа (E) определили для себя по 8 участников (по 36,3%). Подростки также выбирают для себя профессии, связанные с общением, коммуникацией, работой с людьми (Мария С., Ольга В., Камилла В., Дарина Ч., Полина Б., Ирина Ш.,

Вероника З., Макар П.) а также проявляют склонность к лидерству, созданию своего продукта, бренда, развитию в бизнесе (Алексей И., Даниил К., София П., Илья Л., Кирилл Р., Петр Ш., Владислав К., Клим П.).

Артистический тип (А) определен у 4 человек из 22 (18,1%). Участники Екатерина П., Анастасия М., Милана С., Савелий С. отдают свое предпочтение креативным и творческим профессиям.

Согласно данным таблицы 7 реалистичный тип (R) определен у 1 участника (Михаил В.) из 22 (4,5%). Данный тип личности предпочитает профессии с четкими правами и обязанностями, понятными инструкциями.

Конвенциональный тип (С) так же определен у 1 участника (Артем С.), что составляет 4,5 % от общего числа участников.

По итогам исследования на контрольном этапе также зафиксировано отсутствие интереса к исследовательскому типу. Подростки не хотят связывать свою профессиональную жизнь с рутинной, работой с документами.

Все участники контрольного эксперимента выявили свой тип личности, определив профессиональные предпочтения. По сравнению с констатирующим экспериментом, в котором 16 человек из 22 (72,7%) не смогли четко определить свои предпочтения и выбирали несколько вариантов.

Данный результат может свидетельствовать о значительном повышении уровня сформированности профессиональной ориентации.

По результатам диагностической методики 3 «Методика изучения статусов профессиональной идентичности» А.А. Азбель и А.Г. Грецова были получены следующие результаты, представленные на таблице 8.

Таблица 8 – Сравнительные результаты по диагностической методике 3

Статус профессиональной идентичности	Констатирующий этап	Контрольный этап
Навязанная	10 человек (45,4%)	5 человек (22,7%)
Неопределенная	9 человек (40,9%)	–
Мораторий (кризис выбор)	3 человека (13,6%)	10 человек (45,4%)
Сформированная	–	7 человек (31,8%)

Согласно полученным данным, статус «навязанная профессиональная идентичность» средней степени выраженности зафиксирован у 5 человек (22,7%). По сравнению с констатирующим этапом, на пять человек снизилось количество участников, которые ориентируются в выборе своего профессионального пути лишь на внешние факторы, а не на собственные интересы.

Статус «неопределенная профессиональная идентичность» не выявлен ни у одного участника.

Статус «Мораторий (кризис выбора)» среднего уровня выраженности показали 10 человека из 22 (45,4%) – Макар П., Клим П., Милана С., Владислав К., Ирина Ш., Петр Ш., Кирилл Р., Камилла В., Михаил В., Алексей И.

Подростки уже осознают, что опираться при выборе профессии необходимо на свои интересы и сильные стороны, размышляют о возможных вариантах воплощения в реальность намеченных карьерных планов. Как отмечают авторы методики, зачастую большая часть людей после «кризиса выбора» переходят к состоянию сформированной идентичности.

Статус «сформированная профессиональная идентичность» показали 7 человек из 22 (31,8%) – Анастасия М., Артем С., Илья Л., Вероника З., Дарина Ч., Полина Б., Савелий С.

По итогам проведения диагностической методики 4 «Мотивы выбора профессии» (С.С. Гриншпун) на контрольном этапе, получены следующие результаты, представленные в таблице 9.

Таблица 9 – Сравнительные результаты по диагностической методике 4

Мотивы выбора профессии	Констатирующий этап	Контрольный этап
Материальное благополучие	54,5%	–
Деловое отношение	–	40,9%
Престиж профессии	31,8%	13,6%
Творческое отношение	13,6%	45,4%

Количественный анализ результатов исследования показал, что большинство участников контрольного эксперимента (45,4%) определяет своим мотивом выбора профессии – творческий потенциал (10 человек из 22). Речь идет о специальностях, способствующих творческому самовыражению, профессиональной самореализации, моральному удовлетворению от плодов своего труда, личностному росту. Такой мотив определили для себя Даниил К., Михаил В, Анастасия М., Артем С., Камилла В., Вероника З., Кирилл Р., Владислав К., Милана С., Савелий С.

В констатирующем эксперименте деловой мотив отсутствовал совсем, в контрольном эксперименте его показатели составили 40, 9% (9 человек из 22). Это стало возможным благодаря формированию у подростков понимания необходимости качественного взаимодействия с людьми в профессиональной сфере (клиентами, коллегами, наставниками) и деловой мотивации. Результат показали Алексей И., Екатерина П., София П., Илья Л., Ольга В., Полина Б., Петр Ш., Ирина Ш., Клим П.

У 3 человек из 22 участников (13,6%) эксперимента выявлена мотивация выбора профессии «престиж», то есть, в первую очередь, желание иметь высокий статус (Мария С., Дарина Ч., Макар П.).

Материальное благополучие как основной мотив выбора профессии на контрольном этапе не выявлен.

«Благодаря работе с коучем, я понял, что важно выбирать работу, которая будет приносить удовольствие и будет хорошо получаться. Потому что только так тебе захочется добиваться успеха, развиваться. А если ты не будешь стоять на месте, но и заработная плата будет хорошая», – поделился своим наблюдением на обсуждении с группой Даниил К.

По итогам диагностической методики 5 «Опросник определения готовности к выбору профессии» (В.Б. Успенский) были получены следующие результаты, представленные в таблице 10.

Таблица 10 – Сравнительные результаты по диагностической методике 5

Уровень готовности к выбору профессии	Констатирующий этап	Контрольный этап
Неготовность	–	–
Низкий уровень	14 человек (63,6%)	–
Средний уровень	8 человек (36,3%).	11 человек (50 %)
Высокий уровень	–	11 человек (50%)

По итогам контрольного эксперимента средний уровень готовности к выбору профессии вырос на 13,7%. Он зафиксирован на данном этапе исследования у 11 человек из 22 (50%). У участников Алексея И., Марии С., Даниила К., Екатерины П., Ольги В., Камиллы В., Полины Б., Петра Ш., Миланы С., Клина П., Макара П. сформированы базовые знания о профессиях, они имеют представления о своих интересах и склонностях, однако еще не обладают готовностью сделать однозначный выбор.

Высокий уровень готовности к выбору профессии, который не был зафиксирован в констатирующем эксперименте, показали 11 человек из 22 (50% участников). Данный уровень характеризуется обширными знаниями о профессиях, необходимом образовании, а также осознанием собственных интересов и склонностей, сильных и слабых сторон, наличием профессиональной цели.

Рассмотрим результаты, полученные по итогам проведения диагностической методики 6 «Методика для изучения социализированности личности учащегося» (М.И. Рожков), представленные в таблице 11.

Таблица 11 – Сравнительные результаты по диагностической методике 6

Степень социализированности	Констатирующий этап	Контрольный этап
Низкая	8 человек (36,3%)	–
Средняя	14 человек (63,6%)	12 человек (54,5%)
Высокая	–	10 человек (45,4%)

Большинство подростков перешли на качественно новый для себя уровень. Низкую степень социализированности на контрольном этапе не показал ни один участник.

На среднюю степень, характеризующаяся такими качествами как коммуникабельность, эмпатия, перешли практически все участники с низкой степени (Макар П., Милана С., Владислав К., Ирина Ш., Петр Ш., Полина Б., Ольга В., Екатерина П., участники Клип П., София П., Алексей И. остались на этом же уровне).

После проведения профориентационной работы посредством коуч-технологий, со средней степени на высокую перешли Савелий С., Дарина Ч., Кирилл Р., Вероника З., Камилла В., Илья Л., Артем С., Анастасия М., Михаил В. Данные участники имеют ориентацию на развитие своих интеллектуальных способностей и реализацию творческого потенциала, реалистичные представления о своих профессиональных целях.

В результате контрольного эксперимента всем участникам были присвоены уровни сформированной профессиональной ориентации. Данные представлены в приложении Д, таблица Д.1.

По итогам контрольного эксперимента можно отметить, что уровень сформированности профессиональной ориентации у подростков за время проведения формирующего эксперимента значительно изменился.

В таблице 12 представлены сравнительные результаты исследования уровня сформированности профориентации на констатирующем и контрольном этапах эксперимента.

Таблица 12 – Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента

Уровень сформированности профессиональной ориентации	Констатирующий эксперимент	Контрольный эксперимент
Низкий уровень	63,6%	13,6%
Средний уровень	36,3%	59%
Высокий уровень	–	27,3%

Согласно таблице 12 отмечается положительная динамика в ходе проведения всех диагностических методик исследования.

Проанализировав результаты и полученную динамику формирования профессиональной ориентации подростков посредством коуч-технологий можно сделать вывод, что формирующий эксперимент прошел успешно, все положения выдвинутой нами гипотезы подтвердились, задачи решены, цель достигнута.

Выводы по второй главе

Вторая глава посвящена экспериментальной части исследования. По итогам констатирующего эксперимента, можно сделать вывод, что у подростков, участвующих в исследовании, уровень сформированности профессиональной ориентации находится на низком (63,3%) и среднем (36,3%) уровнях, высокий уровень не выявлен.

Участники не имеют четкого представления о своей профессиональной траектории, что свидетельствует о низкой степени профессиональной определенности. Мотивация к выбору профессии в основном связана с материальными и социальными аспектами (заработная плата, престиж), а личностные мотивы, творческая самовыражение, общественная польза занимают меньшую долю, что может указывать на ограниченность представлений о возможностях самореализации.

Профессиональные интересы подростков преимущественно ориентированы на социальные и предпринимательские типы деятельности, что говорит о предпочтении работы с людьми, лидерстве. Артистический тип также представлен достаточно широко, что свидетельствует о наличии творческих склонностей.

Высокий уровень навязанной профессиональной идентичности у большинства участников указывает на влияние окружения и недостаточную самостоятельность в выборе профессии, что может негативно сказаться на мотивации и успешности будущей профессиональной реализации.

В целом, результаты актуализируют необходимость проведения эффективной профориентационной работы, направленной на развитие осознанного отношения к выбору профессии, расширение представлений о возможных карьерных путях и формирование профессиональной идентичности у подростков.

Для этого был проведен формирующий эксперимент. Его целью стала разработка и апробация программы профориентации для подростков с использованием коуч-технологий, позволяющей экспериментально проверить возможность повышения уровня профориентации. Была разработана программа под названием «Код профессии».

Подводя итоги формирующего эксперимента, можно сделать следующие выводы:

- эффективное использование разнообразных материалов (арт-материалов, мультимедийных средств, учебных пособий) способствует более глубокому усвоению новых знаний о профессиях и развитию творческого взгляда на данный вопрос у участников программы;
- разнообразие форм контроля знаний и умений (такие как проекты, деловые игры, презентации и тесты) позволяет объективно оценить прогресс обучающихся, а также выявить их сильные стороны и области для развития.
- интеграция практических заданий и творческих методов в систему контроля способствует формированию у участников профессиональной компетентности, уверенности в себе и навыков самопрезентации;
- регулярная обратная связь и использование различных форм оценки помогают адаптировать программу под индивидуальные потребности участников и повышают мотивацию к обучению.

По результатам контрольного эксперимента получены следующие результаты: 13,6 % участников имеют низкий уровень сформированности профессиональной ориентации, 59% – средний уровень, 27,3 % участников –

высокий уровень. Положительная динамика отмечена в ходе проведения всех диагностических методик исследования.

Данные результаты свидетельствуют о том, что внедрение коучинговых технологий в процесс формирования профессиональной ориентации подростков способствует повышению их мотивации, осознанности и готовности к профессиональному выбору.

Подростки демонстрируют переход с низкого и среднего уровней социализированности на высокий, что важно для успешной адаптации в профессиональной сфере.

Проведенная программа успешно решает поставленные задачи, способствует развитию ключевых компетенций и личностных качеств подростков, необходимых для успешного формирования профессиональной ориентации подростков.

Заключение

В заключении работы были подведены итоги и сформулированы основные выводы.

Современная профориентация подростков требует учета множества факторов и условий. Она должна быть гибкой, индивидуальной и направленной на помощь в успешной профессиональной самореализации.

Несмотря на то, что профориентационная работа с подростками актуализируется в основных законодательных документах РФ, существующие на сегодняшний день методы и подходы по организации профессиональной ориентации – недостаточны.

В процессе исследования изучена проблема формирования профессиональной ориентации у подростков с точки зрения теоретических подходов и практических задач. Подчеркнута необходимость учета индивидуальных особенностей личности при разработке программ профориентации; актуальность внедрения инновационных технологий (в частности, коучинга) для повышения эффективности этой работы.

Анализ результатов констатирующего эксперимента позволяет сделать вывод о необходимости проведения работы по выявлению сформированности профессиональной ориентации. Уровень сформированности профессиональной ориентации у участников эксперимента находится на низком и среднем уровне.

Для достижения сформированности профессиональной ориентации у подростков на высоком уровне необходимо разработать и апробировать развивающую профориентационную программу.

В работе представлена диагностическая карта исследования. Выделены показатели, разработаны и описаны диагностические задания, уровни (низкий, средний, высокий) сформированности профессиональной ориентации.

На формирующем этапе эксперимента были спроектированы и проведены занятия в рамках программы «Код профессии».

Наполнение программы составили тематические занятия, в которых присутствуют сквозные компоненты на развитие личностных результатов. Каждая встреча направлена на раскрытие какой-либо темы, связанной с профориентацией. На практиках эффективно использовались основные коуч-инструменты. В ходе занятий можно было проследить тенденцию, когда дети по-новому смотрели на вопросы о выборе профессии, осознавали свои интересы, предпочтения, сильные и слабые стороны, активно применяли техники, непосредственно направленные на достижение поставленной цели – выбор успешной профессии.

Результаты контрольного этапа эксперимента позволяют заключить, что уровень сформированности профессиональной ориентации у подростков повысился, и находится теперь на среднем и высоком уровнях.

Исходя из этого можно считать, что выдвинутая гипотеза о том, что коуч-технологии являются эффективным инструментом формирования профессиональной ориентации у подростков, подтвердилась, вынесенные на защиту положения правомерны.

Список используемой литературы

1. Андреева И. Н. Антология по истории и теории социальной педагогики: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных. М. : Academa. 2000. 173 с.
2. Арсенина М. Н. М.И. Рожков Методика для изучения социализированности личности. Дата публикации: 17.02.2022 г. Образовательная социальная сеть. Nsportal. URL: <https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2022/02/17/m-i-rozhkov-metodika-dlya-izucheniya> (дата обращения: 08.03.2025).
3. Бадоев Т. Л. Диагностика структуры мотивов трудовой деятельности: диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.03. Ярославль. 1988. 191 с.
4. Блинов В. И., Сергеев И. С. Концепция сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования. Центр профессионального образования ФГАУ «Федеральный институт образования». 30 марта 2016 г. URL: <https://www.cposo.ru/federalnyj-uroven/1087-kontseptsiya-soprovozhdeniya-professionalnogo-samoopredeleniya-obuchayushchikhsya-v-usloviyakh-nepreryvnosti-obrazovaniya> (дата обращения: 08.03.2025).
5. Бондар Н.А. Профориентация Методика В.Б. Успенского Готовность учащихся к выбору профессии. Дата публикации: 03.12.2018 г. Образовательная социальная сеть. Nsportal. URL: <https://nsportal.ru/shkola/sotsialnaya-pedagogika/library/2018/12/03/metodika-v-b-uspenskogo-gotovnost-uchashchihsya-k> (дата обращения: 08.03.2025).
6. Гриншпун С. С. Оценка личностно-делового потенциала учащихся в профориентационной работе. Школа и производство. 1994. № 6. С. 11–12.

7. Диагностика профессионального самоопределения: учеб.-метод. пособие / сост. Я. С. Сунцова. Ижевск: Издательство «Удмуртский университет». 2009. 112 с.
8. Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова (в модификации Азбель). ПрофТест. URL: <https://careertest.ru/tests/ddo-klimova-azbel/> (дата обращения: 08.03.2025).
9. Духанина Л. Н. Круглый стол «Карьерное самоопределение молодёжи: вызовы и практики». Ассоциация негосударственного образования. 2022 г. URL: <https://xn--80ac9aelc.xn--p1ai/news12> (дата обращения: 08.04.2025).
10. Европейская социальная хартия (пересмотренная). КонсультантПлюс. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_120807/ (дата обращения: 22.01.24).
11. Жолудева С. В., Барабаш Ю. Г. Коучинг-технологии в работе по уточнению профессиональных представлений и планированию карьеры студентов. Евразийский Союз Ученых. 2015. №2-4 (11). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kouching-tehnologii-v-rabote-po-utochneniyu-professionalnyh-predstavleniy-i-planirovaniyu-kariery-studentov> (дата обращения: 24.04.2025).
12. Загузина Н. Н. Довузовская подготовка как условие содействия профессиональному самоопределению старших школьников. автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. Спб. 2012.
13. Зеер Э. Ф. Психология профессий: Учеб. пособие. М. : Академический проект. 2005. 323 с.
14. Ишкильдина С. А., Вирясова П. О. Стратегическое управление процессами профориентации обучающихся на основе использования практико-ориентированных технологий. Инновации и инвестиции. 2022. №4.

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategicheskoe-upravlenie-protsessami-proforientatsii-obuchayuschihsya-na-osnove-ispolzovaniya-praktiko-orientirovannyh-tehnologiy> (дата обращения: 04.06.2025)

15. Кимси-Хаус Г. Коактивный коучинг: проверенные принципы личностного и профессионального роста: Научно-популярная литература. М.: ООО «Альпина Паблишер». 2020. 264 с.

16. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. Ростов-на-Дону: Феникс. 1996. 509 с.

17. Коджаспирова Г. М., Коджаспиров А. Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. М. : Издательский центр «Академия». 2000. 176 с.

18. Костюкова С. В. Социально-педагогические условия профессионального самоопределения старшеклассников в центре образования : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.02. Ин-т педагогики соц. работы. М. 2001. 20 с.

19. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего. Вопросы психологии-2001. № 1. С. 57–66.

20. Макарова Т. Б. Профессиональная ориентация учащихся городских общеобразовательных школ в условиях трансформации общества : На примере городов Набережные Челны и Нижнекамск : автореферат дис. ... кандидата социологических наук : 22.00.04. Казан. гос. ун-т им. В. И. Ульянова-Ленина. Казань. 2005. 23 с.

21. Майлз Д. Эффективный коучинг. Уроки коуча коучей. М. : Добрая книга. 2015. 251 с.

22. Мельникова А. А. Профессиональная ориентация старшеклассников в условиях образовательного учреждения - модельного учебного центра. автореферат по ВАК РФ 13.00.01, кандидат педагогических наук. 2006.

23. Методические рекомендации по реализации профориентационного минимума в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования разработаны Министерством просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) и изложены в письме от 17 августа 2023 г. № ДГ-1773/05. Рособрнадзор. URL: https://obrnadzor.gov.ru/ron_doc/metodicheskie-rekomendaczii-po-realizaczii-proforientaczionnogo-minimuma-v-obrazovatelnyh-organizaczijah-rossijskoj-federaczii-realizuyushhih-obrazovatelnye-programmy-osnovnogo-obshhego-i-srednego-ob (дата обращения: 22.01.24).

24. Орёл В.Е. Психологические основы профориентационной работы со школьниками. Ярославль. 1990, 83 с.

25. Пилипенко Е. В. Профессиональные предпочтения обучающихся. 2023. № март. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnye-predpochteniya-obuchayuschih-sya> (дата обращения: 04.06.2025).

26. Постановление Министерства труда и социального развития РФ от 27.09.1996 г. № 1 «О профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в РФ». Гарант. URL: <https://base.garant.ru/136694/?ysclid=lrq5q4vvfv340031855> (дата обращения: 22.01.24).

27. Постановление Министерства труда РФ от 29.08.1995 г. № 47 «Об утверждении основных направлений развития государственной системы профессиональной ориентации и психологической поддержки населения в РФ». Гарант. URL: <https://base.garant.ru/180182/?ysclid=lrq5lxb36l809305443> (дата обращения: 22.01.24).

28. Постановление Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. N 751 о «Национальной доктрине образования РФ». Гарант. URL: <https://base.garant.ru/182563/?ysclid=lrq5k0x29619522506> (дата обращения: 22.01.24).

29. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений М. : Академия. 2008. 320 с.
30. Пряжникова Е. Ю., Пряжников Н. С. Профорентация: Учеб. пособие. М. : Академия. 2005. 496 с.
31. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. М. 2005. 208 с.
32. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М. : Прогресс. 1998. 479 с.
33. Саруханов Э. Р. Проблемы управления профессиональной ориентацией молодежи на профессии высшей квалификации. Л. : Изд-во Ленингр. фин.-экон. ин-та. 1991. 163 с.
34. Стрельникова Ю. Ю., Емельянова С. В. Исследование феномена профессиональной идентичности в различных направлениях психологической науки. Пенитенциарная наука. 2019. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-fenomena-professionalnoy-identichnosti-v-razlichnyh-napravleniyah-psihologicheskoy-nauki> (дата обращения: 24.04.2025).
35. Сущность и содержание профорientации подростков. Alfaeducation. Образование в деталях. URL: <http://www.alfaeducation.ru/sieds-17-1.html> (дата обращения: 22.01.24).
36. Уитмор Дж. Основные принципы и практики коучинга и лидерства. М. : Альпина Паблишер. 2023. 320 с.
37. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ. КонсультантПлюс. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 08.04.2025).
38. Чистякова С. Н. Основы профессиональной ориентации школьников. М. : Высшая школа. 1989. 112 с.
39. Чистякова С. Н. Цель Концепции определена верно // Профессиональное образование. Столица. 2015. № 10. С. 11–13.

40. Шевченко М. Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». СПб. : Речь. 2007.168 с.

41. Ярлыкова О. В., Левченко В. А. Комплексные подходы к изучению проблем профориентации. Профессиональная ориентация. 2017. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kompleksnye-podhody-k-izucheniyu-problem-proforientatsii> (дата обращения: 07.06.2025).

42. Andronikos K., Philia I. Exploring Narrative Ideas in Career Counseling. Department of Psychology, National and Kapodistrian University of Athens, Athens, Greece. Open Journal of Social Sciences.Vol.10 No.2, February 2022. URL: <https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=115508> (дата обращения: 07.06.2025).

43. Borgen W. A., Hiebert B Youth counselling and career guidance: What adolescents and young adults are telling us. International Journal for the Advancement of Counselling, 2.

44. Dua S., Saleha B., Maimoona S., Nosheen A. The effectiveness of career counselling among adolescents; an approach to promote career decision ability. International Journal of Contemporary Issues in Social Sciences Volume 2, Issue 4, 2023. URL: https://www.researchgate.net/publication/377527204_THE_EFFECTIVENESS_OF_CAREER_COUNSELLING_AMONG_ADOLESCENTS_AN_APPROACH_TO_PROMOTE_CAREER_DECISION_ABILITY (дата обращения: 07.06.2025).

45. Jemini Gashi, L., Bërxulli, D., Konjufca, J., & Cakolli, L. (2023). Effectiveness of career guidance workshops on the career self-efficacy, outcome expectations, and career goals of adolescents: an intervention study. International Journal of Adolescence and Youth, 28(1). URL: <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2281421> (дата обращения: 07.06.2025).

46. Tuyir R., Dr. Kakali G. Career Decision-Making of Adolescents: Role of Self –Awareness and Career Guidance. The International Journal of Indian Psycholog. Volume 12, Issue 1, January- March, 2024. URL : <https://ijip.in/wp-content/uploads/2024/03/18.01.196.20241201.pdf> (дата обращения: 07.06.2025)

Приложение А

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица А.1 – Результаты констатирующего эксперимента

Имя, Ф.	Уровень сформированности профессиональной ориентации
Алексей И.	Низкий уровень
Мария С.	Низкий уровень
Даниил К.	Низкий уровень
Екатерина П.	Низкий уровень
Михаил В.	Низкий уровень
Анастасия М.	Средний уровень
Артем С.	Средний уровень
София П.	Низкий уровень
Илья Л.	Средний уровень
Ольга В.	Низкий уровень
Камилла В.	Низкий уровень
Вероника З.	Средний уровень
Кирилл Р.	Средний уровень
Дарина Ч.	Средний уровень
Полина Б.	Низкий уровень
Петр Ш.	Низкий уровень
Ирина Ш.	Низкий уровень
Владислав К.	Низкий уровень
Милана С.	Низкий уровень
Савелий С.	Средний уровень
Клим П.	Средний уровень
Макар П.	Низкий уровень

Приложение Б

План программы «Код профессии»

Таблица Б.1 – Учебно-тематический план программы «Код профессии»

Название модуля / раздела	Количество часов			Формы проведения
	практика	теория	всего	
1. Модуль I. Введение в профориентацию и коучинг	2	1	3	–
1.1 Что такое профориентация и почему это важно?	40 мин	20 мин	1	Лекция, дискуссия
1.2 Основы коучинга: что это и как работает?	40 мин	20 мин	1	Лекция, практическое упражнение
1.3 Исследование себя: мои ценности, интересы и способности	40 мин	20 мин	1	Тренинг, работа с коучинговыми вопросами
2 Модуль II. «Личностное самоопределение»	4	2	6	–
2.1 Мои сильные стороны: диагностика и анализ	1ч 20 мин	40 мин	2	Практическое занятие, тестирование
2.2 Работа с убеждениями: что мешает мне сделать выбор?	1 ч 40 мин	20 мин	2	Коучинговая сессия, групповая работа
2.3 Личная мотивация: что меня вдохновляет?	1 ч 40 мин	20 мин	2	Тренинг, коучинговые техники
3 Модуль III. «Исследование профессиональных возможностей»	5	1	6	–
3.1 Мир профессий: что изменилось?	1ч 20 мин	40 мин	2	Лекция, работа с кейсами
3.2 Профессии будущего и soft skills	1ч 50 мин	10 мин	2	Дискуссия, интерактивная работа
3.3 Где искать информацию о профессиях и как выбирать?	1ч 50 мин	10 мин	2	Практическое занятие, работа с ресурсами, дискуссия
4 Модуль IV. «Целеполагание и планирование карьеры».	7	2	9	–
4.1 SMART-цели и планирование карьеры	2 ч 20 мин	40 мин	3	Тренинг
4.2 Карьерный маршрут: как построить путь к профессии мечты?	2 ч 20 мин	40 мин	3	Практическое занятие, моделирование
4.3 Принятие решений: как сделать осознанный выбор?	2 ч 20 мин	40 мин	3	Коучинговая сессия, дискуссия

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.1

Название модуля / раздела	Количество часов			Формы проведения
	практика	теория	всего	
5 Модуль V. «Навыки самопрезентации и успеха».	8	1	9	—
5.1 Как рассказать о себе: резюме, портфолио, соцсети	2 ч 40 мин	20 мин	3	Практическое занятие
5.2 Навыки общения и самопрезентации	2 ч 40 мин	20 мин	3	Тренинг, ролевые игры
5.3 Как преодолевать страхи и двигаться к цели?	2 ч 40 мин	20 мин	3	Коучинг, работа с установками
6 Модуль VI «Обратная связь».	3	0	3	—
6.1 Презентация карьерных планов участников	1ч	0	1 ч	Практическая работа, обратная связь
6.2 Индивидуальная экспресс коуч-сессия для каждого участника	1 ч	0	1 ч	Индивидуальная работа
6.3 Рефлексия: что я узнал о себе и как это поможет мне в будущем?	1 ч	0	1 ч	Групповая работа, коучинг
Итого:	29 ч	7 ч	36 ч	—

Приложение В

Образцы работ участников программы, упражнение «Карта моих талантов»



Рисунок В.1 – Образец работы 1

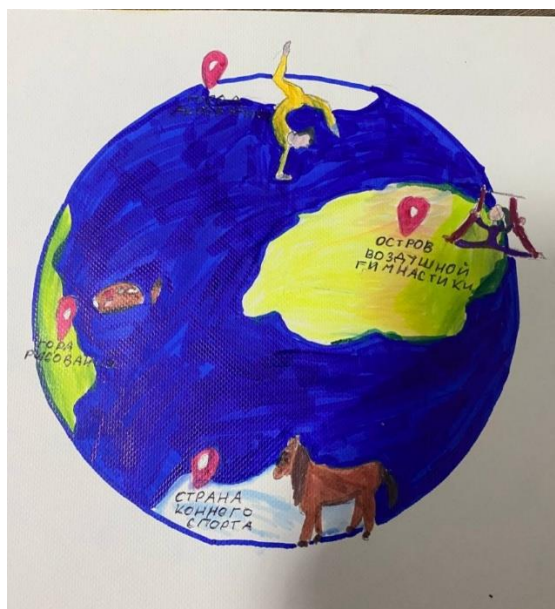


Рисунок В.2 – Образец работы 2

Приложение Г

Фоторепортаж с проведения занятий по программе «Код профессии»



Рисунок Г.1 – Фото выполнения заданий 1



Рисунок Г.2 – Фото выполнения заданий 2

Приложении Д

Результаты контрольного эксперимента

Таблица Д.1 – Результаты контрольного эксперимента

Имя, Ф.	Уровень сформированности профессиональной ориентации
Алексей И.	Средний уровень
Мария С.	Средний уровень
Даниил К.	Средний уровень
Екатерина П.	Низкий уровень
Михаил В.	Средний уровень
Анастасия М.	Высокий уровень
Артем С.	Средний уровень
София П.	Низкий уровень
Илья Л.	Высокий уровень
Ольга В.	Низкий уровень
Камилла В.	Средний уровень
Вероника З.	Высокий уровень
Кирилл Р.	Высокий уровень
Дарина Ч.	Высокий уровень
Полина Б.	Средний уровень
Петр Ш.	Средний уровень
Ирина Ш.	Средний уровень
Владислав К.	Средний уровень
Милана С.	Средний уровень
Савелий С.	Высокий уровень
Клим П.	Средний уровень
Макар П.	Средний уровень