



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Управление процессом профессионального самоопределения  
старшеклассников**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология управления образовательной средой»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

88 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
« 3 » 06 2020 г.  
зав. кафедрой ТиПП

О.А. Кондратьева О. А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-210-172-2-1  
Кострова Оксана Павловна

Научный руководитель:

к.псх.н., доцент кафедры ТиПП  
Гольева Галина Юрьевна

Челябинск  
2020

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ .....	8
1.1 Проблема управления процессом профессионального самоопределения в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Особенности процесса профессионального самоопределения старшекласников.....	19
1.3 Модель управления процессом профессионального самоопределения старшекласников.....	26
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	37
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	37
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента .....	42
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	50
3.1 Программа управления процессом профессионального самоопределения старшекласников.....	50
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования управления процессом профессионального самоопределения старшекласников.....	63
3.3 Технологическая карта внедрения и психолого-педагогические рекомендации педагогам по управлению процессом профессионального самоопределения старшекласников.....	69
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	81
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	84
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Психодиагностический инструментарий исследования управления процессом профессионального самоопределения старшекласников.....	94

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты первичной диагностики готовности к выбору и направленности профессионального самоопределения старшеклассников.....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.....	105
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты повторной диагностики готовности к выбору и направленности профессионального самоопределения старшеклассников.....	128
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	132

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящий период в мире существует огромное разнообразие профессиональных направленностей. Появление новых потребностей и стремительное развитие информационных технологий, несомненно, дали огромный скачок для возникновения новых профессиональных специальностей человечества. В связи с этим, современному старшекласснику невероятно трудно определиться с профессиональной деятельностью.

Под профессиональным самоопределением обычно понимается процесс принятия личностью решения о выборе будущей специальности, осуществляемый в результате соотнесения своих внутренних ресурсов и способностей к требованиям выбираемой профессии. Необходимо отметить, что многие старшеклассники по окончании средней школы, даже не могут определиться с направлением профессии, в которой они хотят работать.

Разумеется, в идеале обучающиеся выбирают профессию, исходя из собственных интересов и способностей. При этом они должны иметь первоначальное представление о существующих специальностях, но даже информация, полученная людьми об основных профессиональных направлениях, не предполагает молниеносного выбора подходящей, будущей профессии. Большинство старшеклассников, не владея информацией о практической деятельности профессии, совершают свой выбор, который впоследствии на практике может закончиться разочарованием и неудачами.

Огромный информационный поток о существующих профессиях приводит старшеклассников в состояние растерянности и неопределенности. Поэтому одной из самых важных задач образовательных учреждений является создание оптимальных условий, которые предоставят наибольшую эффективность для процесса

профессионального самоопределения. Важно, чтобы школа имела рабочую психологическую службу, которая своевременно окажет старшеклассникам помощь в процессе самоопределения. Выявленная с помощью психолога профессиональная ориентация, предоставляет обучающемуся наиболее полную информацию о его личностных качествах и индивидуальных особенностях. В дальнейшем это позволит старшеклассникам лучше понять себя, свои потребности, склонности и способности, что в свою очередь повлияет на совершение осознанного и наиболее грамотного профессионального выбора.

Исследованиями проблемы профессионального самоопределения личности занимались такие отечественные ученые как: Е.И. Головаха, Э.Ф. Зеер, В.А. Караваева, Е.А. Климов, И.Ю. Кулагина, Н.Б. Кучеренко, Д.А. Леонтьев, А.К. Маркова, Л.М. Митина, А.Б. Орлов, Н.С. Пряжников, С.Н. Чистякова, П.А. Шавир, Е.Н. Шиянов и др. В зарубежных странах проблема профессионального самоопределения отражена в трудах Дж. Баррета, Э. Гинзберга, Дж. Голланда, А. Маслоу, Д. Сьюпера, Х. Хекхаузена и др.

Актуальность исследования заключается в том, что выбор будущей специальности особенно важен в настоящее время, так как рынок труда ежегодно пополняется разными профессиями, в то время как стремительно растущие коммерческие корпорации, требует новых навыков от будущих специалистов. Многие люди в наше время совершают абсолютно не подходящий для них выбор профессиональной деятельности, что в дальнейшем приводит к фрустрациям, стрессу и депрессии.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность сконструированной модели и разработанной программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Гипотеза исследования: процесс профессионального самоопределения представляет собой целенаправленный процесс, успешность которого повышается, если:

1) будет сконструирована и реализована модель управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников;

2) будет разработана и внедрена программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Объект исследования: профессиональное самоопределение старшеклассников.

Предмет исследования: управление процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Для осуществления нашей цели нужно решить следующие задачи:

1. Исследовать психолого-педагогическую литературу по проблеме управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

2. Изучить особенности процесса профессионального самоопределения старшеклассников.

3. Разработать модель управления процессом профессионального самоопределения.

4. Определить этапы, методы, и методики исследования.

5. Составить характеристику выборки и результатов констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

8. Разработать технологическую карту внедрения и психолого-педагогические рекомендации педагогам по управлению процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: анализ литературы, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические методы: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, психологическое тестирование по методикам:

– опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского;

– опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой;

– методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель.

3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

Научная и теоретическая значимость исследования заключается в исследовании и разработке модели управления профессионального самоопределения старшеклассников.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и внедрении программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников в воспитательный и образовательный процесс общеобразовательных организаций.

База проведения исследования – Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 53 имени 96-й танковой бригады Челябинского комсомола, г. Челябинска». Выборка состоит из обучающихся 8-9 классов, в количестве 32 человека.

Структура выпускной квалификационной работы: титульный лист, оглавление, введение, основная часть (три главы), заключение, библиографический список: 72 источника, 5 приложений, полный объем диссертации составляет 138 страниц.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

## 1.1 Проблема управления процессом профессионального самоопределения в психолого-педагогической литературе

Сегодня, выбирая профессию, молодые люди встречаются на своем пути множество затруднений. Очень многие старшеклассники зачастую не могут дать своим способностям объективную оценку и, как следствие, это приводит к неправильному выбору дальнейшей профессиональной деятельности. Известно, что до 20 века свободного выбора профессии как такового не было. Обычно он осуществлялся в зависимости от классовой принадлежности или социального происхождения человека. А уже в 20 веке проблема профессионального самоопределения получила научное исследование. Впервые вопросами профориентации и профессионального самоопределения занимались в лабораториях и профориентационных службах, находящихся во Франции и Соединенных Штатах Америки [цит. по 30, с. 24].

Одной из причин появления профориентационных служб является: стремительный рост промышленности, возникновение проблемы отбора специалистов со стороны работодателя, миграция сельских жителей в города, появление проблемы поиска и выбора работы. Психологическая же причина возникновения служб профориентации стоит в том, что перед людьми возросла проблема свободы выбора [цит. по 48, с. 142].

Как следствие перед личностью предусматривается ответственность за совершенный ею выбор. Это порождает страх и напряженность, что в дальнейшем может привести к различным неврозам и психологическим срывам. Не все индивиды готовы к такой ответственности, поэтому возникла потребность в помощниках, которые значительно облегчили бы эту задачу.



На сегодняшний день наблюдается положительная и довольно успешная работа службы профориентации. К примеру, в общеобразовательных школах обязательно проводится диагностика способностей и склонностей обучающихся; в больших городах начинают работу специальные экспериментальные площадки, где изучаются проблемы личностного и профессионального выбора. Все это предоставляет возможность для активизации профессионального и личностного самоопределения.

В процессе развития общества проблема профессионального самоопределения все больше усложнялась, поэтому постепенно появляются новые определения и грани вышеописанной проблемы. Перед тем как теоретически исследовать понятие профессионального самоопределения, рассмотрим, что же такое самоопределение в целом.

Термин самоопределения используется в различных областях науки: в социологии, педагогике, психологии (для обозначения процесса взросления личности) и т.д. С.В. Панина дает следующее определение этому понятию: «Самоопределение – это процесс, в котором личностью осуществляется выбор на основе осознания и сопоставления своих способностей, возможностей и потребностей с общественными запросами, что определяется системой его ценностных ориентаций». Так можно сказать, что самоопределение – это процесс и результат поиска личностью профессионального, социального и личностного статусов в жизни [42, с. 8].

Н.А. Дебердеева и Е.Л. Пожарская в своем исследовании предоставляют иной термин: «Самоопределение – это психологический процесс, развивающийся во времени, поэтому в раннем юношеском возрасте возникает не само самоопределение, а только психологическая готовность к нему. Готовность к профессиональному самоопределению подразумевает формирование у старшеклассников сознательно

выработанных представлений о себе и своем месте в социуме, видение жизненных перспектив и определение личных ценностей» [19, с. 52].

В целом самоопределением можно обозначить, как умение быстро реагировать на социальные и культурные изменения в обществе, соотносить их со своими способностями, потребностями и осуществлять какой-либо выбор, с помощью овладения необходимыми навыками.

Перейдем к понятию профессионального самоопределения, многие исследователи рассматривают его по-разному.

Д.А. Леонтьев отмечает следующее: «Профессиональное самоопределение – сложный динамический процесс становления личностью системы своих значимых отношений к профессионально-трудовой среде, развития, самореализации физических и духовных возможностей, формирования им адекватных профессиональных планов, реалистичного образа себя как профессионала» [цит. по 57, с. 175].

Э.Ф. Зеер пишет: «Профессиональное самоопределение – это сознательное и самостоятельное согласование профессионально-психологических возможностей личности с содержимым и условиями профессионального труда, а также нахождение смысла осуществляемой деятельности в определенной социально-экономической ситуации» [27, с. 178].

Н.С. Пряжникова в своей работе обозначает следующее: «Сущность профессионального самоопределения состоит в поиске и обнаружении личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже осуществляемой трудовой деятельности, а также нахождение смысла в самом процессе самоопределения» [48, с.145].

Рассмотрим понятие профессионального самоопределения, предложенное А.М. Кухарчук и А.Б. Ценципер: «Профессиональное самоопределение – процесс самостоятельного выбора профессии, который осуществляется в результате тщательного анализа своих внутренних

ресурсов, в том числе и способностей, а также соотношения их с требованиями профессии» [цит. по 53].

Наиболее полно термин профессионального самоопределения преподносит группа ученых под руководством В.А. Полякова и С.Н. Чистяковой. Они дают следующее определение: «Профессиональное самоопределение – это процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой сфере и способ ее реализации, составная часть целостного жизненного самоопределения» [цит. по 40, с. 13].

В своих работах З.Р. Максимова утверждает следующее: «Профессиональное самоопределение – это процесс и результат ценностно-психологического вхождения личности в определенную профессиональную роль, ее самоидентификация с этой ролью» [цит. по 57, с. 175].

Е. Гинзберг предлагает следующее понятие: «Профессиональное самоопределение – это система решений личности на каждом этапе жизненного пути, основанных на поиске компромисса между интересами, потребностями, возможностями индивида и социального окружения» [цит. по 26, с. 76].

При этом подходе процесс профессионального самоопределения является необратимым, так как каждое предпринятое решение потребует существенных затрат времени, усилий и ресурсов. Можно с уверенностью сказать, что профессиональное самоопределение рассматривается как целостное проявление и неотъемлемая часть личностного и жизненного самоопределения.

Для того чтобы получать удовольствие и счастье от профессиональной деятельности необходимо достигать новых целей в своей специальности, совершенствовать свои умения и навыки владения определенными, профессиональными способностями, а не стараться сделать свое профессиональное дело привычным и «серым». Ведь

профессия всегда играет одну из важнейших ролей в жизни личности и как следствие оказывает огромное влияние на его самочувствие и психологическое состояние. Осознанно и удачно выбранная специальность способствует формированию позитивного представления человека о самом себе, повышает чувство самоуважения, усиливает уровень удовлетворенности жизнью, а также минимизирует частоту психических и физических проблем со здоровьем.

Процесс профессионального самоопределения осуществляется длительный период в жизни человека – от появления профессиональных склонностей и интересов в детском возрасте, до окончательного выбора профессиональной деятельности в период зрелости. Рассматривая профессиональное самоопределение современного старшеклассника, следует учитывать, что на его выбор влияют различные факторы, которые берут свое начало в личностной, образовательной, социальной, экономической и даже политической сферах общества [цит. по 20, с. 1].

К примеру, Н.Н. Сеничева и Д.В. Соколова в своей работе выделяют следующие факторы, влияющие на профессиональное самоопределение:

- 1) осознание ценности общественно-полезного труда;
- 2) общее ориентирование в социально-экономической ситуации страны;
- 3) осознание необходимости общей и профессиональной подготовки для полноценного самоопределения и самореализации;
- 4) общая ориентировка в мире профессионального труда;
- 5) выделение дальней профессиональной цели (мечты);
- 6) согласование мечты с другими важными жизненными целями;
- 7) знание о внутренних препятствиях, осложняющих достижение избранной цели и т.д. [55, с. 4].

В своем научном исследовании Е.А. Климова утверждает, что существует восемь психологических нюансов в процессе профессионального выбора. Они обусловлены тем, что старшеклассник

принимает во внимание не только сведения об особенностях различных профессий, но и обилие другой информации.

1. Позиция родителей. Безусловно, родители всегда несут ответственность за то, каким образом складывается жизнь их ребенка. Довольно часто встречаются семьи, в которых родители предоставляют ребенку полную свободу выбора, тем самым предполагая становление у него таких качеств, как самостоятельность, ответственность и инициативность. Но случается и так, что родители не дают своего согласия на какой-либо выбор ребенка. Они навязывают ему свои предпочтения, несбывшиеся мечты, что в дальнейшем способствует, абсолютно, неподходящему для ребенка выбору специальности. Именно поэтому навязчивая позиция и установки родителей мешают правильному профессиональному становлению ребенка.

2. Позиция товарищей, друзей (сверстников). Не следует исключать позиции сверстников и друзей, влияющие на профессиональный выбор. Так как процесс профессионального самоопределения происходит в раннем юношеском возрасте, а зачастую и в подростковом возрасте, когда человек больше всего зависим от мнения референтной группы, то оказываемое на старшеклассника влияние очень часто становится причиной выбора неподходящей профессии. Нередко, именно позиция микрогруппы может стать решающей в профессиональном самоопределении.

3. Позиция учителей, классного руководителя. Учителя, а в особенности классные руководители, ежедневно наблюдают за поведением обучающихся, их предпочтениями, а также вербальными и невербальными проявлениями. На основе этого они могут проанализировать полученную информацию и наметить наиболее подходящую специальность для своих подопечных. Учителя зачастую владеют той информацией, которая недоступна учащимся, поэтому их мнение также играет определенную роль.

4. Личные профессиональные планы. Естественно, намеченные самим старшеклассником планы и перспективы ближайшего будущего играют важную роль в профессиональном самоопределении, и их не стоит исключать в процессе выбора.

5. Способности и склонности. Таланты, возможности, склонности и способности старшеклассников необходимо подмечать, анализировать и развивать не только в учебной деятельности, но и за пределами образовательного заведения. Многие именно на основе собственных способностей начинают намечать будущую профессию.

6. Уровень притязаний на общественное признание. Соотнесение своих способностей с выбираемой специальностью должны быть адекватными, так как первая ступень профессиональной подготовки часто начинается именно с этого процесса. Старшеклассники должны четко знать, с какой профессиональной деятельностью они могут справиться, а на что их сил и возможностей не хватит.

7. Информированность. Главной обязанностью старшеклассников, педагогического коллектива, а нередко и родителей является информированность об особенностях той или иной профессии [цит. по 4, с. 202].

Нередко возможно проявление затягивания и откладывания старшеклассниками профессионального самоопределения. В основном, вышеописанный феномен происходит у личностей с общей незрелостью, инфантильностью поведения и нарушением социальных ориентаций. Если на такого ребенка начнется давление со стороны родителей и знакомых, то это может вызвать рост тревожности, полный отказ от самоопределения, стресс, уход в различные хобби, а также нарушение психологического здоровья. Преждевременное профессиональное самоопределение также имеет свои недостатки. Возможно, ярое нежелание рассмотреть и проанализировать другие профессии, а также категоричность выбора, являются своего рода психологическими, защитными механизмами,

средством ухода от мучительных колебаний. В дальнейшем это приведет к разочарованию в поспешно выбранной профессии, так как человек, в виду своей категоричности, не получил достаточной информации о других специальностях.

От того, насколько правильно был сделан профессиональный выбор, зависит ценность личности в обществе, ее статус в социуме, удовлетворенность профессиональной деятельностью, физическое и психическое здоровье. Неправильность профессионального выбора порождает за собой нежелание работать, повышенный уровень утомляемости, снижение работоспособности и, как следствие, уход из профессии в поисках более подходящей деятельности.

Н.В. Кармазина, Т.В. Шушара и Т.В. Коваль в своем исследовании отмечают: «Профессиональное самоопределение является важнейшей составной частью жизненного самоопределения. Молодые люди, стоящие перед проблемой профессионального выбора, в большинстве случаев, оказываются, не готовы к принятию зрелого, ответственного решения и как следствие, нуждаются в профессиональной помощи» [30, с. 27].

Профессиональное самоопределение находится в тесном взаимоотношении с процессом построения карьеры. Карьера как профессиональный рост дает информацию о высокой квалификации специалиста. Также карьера это достижение определённого статуса в профессиональной деятельности, занятие определённой профессиональной должности. А для того, чтобы построить успешную карьеру человеку необходимо совершить осознанный профессиональный выбор. Некоторые исследователи говорят о том, что процесс выбора профессии подразделяется на определенные этапы, которые начинаются в раннем юношеском возрасте. Продолжительность этих этапов во многом зависит от индивидуальных особенностей индивидов и внешних условий выбора профессии.

В своем исследовании Н.А. Суханова выделяет следующие этапы выбора профессии:

1) первичный выбор профессии (проявляется в младшем школьном возрасте) – характеризуется малодифференцированным представлением о мире профессий, ситуативным представлением о внутренних ресурсах, необходимых для какой-либо профессии, неустойчивостью профессиональных намерений;

2) этап профессионального самоопределения (проявляется в раннем юношеском возрасте) – характеризуется возникновением и формированием профессиональных намерений и первоначальной ориентировки в различных сферах труда;

3) профессиональное обучение – осуществляется после получения школьного образования для освоения выбранной профессии;

4) профессиональная адаптация – характеризуется формированием индивидуального стиля деятельности, преобладанием системы производственных и социальных отношений;

5) самореализация в труде – характеризуется выполнением или невыполнением ожиданий, связанных с профессиональным трудом [60, с. 163].

Профессиональное самоопределение осуществляется не только в юношеском возрасте, этот процесс охватывает большой промежуток времени и может длиться до периода зрелости. Конечно, изначально профессиональный выбор мы осуществляем в юности, но будет ли этот выбор правильным и подходящим предсказать невозможно. Подходить к этому процессу необходимо с ответственностью и осознанностью. Ведь выбор профессии, осуществляемый в результате анализа внутренних ресурсов и путем соотнесения их с требованиями профессии, является основой самоутверждения человека в обществе, одним из главных решений в жизни.



Необходимо отметить, что проблема профессионального самоопределения является довольно сложной для многих обучающихся, поэтому им необходима своевременная и грамотная психологическая поддержка. Правильная организация психологической поддержки позволит осуществить процесс выбора профессии более последовательным и обоснованным, выявить истинные мотивы выбора, реальные профессиональные возможности и образовательные потребности старшеклассников. Результатом психологической поддержки профессионального самоопределения должна стать готовность к профессиональному выбору [цит. по 26, с. 6].

Профессионально построенная и осуществленная психологическая поддержка, способствует развитию у старшеклассников системы основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, самореализации духовных и физических возможностей, формированию адекватных профессиональных планов и намерений, реалистичного образа себя как профессионала с учетом своих психофизиологических особенностей и интересов [цит. по 13, с. 3].

Еще одним условием для того, чтобы старшеклассники смогли правильно осуществить выбор профессиональной деятельности, является грамотное управление этим процессом. Управление процессом профессионального самоопределения позволит более полно и интенсивно осуществить этот непростой этап в жизни старшеклассников. Определенно, управление процессом профессионального самоопределения приносит пользу только тогда, когда вся деятельность будет строиться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся и динамической функциональной структуры их личности. Преподавателям необходимо владеть знаниями субъективных и объективных факторов, которые являются составляющими процесса управления. К субъективным факторам относят способности обучающихся, их интересы, характер, возможности, личностные особенности, мотивы и т.д. Воспитание, социальный и

экономический статус, условия жизни обучающихся относятся к объективным факторам содержания управления.

По-мнению Е.С. Фомовой, в процессе управления профессиональным самоопределением старшеклассников необходимо решить следующие задачи:

1) помочь обучающимся в приобретении знаний и умений основ психологии самоопределения;

2) включать в программу специально-организованную деятельность, которая предоставит возможность для получения знаний о себе и существующих профессиях;

3) помочь в составлении индивидуального маршрута профессионального становления личности;

4) предоставлять знания и умения, позволяющие обучающимся адаптироваться в различных профессиональных и жизненных ситуациях [64, с. 7].

Таким образом, изучив психолого-педагогическую литературу, можно сказать, что профессиональное самоопределение рассматривается как процесс формирования личностью своего отношения к какой-либо профессиональной деятельности и осуществляется с помощью соотнесения своих способностей с требованиями этой профессии. Профессиональное самоопределение невозможно осуществить моментально, он занимает продолжительный период и имеет большое значение в жизни человека. Ведь от того насколько осознанно и удачно личность выберет будущую профессиональную деятельность зависит качество ее дальнейшей жизни. Осуществить профессионального самоопределения не так просто, т.к. оно осложняется различными жизненными факторами людей, а также нестабильной и чрезвычайно изменчивой ситуацией на рынке труда.

## 1.2 Особенности процесса профессионального самоопределения старшекласников

Рассматривая возрастные особенности профессионального самоопределения старшекласников, необходимо отметить, что термин старшекласник является учебным статусом, а в своем исследовании мы рассматриваем психологические особенности возрастных проявлений, поэтому далее исследуется ранний юношеский возраст. Юность – является возрастным периодом человека, определяющий переход от детства к самостоятельной, взрослой жизни. Исследованием юношеского возрастного периода занимались такие ученые как: Б.Г. Ананьев, З.Ф. Исаева, И.С. Кон и многие другие. В настоящее время существует большое количество возрастных периодизаций, их характеристикой занимались как зарубежные, так и отечественные ученые, среди которых Г.С. Абрамова, Л.С. Выготский, И.В. Дубравина, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и другие. Попытки создания возрастных периодизаций предпринимались в разное время, в настоящий момент нет единой позиции и общепринятой классификации возрастных периодов развития человека. Рассмотрим некоторые из выдвинутых классификаций.

И.Ю. Кулагина предлагает следующую периодизацию юношеского возраста: «старший школьный возраст – ранняя юность (16-17 лет), юность – от 17 до 20-23 лет». В свою очередь, у Л.С. Выготского существует следующая классификация: «ранняя юность (от 14-ти до 18-ти лет) и поздняя юность (от 18-ти до 23 лет)». В.С. Мухина определяет юность как «период после отрочества до взрослости (возрастные границы от 15-16 до 21-25 лет)» [цит. по 18].

Изучив подробнее возрастную периодизацию юношеского возраста различных исследователей, можно выделить, что большинство авторов считают нижней границей юности возрастной период с 14-18 лет, когда начинает формироваться первичная социализация. Т.В. Малютина

отмечает: «К верхнему пределу относятся возраст до 24-25 лет, в момент которого происходит усвоение семейных, культурных, профессиональных и других функций» [36, с. 130]. В дальнейшем в работе мы будем опираться на классификацию возрастной периодизации юности, обозначенную Л.С. Выготским. Рассмотрим определение понятия юность, юношеский возраст, ранняя юность.

В.С. Мухина описывает юность так: «Это период жизни человека, размещенный онтогенетически между отрочеством и взрослостью. Именно в юности происходит становление людей как личностей. Когда молодой человек, пройдя сложный путь онтогенетической идентификации других людей, присвоил от них социально значимые свойства личности, способность к сопереживанию, к активному нравственному отношению к людям, к самому себе и к природе; способность к усвоению конвенциональных ролей, норм, правил поведения в обществе» [цит. по 39, с. 36]. Так, перед молодыми людьми стоят такие важные задачи как: выбор спутника жизни, становление профессиональной и жизненной позиции, а также создание собственной семьи.

Термину юность И.М. Кондаков дает следующее определение: «Юность – это один из самых трудных и сложных возрастов, который представляет собой завершающий период становления личности. Одновременно с этим это самый ответственный период, потому что именно в нем закладываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу, регулируются черты характера и основные формы межличностного поведения» [цит. по 35, с. 42].

Юношеский период очень часто характеризуется промежуточной границей между позицией взрослого и позицией ребенка. В начале развития у молодых людей преобладает роль ребенка, но с усложнением их жизнедеятельности происходит расширение диапазона интересов и

социальных ролей, что в свою очередь ведет к тому, что роль взрослого начинает проявляться намного чаще.

В.И. Долгова, О.Д. Бушуева и В.К. Шаяхметова в своей работе отмечают: «Юношеский возраст является периодом, в котором обнаруживаются и интенсивнее проявляются лидерские качества, а также происходит формирование самооценки» [23, с. 147].

В своей работе Е.В. Барсукова пишет: «Ранняя юность – это период взросления, который совпадает с учебной в школе, сопровождается формированием гормонального баланса в растущем организме» [5, с. 19].

Период ранней юности оказывает огромное влияние на формирование личности в процессе социализации в связи с осуществлением выбора профессии, системы ценностей и т.д. Так изучение процесса саморазвития личности в ранней юности приобретает особую важность, ведь в этом возрасте происходят процессы самопознания и самоопределения.

Е.В. Смирнова и О.В. Шурыгина утверждают: «Период ранней юности включает в себя формирование духовно-нравственной культуры личности, активное проявление эмпатии, усвоение и следование правилам и нормам поведения в обществе, в котором живет молодой человек» [56, с. 131].

В процессе прохождения периода раннего юношеского возраста происходит перестроение прежнего отношения к себе и к миру. Особое внимание сосредоточено на становлении мотивационной сферы личности: поиск своего «места» в жизни, развитие самосознания и морального сознания, формирование мировоззрения, имеющего особое влияние на познавательную деятельность. Как отмечает О.В. Хухлаева, примерно к 14-15 годам отношение старшеклассников к своему будущему меняется: формируются такие важнейшие новообразования, как психологическая перспектива, внутренняя позиция и способность к целеполаганию [цит. по 3, с. 124].

В.В. Столин, в своем исследовании, обозначает: «Ранняя юность определяется взаимодействием речи и мышления. Девушки и юноши пытаются мыслить логически, заниматься самоанализом и теоретическими рассуждениями, относительно свободно размышляют на различные темы. Им без труда дается умение выполнять общие выводы на основе частных посылок и, наоборот, переходить к частным умозаключениям на базе общих предпосылок» [58, с. 186].

Т.В. Малютина, говоря об особенностях раннего юности, выделяют в своей работе следующее: «Наиболее важным новообразованием этого возрастного периода представляется становление самопознания, сутью которого является установка по отношению к самому себе, открытие своего «Я», представление о своей индивидуальности и личностных качествах. Также к новообразованиям ранней юности относится возникновение жизненных планов, а в этом проявляется установка на сознательное построение собственной жизни, как возникновение начала поиска ее смысла» [36, с. 132].

О.В. Хухлаева описывает важное новообразование молодости – достижение социальной зрелости. В период юности человек впервые вступает в контакт с обществом непосредственно, и основной задачей является решение социально-значимых задач: получение образования, выбор будущей профессии, создание семьи. Молодой человек входит во взрослую жизнь не только в сознании, но и принимает в ней непосредственное участие [66, с. 67].

Общепринятым стало рассматривать личностное самоопределение как основное психологическое новообразование периода ранней юности, поскольку именно в нем заключается то существенное, что появляется в жизни молодых людей. Это во многом характеризует социальную ситуацию развития, в которой происходит формирование личности в этот период [цит. по 8, с. 43].

В период ранней юности от человека требуется, прежде всего, самоопределение – выбор профессии и дальнейшее направление жизненного пути. С вопросами самоопределения человек впервые сталкивается в подростковом возрасте. В этот возрастной этап происходит мысленная «примерка» на себе различных видов профессий, подростки начинают представлять, кем они будут в будущем, какое место они займут в жизни.

Процесс самоопределения в психолого-педагогической литературе встречается в разнообразных аспектах. Так, существуют общественное, трудовое, семейное, нравственное, религиозное, личностное и другие виды самоопределения. После такого, как старшеклассник совершит выбор профессиональной деятельности, перед ним в течение жизни начинают разворачиваться проблемы выбора следующих видов самоопределения.

Завершение подросткового периода и начало раннего юношеского возраста можно проследить по следующим основным симптомам. Один из них заключается в том, что в ранней юности наблюдается значительное снижение межличностных конфликтов и в гораздо меньшей степени преобладает негативизм во взаимоотношениях с окружающими людьми. Рассматривается значительное улучшение общего физического и эмоционального самочувствия юношей и девушек, повышаются их коммуникативные качества и самооценка. Отмечается увеличение уровня разумности и сдержанности в поведении. Все это говорит о том, что кризис подросткового возраста миновал или идет на убыль. Именно в ранний юношеский период молодые люди начинают активно и сознательно планировать свое будущее, а также вырабатывать стратегии жизненного пути. В основном ее выбор зависит от личностных качеств, индивидуального опыта и влияния внешних условий жизни человека. Юноши и девушки акцентируют свое внимание на такие учебные предметы и виды деятельности, которые понадобятся им в будущей профессии.

Профессиональное самоопределение предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой, самой привлекательной специальности. Старшекласснику необходимо ориентироваться в различных профессиях, что не так просто, поскольку в основе отношения к профессиям лежит не свой собственный, а чужой опыт – сведения, полученные от родителей, друзей, знакомых, из телепередач и т.д. Этот опыт обычно не прочувствован и не пережит самим ребенком. Кроме того, необходимо верно оценивать свои объективные возможности – уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи, а также свои способности и склонности.

Человек, в период ранней юности, должен прекрасно понимать, что содержание будущей жизни, прежде всего, зависит от того – сумеет ли он правильно выбрать профессию. Какой бы легкомысленной и беспечной не выглядела личность, выбор профессии ее главная и постоянная забота.

Как отмечал И.С. Кон, в периоде ранней юности созревают когнитивные и личностные предпосылки для самоопределения личности. Процесс самоопределения активным образом влияет на жизнестойкость личности, который зависит от смысловых ориентаций молодых людей. Ранняя юность выступает благоприятным периодом для формирования психического здоровья, необходимого для успешной адаптации в обществе и преодоления жизненных кризисов [цит. по 59, с. 45].

Большинство юношей и девушек к концу обучения в основном общеобразовательном учреждении уже определяются с выбором профессии. В идеале у обучающихся уже должны сложиться профессиональные предпочтения и склонности. К сожалению, они не всегда являются достаточно осознанными и окончательными. Конечно, выбор профессии осуществляется не только по собственным интересам и предпочтениям выпускников школы. Но в большинстве случаев юношей и



девушек интересует сам факт получения высшего образования в каком-либо «престижном вузе». Это является стартовой точкой в процессе заработка больших денег и карьерного роста личности. Так многие люди тратят свое время на ненавистной работе только потому, что она предполагает высокую заработную плату. В дальнейшем именно пребывание на работе, которая не приносит ни грамма удовольствия, может повлечь за собой проблемы связанные с психологическим здоровьем (постоянные стрессы, нервозность, депрессия, апатия и т.п.), соматическим здоровьем (усталость, проблемы с волосами и кожей и т.д.), межличностными отношениями и т.д.

Осознанное стремление к становлению жизненных целей, соотнесение их со своими внутренними силами и желаниями требует серьезной работы. В конце концов, от этого процесса зависит становление способности самостоятельно мыслить, и выработка собственного, цельного мировоззрения. Необходимо отметить, что вступление в самостоятельную жизнь предполагает процесс выявления у юношей и девушек то, к какой деятельности они пригодны, какие у них имеются склонности и способности. Это, в свою очередь, заставляет задуматься о собственной значимости и приводит к реализации процесса самоопределения.

Таким образом, ранняя юность является одним из самых сложных этапов в жизни человека, ведь в этот период окончательно определяется физическое и психическое развитие человека, а также происходит становление его дальнейшей жизни. Основным новообразованием в ранней юности является готовность к профессиональному самоопределению. Она включает в себя потребность старшеклассников занять внутреннюю позицию взрослого, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности, наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

### 1.3 Модель управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников

Моделирование как процесс находит свое применение в самых различных областях науки и практики. Для того чтобы перейти к изучению и построению этого процесса необходимо для начала рассмотреть понятие модели.

А.В. Петровский и М.Г. Ярошевский преподносят следующее определение понятия модель: «Это примитивный мысленный или знаковый образ объекта или системы объектов, использующийся в качестве их «заместителя» и средства оперирования» [цит. по 49, с. 89].

Создание модели помогает исследователям при изучении какого-либо феномена, так как именно с ее помощью, можно в упрощенном виде рассмотреть структуру объекта, его свойства и взаимосвязь между другими элементами.

Модель может быть представлена в виде материальной и идеальной формы. Материальная или предметная форма модели воспроизводит физические, геометрические, функциональные и динамические характеристики объекта. Идеальная же модель является знаковым или описательным представлением объекта и позволяет исследователям оперировать процессами, не представленными в материальной форме, а выступающими их мыслительными представлениями. С помощью таких моделей является возможным выделять отдельные характеристики, проводить их анализ, оценивать и прогнозировать будущие результаты [цит. по 22, с.42].

Собственно моделирование можно представить как процесс представления, имитирования систем с помощью построения, изучения и преобразования их моделей, в которых воспроизводятся принципы организации и функционирования этих систем [цит. по 32, с.123].

Моделирование в педагогике представляет собой создание идеальной модели, которая будет включать в себя приемы, условия и способы педагогического взаимодействия между участниками образовательного и воспитательного процесса.

Обращение к процессу моделирования имеет большие преимущества, так как:

1) модель позволяет провести исследование психических процессов с большим уровнем неопределенности и неизвестными закономерностями, которым они подчиняются;

2) модель позволяет исследователям производить более доступные и легкие для манипуляции процессы с аналогом психического явления;

3) модель значительно облегчает создание и проверку гипотез, так как является единством теории и практики, что в свою очередь повышает эффективность формализации и уточнению данных о явлении исследования;

4) построение модели способствует более доступному пониманию внутренней и внешней организации и обусловленности изучаемого процесса.

Несмотря на эти и многие другие преимущества, возможности моделирования как средства исследования психики пока используются очень ограниченно. Это связано с общими трудностями проникновения методов точных наук, к которым исходно и относилось моделирование, в гуманитарные науки. Решение этих проблем представляется возможным только с помощью приближения метода моделирования к особенностям моделируемых в исследовании объектов [цит. по 32, с.123].

Организация модели управления процессом профессионального самоопределения возникает с построения «дерева целей». Этот метод способствует грамотной организации целей и задач, чтобы увидеть и скорректировать последовательный план дальнейшего исследования.

Метод «дерева целей» основан на принципе разделения общей цели системы управления на подцели, которые, в свою очередь, делятся на цели нижележащих уровней. Ч.У. Черчмен пишет: «Этот метод выполняет важную роль при исследовании систем управления, так как деятельность организации сводится к достижению сформулированных целей. Использование метода «дерево целей» позволяет получить устойчивую структуру целей, которая будет относительно стабильна на каком-то промежутке времени при происходящих изменениях» [цит. по 52].

Выявим генеральную цель нашего исследования.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность сконструированной модели и разработанной программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

1. Определить теоретические предпосылки исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

1.1. Исследовать психолого-педагогическую литературу по проблеме управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

1.1.1. Рассмотреть историю возникновения профессионального самоопределения в психолого-педагогической литературе.

1.1.2. Изучить понятие профессионального самоопределения авторов отечественных и зарубежных исследований.

1.1.3. Ознакомиться с факторами, влияющими на профессиональное самоопределение.

1.1.4. Исследовать управление процессом профессионального самоопределения в психолого-педагогической литературе.

1.2. Изучить особенности процесса профессионального самоопределения старшеклассников.

1.2.1. Рассмотреть различные периодизации юношеского возраста.

1.2.2. Исследовать понятия юность, юношеский и ранний возраст в психолого-педагогической литературе.

1.2.3. Выявить особенности юношеского возраста, влияющие на профессиональное самоопределение.

1.3. Разработать модель управления процессом профессионального самоопределения.

1.3.1. Изучить понятие модель, моделирование и дерево целей в психолого-педагогической литературе.

1.3.2. Построить дерево целей исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

1.3.3. Разработать модель профессионального самоопределения старшеклассников.

2. Провести организацию исследование управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

2.1. Определить этапы, методы, и методики исследования.

2.1.1. Выявить этапы исследования и описать, проведенную на этих этапах деятельность.

2.1.2. Выбрать методы исследования процесса профессионального самоопределения старшеклассников.

2.1.3. Провести отбор методик исследования профессионального самоопределения старшеклассников и описать каждую из них.

2.2. Составить характеристику выборки и результатов констатирующего эксперимента.

2.2.1. Осуществить и проанализировать опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского

2.2.2. Осуществить и проанализировать опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой

2.2.3. Осуществить и проанализировать методику «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально

ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель.

3. Осуществить опытно-экспериментальное исследование управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

3.1. Разработать программу управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

3.1.1. Написать аннотацию к программе управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

3.1.2. Разработать тематический план программы.

3.2. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

3.2.1. Провести анализ результатов контрольного этапа эксперимента.

3.2.2. Провести математико-статистическую обработку данных, полученных на контрольном этапе эксперимента.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения и психолого-педагогические рекомендации педагогам по управлению процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

На основе генеральной цели и входящих в нее подцелей первых, вторых и третьих уровней, разработано «дерево целей» нашего исследования.



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников

При разработке программы управления процессом профессионального самоопределения учитывались следующие принципы:

1. Деятельностный принцип. Он обуславливает подходы к построению и структуре процесса обучения с учетом ведущего вида деятельности каждого возрастного периода.

2. Принцип дифференцированного подхода. Этот принцип позволяет учесть индивидуальные и возрастные особенности развития обучающихся.

3. Принцип усложнения. Он означает, что каждое задание должно проходить ряд этапов от минимально простого к максимально сложному.

4. Принцип личностно-ориентированного обучения. Этот принцип, реализуется с учетом личностных особенностей обучающихся.

Построение программы в соответствии с указанными принципами должно обеспечивать социальную направленность профессионального самоопределения старшеклассников.

Так, нами была разработана модель управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников (рисунок 2), включающая в себя теоретический, диагностический, практический и аналитический блоки.

Теперь охарактеризуем блоки осуществляемой модели:

1. Теоретический блок:

Цель: определение теоретических предпосылок исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Для того чтобы выполнить цель на этом этапе исследования необходимо выполнить следующие задачи:

1) исследовать психолого-педагогическую литературу по проблеме управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников;

2) изучить особенности процесса профессионального самоопределения старшеклассников;

3) разработать модель управления процессом профессионального самоопределения.

Методы: анализ литературы, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание.





Рисунок 2 – Модель

1. Опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского.

2. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой.
3. Методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланд, модификации А.А. Азбель.

Методы: констатирующий эксперимент, тестирование, беседа, опрос.

### 3. Формирующий блок:

Цель: разработка и реализация программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Методы: формирующий эксперимент, психогимнастические игры, психотехнические упражнения, групповые дискуссии, беседы.

Охарактеризуем, предоставленные в практическом блоке, методы исследования.

Б.С. Волков выделяет следующее определение понятия беседа: «Это метод сбора информации о психических явлениях в процессе личного общения по профессионально составленной программе» [13, с. 31].

Понятию групповая дискуссия С.Н. Мельник дает следующее определение: «Это совместное обсуждение какого-либо вопроса, которое позволяет прояснить или изменить мнения, установки и позиции участников группы в процессе непосредственного общения» [38, с. 19].

### 4. Аналитический блок:

Цель: проверка эффективности программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Задачи:

- провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования;
- составить рекомендации педагогам по управлению процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Используемые методики:

- опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского;
- опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой;

– методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланд, в модификации А.А. Азбель.

Методы: психологическое тестирование, математико-статистический метод - Т-критерий Вилкоксона.

Таким образом, сформированная нами модель исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников, отражает генеральную цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников. Сконструированные нами «дерево целей» и модель значительно упрощают процесс исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников в дальнейшем.

#### Выводы по 1 главе

Профессиональное самоопределение рассматривается как процесс формирования личностью своего отношения к какой-либо профессиональной деятельности и осуществляется с помощью соотнесения своих способностей с требованиями этой профессии. Профессиональное самоопределение невозможно осуществить моментально, он занимает продолжительный период и имеет большое значение в жизни человека. Ведь от того насколько осознанно и удачно личность выберет будущую профессиональную деятельность зависит качество ее дальнейшей жизни. Осуществить профессионального самоопределения не так просто, т.к. оно осложняется различными жизненными факторами людей, а также нестабильной и чрезвычайно изменчивой ситуацией на рынке труда.

Ранняя юность является одним из самых сложных этапов в жизни человека, ведь в этот период окончательно определяется физическое и психическое развитие человека, а также происходит становление его

дальнейшей жизни. Основным новообразованием в ранней юности является готовность к профессиональному самоопределению. Она включает в себя потребность старшеклассников занять внутреннюю позицию взрослого, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности, наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Сформированная нами модель исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников, отражает генеральную цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников. Сконструированные «дерево целей» и модель значительно упрощают процесс исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников в дальнейшем.

## **ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

### 2.1 Этапы, методы и методики исследования

Для того чтобы планомерно и тщательно провести какое-либо научное исследование необходимо выявить его основные этапы. Исследование управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников включает в себя следующие этапы:

#### 1. Поисково-подготовительный:

- определение темы исследования и предварительная постановка проблемы;
- поиск, подготовка и анализ литературы по проблеме исследования;
- подбор методик для проведения эксперимента;
- выявление цели, задачи, предмета, объекта, методов, методики и гипотеза исследования;
- систематизация отобранного материала, изучение его и составление плана работы.

#### 2. Опытно-экспериментальный:

- определение методик исследования: опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского; опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой; методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель;
- подготовка стимульного материала и инструкции по его проведению;
- выявление круга испытуемых;
- выработка порядка экспериментальных действий;

– практическое применение, сформированной в время исследования, программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников;

– подготовка необходимого экспериментального оборудования.

### 3. Контрольно-обобщающий:

– осуществление интерпретации данных, полученных в результате диагностики;

– получение анализа и выполнение обобщения материала;

– формулирование выводов;

– проверка эффективности программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников;

– подтверждение или опровержение гипотезы исследования.

В момент осуществления нашего исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников мы использовали методы:

1. Теоретические: анализ литературы, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, психологическое тестирование по методикам: «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда в модификации А.А. Азбель, опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского, опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой.

3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем перечисленные методы исследования.

В.И. Долгова в своей работе пишет об анализе литературы следующее: «Это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного или реального расчленения целого на составные

части, выполняемую в процессе познания или предметно-практической деятельности человека» [22, с. 55].

О понятии синтез Е.В. Есина пишет: «Это мыслительная операция, соединение разнообразных сторон объекта и элементов в единое целое» [цит. по 28, с. 136].

А.Б. Амульханова предоставляет следующее определение процессу обобщения: «Это форма отражения общих признаков и качеств явлений действительности, результат мыслительной деятельности» [цит. по 51]. Это познавательный процесс, который приводит к выявлению и означиванию сравнительно фундаментальных свойств внешнего мира. На сегодняшний день больше всего изучены обобщения в форме значений слов.

Е.С. Гладкова указывает следующее определение тестирования: «Это эмпирический метод исследования, диагностическая процедура, заключающаяся в применении тестов. С помощью тестирования является возможным выяснить актуальный уровень развития у человека необходимых навыков, знаний, умений и т.д.» [цит. по 51].

Основная особенность метода эксперимента заключается в том, что исследуемые явления и процессы проверяются в четко управляемой и контролируемой среде.

Констатирующий эксперимент – одна из разновидностей естественного эксперимента, в отличие от других его видов, исследуемые психические явления не только вызываются, но и формируются в условиях проводимого опыта. Констатирующий эксперимент нужен для измерения первоначального уровня развития изучаемого психологического явления, его наличия, а также получение первичных данных для дальнейшего построения формирующего эксперимента [цит. по 50, с. 83].

Формирующий эксперимент – вид эксперимента, с помощью которого можно проследить преобразования психики в процессе динамического воздействия исследователя на участников эксперимента.

Цель такого эксперимента – воспитание и формирование различных сторон психики личности, а также уровней ее деятельности и т.д. [цит. по 50, с. 85].

Д.А. Яценко отмечал: «В научной психологии «методы исследования – это различные научно-обоснованные приемы, теоретические и практические действия исследователя, с помощью которых он может получить достоверную информацию о психологических особенностях изучаемых людей, количественно и качественно ее обработать, сформировать, с ее помощью, соответствующие выводы» [72, С. 17-18].

В нашей исследовательской работе мы использовали психологические методики:

1. Методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель. В основе методики лежит психологическая концепция, объединяющая теорию личности и выбор будущей профессиональной деятельности. Для того чтобы получить результаты по методике изучения профессиональной направленности, испытуемому необходимо выбрать одну наиболее предпочтительную специальность из каждой 45 пары. Обработка результатов проводится на основе подсчета количества плюсов в каждой из шести колонок. По наибольшему количеству плюсов в какой-либо колонке, осуществляется выявление предпочтительного для испытуемого типа личности (реалистический, интеллектуальный, социальный, стандартный, предприимчивый, артистический). Для каждого типа личности предоставляется подходящая ему профессия. Текст методики см. в приложении 1.

2. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой. Представляет собой модифицированный вариант дифференциально-диагностического опросника ДДО Е.А. Климова. Опросник состоит из 50 утверждений, на каждый из которых нужно дать три ответа, оценив их в



соответствующих баллах. Сначала испытуемый оценивает, хорошо ли он выполняет то, что указано в утверждениях. После дает оценку своим ощущениям при выполнении того действия, что указано в утверждениях. Затем испытуемый отражает, хотел бы он, чтобы это утверждение входило в его будущую профессию. Для записи ответов имеется специальный бланк, предоставленный после утверждений. Интерпретация результатов проводится на основе суммы полученных баллов по трем шкалам: оценка своих умений, своего эмоционального отношения, своих профессиональных пожеланий и предпочтений. Если испытуемый шкале умения присваивает 0 баллов, то всё утверждение полностью исключается из обработки. Текст опросника и бланк ответов см. в приложении 1.

3. Опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского. Его целью является определение готовности обучающихся к профессиональному самоопределению. Опросник включает в себя 24 утверждения, на каждое из них испытуемый должен ответить, либо положительно, либо отрицательно, отметив свой выбор плюсом или минусом напротив вопроса. Обработка результатов проводится в соответствии со специальным ключом, предоставленным автором опросника. Текст опросника и бланк ответов см. в приложении 1.

4. Т-критерий Вилкоксона обычно используют в процессе соотношения двух показателей, которые диагностируются в различных условиях, но на одной и той же выборке испытуемых. О.Ю. Ермолаев-Томин пишет, что «Т-критерий Вилкоксона предоставляет возможность установить направленность и выраженность изменений, т.е. этот критерий помогает установить, насколько сдвиг показателей в одном направлении является более интенсивным, чем в другом» [цит. по 50, с. 191].

Таким образом, исследование моделирования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Для определения готовности и направленности профессионального самоопределения старшеклассников были использованы следующие методики: «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель.; опросник «Готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского; опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

В соответствии с темой исследования, выборка состоит из обучающихся 8 и 9 классов в количестве 32 человека, из которых 13 девушек и 19 юношей. Половозрастной состав группы базируется в промежутке от 15 до 17 лет. Обучающиеся проходят обучение в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средней общеобразовательной школы № 53 имени 96-й танковой бригады Челябинского комсомола, г. Челябинска». В 8 классе ярко выраженные лидеры не выявляются, в то время как в 9 классе проявляется один. Отверженных обучающихся нет, но наблюдаются испытуемые, которые отделяются от общей группы в моментах совместного взаимодействия. Отношение двух классов с преподавателями – доброжелательно-деловые, на уроках активны и работоспособны. Общий уровень подготовки к занятиям – средний. В целом, в двух классах преобладает достаточно сплоченное взаимодействие обучающихся друг с другом, но можно заметить подгруппы, отделяющиеся от общего коллектива. Ярко выраженной агрессии в коллективе не наблюдается. Практически все обучающиеся владеют навыками самостоятельного труда. Оба класса ответственно и с интересом подошли к выполнению задания.

На этом этапе исследования был осуществлен констатирующий эксперимент, позволяющий нам определить уровень готовности и профессиональную направленность старшеклассников.

Анализ результатов по опроснику «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского предоставлены на рисунке 3.

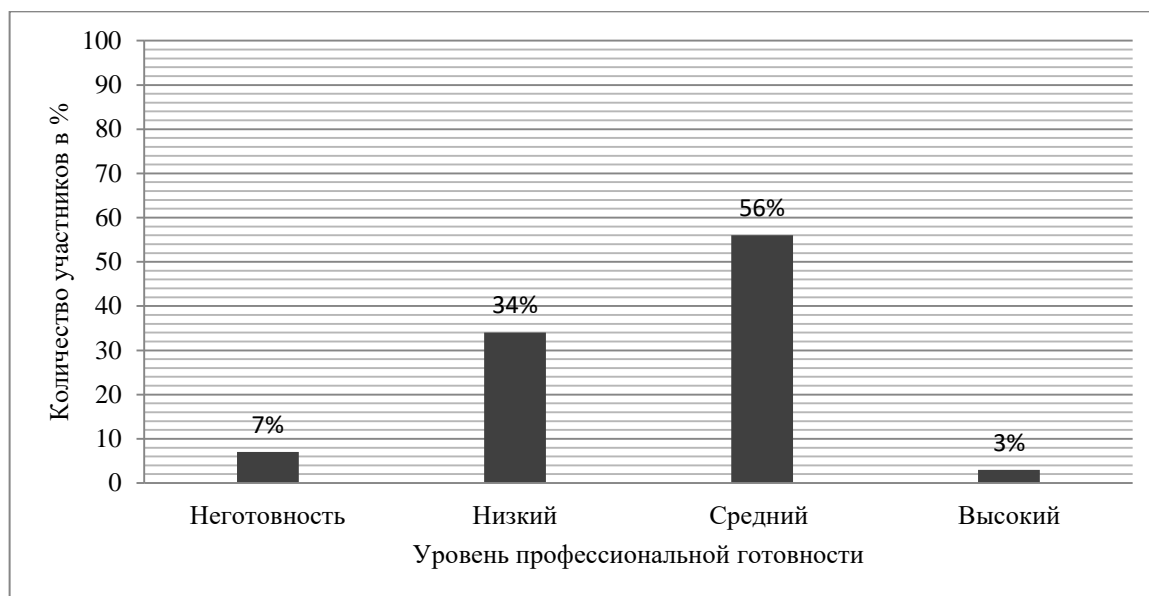


Рисунок 3 – Результаты исследования готовности профессионального выбора старшеклассников по опроснику «Готовности к выбору профессий» В.Б Успенского

Можно заметить, что неготовность к профессиональному самоопределению преобладает у 7 % обучающихся (2 человека) – характеризуется полной неопределенностью себя как специалиста какой-либо профессиональной направленности, отсутствием заинтересованности в исследовании различных видов профессий, а также нечетко выявленным либо полным отсутствием интересов и способностей обучающегося к какой-либо специальности. Низкой готовностью к выбору профессий обладают 34 % испытуемых (11 человек) – характеризуется несформированностью представлений о будущей специальности, отсутствием определенных интересов и качеств, необходимых в какой-то профессиональной деятельности либо их неосведомленность, неуверенность при совершении выбора в пользу определенной профессиональной направленности. У 56 % старшеклассников (18 человек)

выявлен средний уровень готовности к профессиональному самоопределению – он характеризуется достаточной осведомленностью и информированностью человека в интересующей его профессиональной направленности, но некой сомнительностью и неуверенностью в отношении выбора будущей профессии. Высокий уровень готовности к выбору профессии отмечен у 3 % (1 человека) испытуемых – характеризуется полной уверенностью, четко сформированным показателем профессионального выбора, наличием у человека необходимых, для выбираемой профессии, качеств и способностей, осведомленностью личности в определенной профессиональной направленности.

Далее рассмотрим анализ общих результатов определения профессиональной направленности по опроснику «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой, которые предоставлены на рисунке 4.



Рисунок 4 – Результаты определения профессиональной направленности старшеклассников по опроснику «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой

Как мы видим наиболее предпочитаемая профессиональная направленность связана с такой системой, как «человек-знаковая система». Это направление выбрали 32 % испытуемых (10 человек). Представители профессий знаковой системы создают, обрабатывают, размножают,

анализируют, хранят и передают различные виды информации. Для этих профессий необходимы такие характеристики личности как, сосредоточенность, концентрация, переключение и распределение внимания, усидчивость, умение абстрагироваться, аккуратность и т.д. Профессиональную направленность, связанную с системой «человек-техника», выбрали 29 % обучающихся (9 человек). Представители профессий связанных с техникой занимаются ее обслуживанием, ремонтом, установкой и наладкой, управлением. Здесь ценятся такие личностные особенности как, переключение и концентрация внимания, техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части, переносимость однообразия и монотонности и т.д. Качества личности, необходимые при овладении таких профессий, характеризуются устойчивостью, хорошей реакцией и координацией движений, переключаемостью и концентрацией внимания и т.д. У 20 % обучающихся (6 человек) выявлено стремление к такой системе профессиональной направленности, как «человек-человек». Характерной чертой такой деятельности является необходимость непосредственного воздействия на другого человека. Важными являются следующие качества личности: коммуникативные и организаторские способности, эмпатия, эмоциональная устойчивость, доброжелательность, устойчивость и распределение внимания, самообладание и т.д. Профессии, связанные с системой «человек-художественный образ», выбрали 14 % испытуемых (4 человека). Деятельность представителей этой группы профессий, направлена на создание художественных образов, переработку и тиражирование. Чтобы превосходно овладеть профессией, относящейся к системе «человек-художественный образ», необходимы следующие качества личности: эмоциональная лабильность, творческое воображение, образная память и т.д. У 11% обучающихся (3 человека) выявлено стремление к такой системе профессиональной направленности, как «человек-природа». Она объединяет все профессии, представители

которых имеют дело с объектами, явлениями и процессами живой и неживой природы. Человек, выбирающий такую специальность, должен обладать любовью к природе, наблюдательностью, активностью, выносливостью и т.д.

Теперь рассмотрим анализ общих результатов профессиональной направленности по методике «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель, предоставленный на рисунке 5.

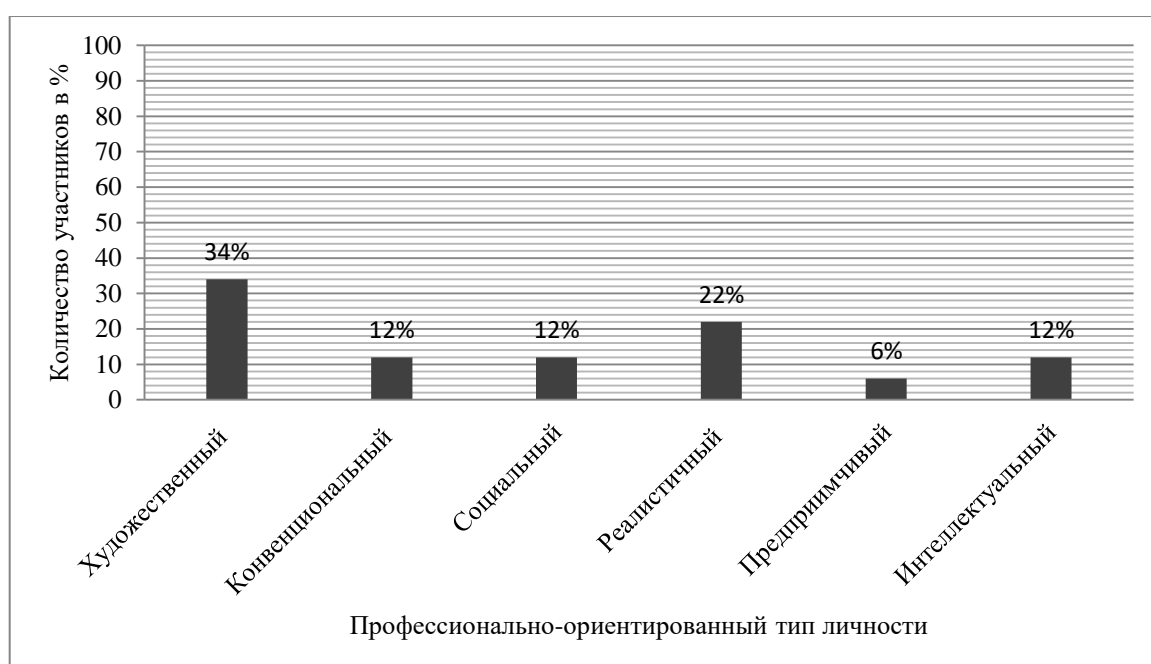


Рисунок 5 – Результаты определения профессиональной направленности старшеклассников по методике «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азабель

Заметно, что у большинства обучающихся преобладает художественный профессионально-ориентированный тип личности, который имеют 34 % испытуемых (11 человек). Люди этого типа характеризуются оригинальностью, независимостью, редкой ориентацией на социальные нормы и одобрение, высокими коммуникативными способностями, развитым восприятием, гибкостью и скоростью мышления, высокой эмоциональной чувствительностью и т.д.

Реалистичный тип личности выявлен у 22 % обучающихся (7 человек) – он характеризуется низкой чувствительностью, слабой ориентацией на социальные нормы, стабильностью, эмоциональной устойчивостью, низкими коммуникативными и организаторскими способностями и т.д. Конвенциональный тип личности обнаружен у 12 % испытуемых (4 человека) – характеризуется энергичностью, силой воли, слабыми организаторскими и коммуникативными способностями, высокими исполнительскими качествами, ориентированием на социальные нормы, склонностью к миру обозначений, энергичностью, практичностью и т.д. У 12 % старшеклассников (4 человека) выявлен социальный тип личности, который характеризуется чувствительностью, активностью, ориентированием на социальные нормы, способностью к переживанию, эмпатией, низким уровнем математических способностей, высокими коммуникативными и организаторскими способностями, умением войти и понять эмоциональное состояние другого человека и т.д. Интеллектуальный тип личности преобладает у 12 % обучающихся (4 человека), люди с таким типом характеризуются аналитичностью, рационализмом, независимостью, хорошо развитыми математическими способностями, низкой способностью ориентирования на социальные нормы, хорошей формулировкой и изложением мысли и т.д. Предприимчивый тип личности выявлен у 6 % испытуемых (3 человека) – он характеризуется находчивостью, быстрой ориентацией в сложной обстановке, самостоятельностью, лидерством, высокими коммуникативными и организаторскими способностями, неусидчивостью, плохой концентрацией внимания и т.д.

Таким образом, в результате проведенной диагностики, с помощью опросника «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского удалось выявить, что большая часть старшеклассников имеют средний и низкий уровень готовности. Это может быть связано с тем, что обучающиеся недостаточно осведомлены в современных видах профессий, а также не

имеют четкого представления о своих интересах и способностях. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой на определение профессиональной направленности личности показал, что у старшеклассников наиболее привлекательными считаются профессии, связанные с системой «человек-знаковая система». Определение профессионально-ориентированного типа личности по методике Дж. Голланда, в модификации А.А. Азабель выявило следующие результаты: среди обучающихся 8 и 9 классов преобладает художественный тип личности.

#### Выводы по 2 главе

Исследование моделирования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Для определения готовности и направленности профессионального самоопределения старшеклассников были использованы следующие методики: опросник «Готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского; методика «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель; опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой.

В результате проведенной диагностики, с помощью опросника «Готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского удалось выявить, что большая часть старшеклассников имеют средний (55 %) и низкий (34 %) уровень готовности. Это может быть связано с тем, что обучающиеся недостаточно осведомлены о современных видах профессий или не имеют четкого представления о собственных интересах и способностях. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой на определение профессиональной направленности личности показал, что у



старшеклассников наиболее привлекательными считаются профессии, связанные с системой «человек-знаковая система» (32 %). Определение профессионально-ориентированного типа личности по методике Дж. Голланда, в модификации А.А. Азабель выявило следующие результаты: среди обучающихся 8 и 9 классов преобладает художественный тип личности (33,6 %). Можно сказать, что старшеклассники испытывают затруднения в совершении выбора в пользу какой-либо профессиональной направленности. На это могут оказывать влияние недостаточная уверенность обучающихся в выборе профессии, ограниченность представлений старшеклассников о современных профессиональных специальностях, недостаточное проявление индивидуальных качеств и способностей обучающихся старших классов и т.д. В связи с затрудненностью старшеклассников в выборе профессии, необходимо разработать и организовать программу управления процессом профессионально самоопределения, которая будет опираться на созданную нами модель.

### **ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАСНИКОВ**

#### **3.1 Программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников**

С целью осуществления исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников была разработана программа, в основе которой лежат психотехнические упражнения и психогимнастические игры, предназначенные для формирования представления о профессиональном самоопределении среди старшеклассников. Разработанная программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников ориентирована на обучающихся юношеского возраста от 15 до 18 лет. На занятиях программы применялись психогимнастические упражнения, метод решения проблемной ситуации, групповые беседы и дискуссии, сюжетно-ролевые игры и другие техники тренинговой работы, предоставленные в программах Н.С. Пряжникова, А.А. Морозова и Е.В. Яскевича.

Программа состоит из 15 занятий, продолжительность каждого из них составляет от 50 до 80 минут. Программу рекомендуется осуществлять 2 раза в неделю в форме тренинга, в кабинете, где участники могут свободно разместиться по кругу. Общая продолжительность психологического тренинга составляет 2 месяца.

Цель программы: сформировать представление о профессиональном самоопределении у старшеклассников.

Осуществление цели выполняется через реализации следующих задач:

1. Ознакомить старшеклассников со спецификой современного рынка труда.

2. Способствовать формированию личностного самоопределения обучающихся старших классов.

3. Сформировать умение правильно ставить цели и прогнозировать возможные трудности.

4. Формировать опыт поведения в различных жизненных ситуациях, при помощи.

Программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников опирается на ряд принципов, оговоренных и принятых участниками психологического тренинга:

1. Принцип конфиденциальности. Этот принцип означает, что вся информация, произнесенная на психологическом тренинге, не должна разглашаться за его пределами ни участниками, ни ведущим. Тренер изначально должен создавать условия, при которых все члены группы удостоверятся в конфиденциальности, произнесенной ими информации.

2. Принцип «Я высказывания». Предполагает, что все участники психологического тренинга высказывают только свои реальные чувства, мысли и предположения.

3. Принцип свободы волеизъявления. Этот принцип заключается в том, что участники тренинга имеют полное право отказаться от выполнения какого-либо упражнения или участия в психологическом тренинге вообще. Все члены группы принимают и участвуют в тренинге на добровольной основе.

4. Принцип равноправия. Он предполагает, что вся деятельность, осуществленная на тренинге, строится в рамках диалога на равных позициях между всеми участниками. Всем членам группы необходимо проявлять уважение и толерантность к другим участникам.

5. Принцип постоянства группы. Группа, участвующая в психологическом тренинге, должна иметь постоянный состав и он не может дополняться в процессе проведения занятий.

6. Принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей участников. При учете этого принципа необходимо использовать приемы, методы и методики работы, а также руководить группой в соответствии с индивидуальными и возрастными особенностями каждого участника группы.

7. Принцип наглядности и доступности материала. Материал, что используется в психологическом тренинге, должен излагаться четко и доступно, чтобы каждый участник правильно понял и дал конструктивную обратную связь.

8. Принцип «здесь и сейчас». Этот принцип предполагает, что участники говорят и обсуждают то, что происходит в настоящий момент, именно в этой группе.

Структура занятия.

Каждое занятие программы предполагает наличие следующих структурных элементов:

1. Приветствие – прощание. Проведение на каждом занятии этого ритуала способствует созданию благоприятной психологической и дружелюбной атмосферы, которая позволяет каждому участнику тренинга почувствовать себя непринужденно и спокойно.

2. Разминка. Этот элемент психологического тренинга нужен для того, чтобы эмоционально настроить членов группы на дальнейшую продуктивную работу и активизировать деятельность. Проведение разминки возможно не только в начале занятия, но и в промежутках между упражнениями.

3. Основное содержание. Рассматривается как совокупность психотехнических упражнений и психогимнастических игр, которые направлены на достижение основной цели программы и формирование необходимых навыков, приемов необходимых в социуме.

4. Рефлексия. Предполагает смысловую и эмоциональную оценку проведенного занятия участниками группы. Ведущий психологического

тренинга должен создать условия, при которых каждый член занятия сможет дать конструктивную обратную связь.

Комплекс занятий.

Занятие 1. Тема: Первое впечатление.

Цель: знакомство участников тренинговой группы с планируемой работой предстоящего тренинга.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Меня зовут... Я делаю так...», 5-10 минут.

Задачи: знакомство участников тренинговой группы, снятие психологического напряжения.

Упражнение 2. «Правила нашей группы», 10-15 минут.

Задачи: ознакомить членов группы с правилами психологического тренинга и его основными задачами, сбор ожиданий от предстоящего тренинга.

Упражнение 3 «Первое впечатление», 15-20 минут.

Задачи: сплочение участников тренинга, способствовать развитию у членов группы навыка анализа.

Упражнение 4. «Передача стаканчика», 10-15 минут.

Задачи: создание благоприятной психологической атмосферы в группе, снятие напряжения и тревоги у участников тренинга.

Рефлексия.

Занятие 2. Тема: Кем я желаю стать?

Цель: выявление профессиональной направленности участников группы и формирование мотивации к дальнейшим занятиям.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Комплименты». 10-15 минут.

Задачи: снятие психологического напряжения, формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

Упражнение 2. Профессиональная беседа. 15-20 минут.

Задачи: ознакомить участников группы с современным рынком труда.

Упражнение 3. «Мои достижения», 10-15 минут.

Задачи: выявление участниками группы своих сильных сторон, повышение уверенности в себе.

Упражнение 4. «Мечты», 10-20 минут.

Задачи: формирование у участников группы собственной позиции по отношению к будущей профессии.

Упражнение 5. «Закончи предложения», 5-10 минут.

Задачи: снятие психологического напряжения у участников группы.

Рефлексия.

### Занятие 3. Тема: Каковы мои способности?

Цель: способствовать формированию у обучающихся навыка анализа личностных способностей.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Говорящие ладошки», 10-15 минут.

Задачи: повышение групповой сплоченности, снятие напряжения в группе, активизация и настрой участников группы на дальнейшую работу.

Упражнение 2. «Кто есть, кто?», 10-15 минут.

Задачи: дать возможность участникам соотнести свой образ с различными профессиями.

Упражнение 3. «Наше общее», 10-15 минут.

Задача: предоставить участникам возможность выявить общие качества с партнером, создание условий для формирования доверительных отношений.

Упражнение 4. «Какой я?», 15-20 минут.

Задачи: Выявить личностные особенности участников тренинга; сформировать условия для развития навыков самоосознания и самоанализа.

Упражнение 5. «Ладонь», 10-15 минут.

Задачи: создание благоприятного психологического климата; формирование условий для принятия собственных личностных качеств.

Рефлексия.

#### Занятие 4. Тема: Вселенная профессий.

Цель: способствовать расширению у старшеклассников представлений о современном рынке труда и деятельности специалистов профессиональных направлений.

Ход выполнения:

Упражнение 1: «Горячий стул». Время: 10-15 минут.

Задачи: создание условий для формирования благоприятной психологической атмосфере в группе; формирование позитивного настроения.

Упражнение 2. «Профессия на букву», 15-20 минут.

Задачи: актуализация уже имеющихся знаний о профессиях; расширение знаний о мире профессионального труда.

Упражнение 3. «Самая – самая», 15-30 минут.

Задачи: повысить уровень ориентации в мире профессионального труда.

Упражнение 4. «Социальные роли», 10-15 минут.

Задачи: повысить уровень ориентации в мире профессионального труда, выявление участниками группы положительных и отрицательных сторон профессий.

Упражнение 5: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.

Задачи: создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

Рефлексия.

#### Занятие 5. Тема: Сильные стороны.

Цель: создание условий, способствующих формированию качеств и особенностей участников, свойственных выбранной ими профессии.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.

Задачи: снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

Упражнение 2. «Какой я человек?», 10-15 минут.

Задачи: выявление личностных особенностей участников тренинга; формирование условий для развития навыков самоосознания и самоанализа.

Упражнение 3: «Дополнение предложений». Время: 15-20 минут.

Задачи: создать условия для анализа участниками собственной личности, организация предпосылок для формирования позитивного самовосприятия.

Упражнение 4. «Справедливый обмен», 15-20 минут.

Задачи: создание условий для формирования навыков самоанализа, самокритики и самопонимания; выявление личностных качеств участника тренинга.

Рефлексия.

Занятие 6. Тема: Только спокойствие.

Цель: снятие эмоционального напряжения у участников тренинга, повышение групповой сплоченности.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Две правды, одна ложь», 15-20 минут.

Задачи: помочь участникам ближе познакомиться, снятие психологического напряжения.

Упражнение 2. «Забавные профессии», 15-25 минут.

Задачи: создание условий, способствующих анализу существующих профессий.

Упражнение 3. «Отгадай профессию», 15-20 минут.

Задачи: снятие эмоционального напряжения, групповое сплочение участников группы.

Упражнение 4. «Коллективный рисунок», 15-20 минут.



Задачи: создание благоприятной психологической атмосферы в группе, навык работы в коллективе.

Рефлексия.

#### Занятие 7. Тема: Легко ли поставить цель?

Цель: создание условий, способствующих формированию у обучающихся умения грамотно ставить цели и прогнозировать возможные трудности, связанные с выбором профессии.

Ход выполнения:

Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», 10 минут.

Задачи: Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

Упражнение 2. «Ловушки – капканчики», 20-30 минут.

Задачи: повышение уровня осознания возможных препятствий (ловушек) на пути к профессиональным целям и представления о путях преодоления этих препятствий.

Упражнение 3. «Доведи за меня до конца!», 15-30 минут.

Задачи: осознание важности стремления завершать какие-либо дела.

Упражнение 4. «Жизненные цели», 30-40 минут.

Задачи: выработка участниками тренинга жизненных целей.

Рефлексия.

#### Занятие 8. Тема: Я и социум.

Цель: развитие у участников группы коммуникативных навыков, оказывающих помощь на пути достижения желаемой профессии.

Ход выполнения:

Упражнение 1: «Говорящие ладошки», 5-10 минут.

Задачи: Использование тактильных ощущений для характеристики человека, снятие напряжение в группе.

Упражнение 2. «Передать одним словом», 15-20 минут.

Задачи: развитие навыка интерпретации эмоций.

Упражнение 3. «Завтрак с героем», 20-25 минут.

Задачи: отработать навыки убеждения и умение найти аргументы в пользу своей позиции.

Упражнение 4. «Леопольд», 20-25 минут.

Задачи: развить умение находить подход к людям.

Упражнение 5: «Дождик», 10-15 минут.

Задачи: формирование условий для достижения мышечного расслабления, снятие внутреннего напряжения.

Рефлексия.

#### Занятие 9. Тема: Окончательный выбор.

Цель: способствовать развитию умения обосновывать и аргументировать свой профессиональный выбор.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Горячий стул». Время: 10-15 минут.

Задачи: создание условий для формирования благоприятной психологической атмосфере в группе; формирование позитивного настроения.

Упражнение 2. «Позиции», 15-20 минут.

Задачи: создать условия для развития умения выражать свою точку зрения.

Упражнение 3. «Убеди предков», 15-20 минут.

Задачи: формирование умения аргументировано убеждать окружающих людей в своем профессиональном выборе.

Упражнение 4. «Письменные дебаты», 20-25 минут.

Задачи: создать условия для развития умения формулировки аргументов в защиту своей позиции и развития навыков письменной речи.

Упражнение 5. «Ладонь», 10-15 минут.

Задачи: создание благоприятного психологического климата; формирование условий для принятия собственных личностных качеств.

Рефлексия.

## Занятие 10. Тема: Твердая земля под ногами часть 1

Цель: создание условий, способствующих развитию у участников тренинга уверенности в своем профессиональном выборе.

Ход выполнения:

Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», Время: 10 минут.

Задачи: Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

Упражнение 2. «Автопилот», 15-20 минут.

Задачи: создание условий, способствующих осознанию участниками своих устремлений; повышение уверенности в своих силах.

Упражнение 3. «Многие боятся», 15-20 минут.

Задачи: создание условий повышения у участников уверенности в себе и своих силах.

Упражнение 4. «Мой безоценочный знакомый», 10-15 минут.

Задачи: тренировка умения общаться безоценочно, выработка более позитивного отношения к людям.

Упражнение 5. «Я в тебе уверен», 10-15 минут.

Задачи: создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

Рефлексия.

## Занятие 11. Тема: Твердая земля под ногами 2 часть

Цель: создание условий, способствующих развитию у участников тренинга уверенности в своем профессиональном выборе.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Пожелания по кругу», 5-10 минут.

Задачи: поднять общий эмоциональный настрой и акцентировать доброжелательное отношение друг к другу.

Упражнение 2. «Я – звезда», 15-20 минут.

Задачи: создать условия для отработки навыков уверенного поведения.

Упражнение 3. «Записка для вас», 15-20 минут.

Задачи: создать условия для уверенного выражения своих эмоций и действий; снятие психологического напряжения; развитие в группе активного стиля общения и доверительного отношения.

Упражнение 4. «Поделись успехом», 10-15 минут.

Задачи: создать условия для повышения чувства уверенности в себе и формирования позитивного эмоционального настроения.

Упражнение 5: «Дождик», 10-15 минут.

Задачи: формирование условий для достижения мышечного расслабления, снятие внутреннего напряжения.

Рефлексия.

Занятие 12. Тема: Планы на будущее.

Цель: формирование готовности к самостоятельному планированию и корректировке перспектив профессионального развития.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.

Задачи: снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

Упражнение 2. «Пять шагов», 30-40 минут.

Задачи: повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Упражнение 3. «События моей жизни», 20-30 минут.

Задачи: сформировать структурное видение своей жизни через значимые события; помочь осознать связи событий с окружающими людьми и определить характер этих связей.

Упражнение 4: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.

Задачи: создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

Рефлексия.

### Занятие 13. Тема: Готовность действовать

Цель: формирование опыта поведения в жизненных ситуациях, связанных с выбором будущей профессии.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.

Задачи: снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

Упражнение 2. «А вот и я!», 25-35 минут.

Задачи: повышение уровня готовности участников к поступлению в учебное заведение или на работу.

Упражнение 3: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.

Задачи: создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

Рефлексия.

### Занятие 14. Тема: Светлое будущее

Цель: создание условий для формирования позитивного образа будущего.

Ход выполнения:

Упражнение 1. «Горячий стул». Время: 10-15 минут.

Задачи: создание условий для формирования благоприятной психологической атмосферы в группе; формирование позитивного настроения.

Упражнение 2. «Розовые очки» 20-25 минут.

Задачи: осознание оптимистичных эмоций в окружающем мире, развитие умения находить положительные впечатления в повседневном взаимодействии.

Упражнение 3. «Рисунок будущего дома», 20-30 минут.

Задачи: создание условий для формирования позитивного образа будущего.

Упражнение 4. «Мои цели в жизни», 10-15 минут.

Задачи: формирование оптимистичного настроения; развития уверенности в своих действиях.

Рефлексия.

Занятие 15. Тема: Что я получил и как эти навыки использовать?

Цель: способствовать формированию умения старшеклассников обобщать полученный опыт и проводить самоанализ.

Ход выполнения:

Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», 10 минут.

Задачи: Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

Упражнение 2. «Успех – это», 5-10 минут.

Задачи: осознание жизненных и профессиональных ценностей.

Упражнение 3. «Знаешь ли ты свою будущую профессию?», 15-20 минут.

Задачи: проверка сформированности личного профессионального плана.

Упражнение 4. «Карта моих жизненных целей», 20-25 минут.

Задачи: формирование жизненной стратегии, осознание ответственности за свое будущее.

Упражнение 5. «Я говорю вам...», 10-15 минут.

Задачи: участникам группы предоставляется возможность высказаться, сказать о том, что они получили от проведенного занятия.

Рефлексия.

Таким образом, программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников состоит из 15 занятий, которые проводятся на протяжении 2 месяцев. Каждое занятие включает 3-4 упражнения. Разработанная нами программа ориентирована на обучающихся юношеского возраста от 15 до 18 лет. Программа направлена на формирования устойчивой позиции в профессиональном

самоопределении, путем выполнения психотехнических упражнений и психогимнастических игр.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников

После реализации программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников была проведена повторная диагностика, позволяющая нам определить уровень готовности и профессиональную направленность старшеклассников.

Результаты исследования до и после проведения программы по опроснику «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского предоставлены на рисунке 6.

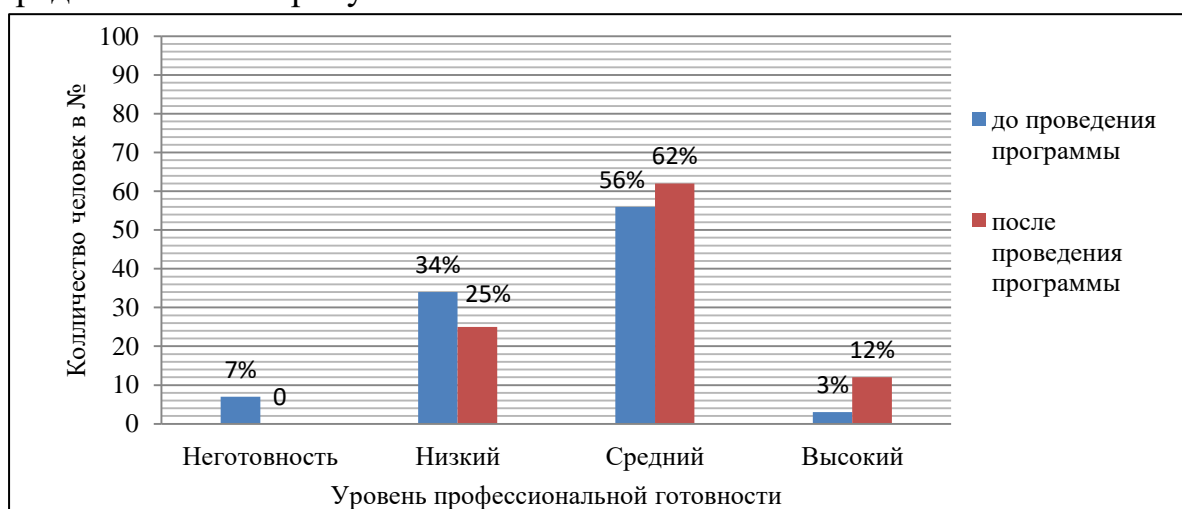


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня профессиональной готовности старшеклассников по опроснику «Готовности к выбору профессий» В.Б Успенского до и после проведения программы

Как мы видим после проведения программы управления процессом профессионального самоопределения уровень неготовности не проявился ни у одного участника. Это может говорить о том, что абсолютно все обучающиеся, так или иначе, определились со своей профессиональной направленностью и характеризуют себя как будущего специалиста в определенной области. Обучающихся с низким уровнем готовности

уменьшилось с 34 % (11 человек) до 25 % обучающихся (8 человек). Для этих людей, проведенная нами программа, предоставила возможность осознать и прочувствовать себя в роли специалиста, интересующей их профессии. Также это говорит о том, что в процессе выполнения занятий старшеклассники приобрели достаточную уверенность и заинтересованность в тех профессиях, которые они выбрали для себя. Обучающихся как со средним, так и с высоким уровнем увеличилось на 10 % (3 человека). Стоит отметить, что после осуществления нашей программы старшеклассники, активно участвующие на каждом занятии, приобрели большую уверенность в своем выборе либо поменяли его в процессе тренинга, а также наметили для себя небольшие цели, в достижении интересующей их профессии.

Далее рассмотрим анализ общих результатов профессиональной направленности человека по опроснику «профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой до и после экспериментального взаимодействия, предоставленные на рисунке 7.

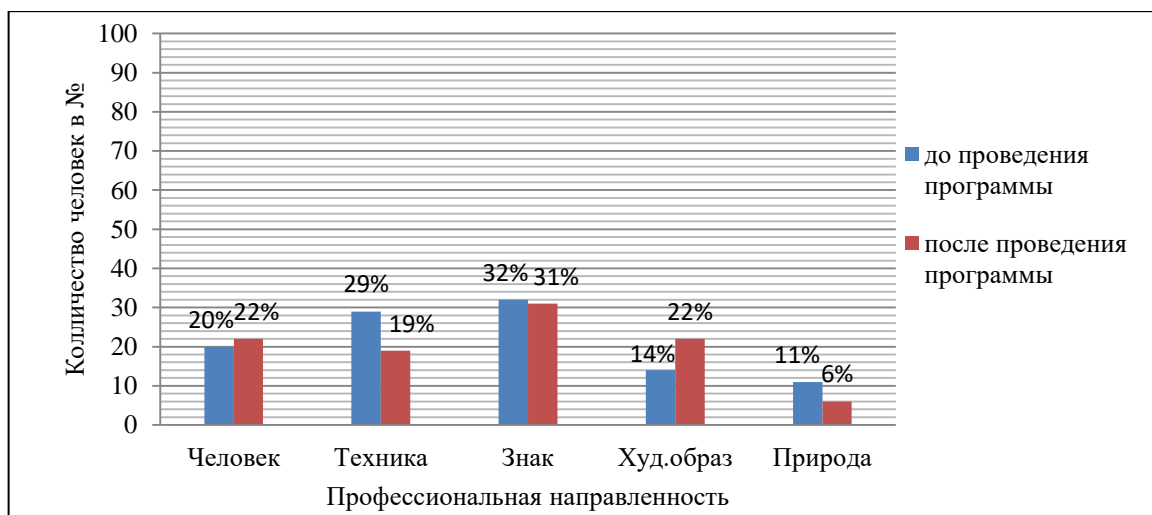


Рисунок 7 – Результаты определения профессиональной направленности старшеклассников по опроснику «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой до и после проведения программы

На рисунке 7 видно, что профессиональная направленность, связанная с системами «человек-человек» и «человек-знаковая система», не имеет особо значимых различий до и после проведения программы.



Количество человек относящихся к системе «человек-техника» стало меньше, что составило 19 % обучающихся (6 человек). Это может говорить о том, что в процессе проведения тренинговых занятий, старшеклассники подробно узнали об особенностях различных профессий, и это позволило им совершить наиболее благоприятный для них выбор профессиональной направленности. Количество обучающихся, выбравших профессиональную направленность, относящуюся к системе «человек-художественный образ» увеличилось, что составило 22 % испытуемых (7 человек). Можно сказать, что изменениям способствовали включенные в программу упражнения, которые предоставили старшеклассникам возможность узнать лучше о своих способностях и предпочтениях. Уменьшилось число обучающихся, профессиональной направленностью которых является система «человек-природа» – 6 % (2 человека). Этому могла способствовать, предоставленная в ходе тренинговых занятий, более детальная информация о достоинствах и недостатках этого типа профессий.

Теперь рассмотрим анализ общих результатов профессиональной направленности по методике определения профессионально-ориентированного типа личности Дж. Голланда, в адаптации А.А Азабель, предоставленный на рисунке 8.

В результате проведенной диагностики заметно что, конвенциональный тип личности остался на таком же уровне как и до проведения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников – 12 % испытуемых (4 человека). Число обучающихся с художественным типом личности уменьшилось, что составило 22 % испытуемых (7 человек). Можно предположить, что такой результат произошел благодаря программе, позволяющей ее участникам осознать и оценить по достоинству свои способности и определенные качества.

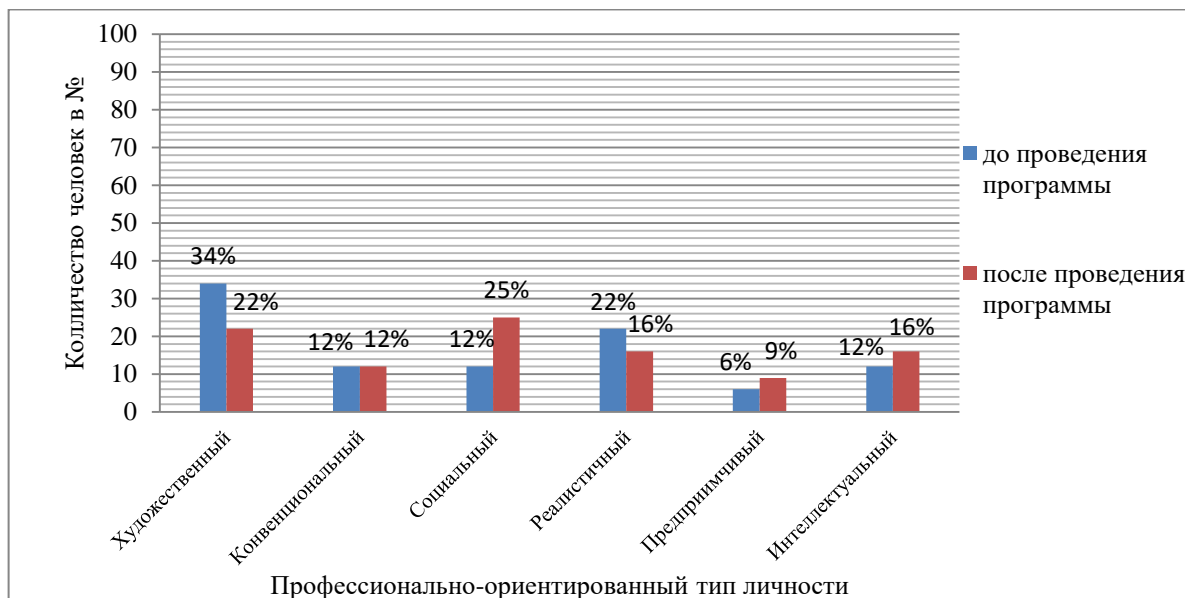


Рисунок 8 – Результаты определения профессиональной направленности старшеклассников по методике «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально ориентированного типа личности) Дж. Голланда, в модификации А.А. Азабель до и проведения программы

Количество старшеклассников с социальным профессионально-ориентированным типом личности увеличилось – 25 % испытуемых (8 человек). Такой результат можно объяснить воздействием, подобранных в программе, психогимнастических упражнений, способствующих благоприятному межличностному взаимодействию и доверительному отношению между участниками тренинга. Старшеклассников с реалистическим типом личности уменьшилось, что составило 16 % обучающихся (5 человек). Это может говорить о том, что обучающиеся в процессе проведения тренинговых занятий пересмотрели свои взгляды на такие профессии как, автослесарь, повар, автомеханик. Количество участников диагностики с предприимчивым профессионально-ориентированным типом личности увеличилось – 9 % (3 человека). Можно предположить, что увеличение произошло благодаря тому, что в ходе реализации программы обучающиеся пересмотрели свое мнение насчет таких профессий как, фотограф, логист, дизайнер. Количество обучающихся с интеллектуальным типом личности увеличилось, что составило 16 % испытуемых (5 человек). Можно сказать, что благодаря

подобранным в программе упражнениям, позволяющим старшеклассникам оценить свои качества и навыки, некоторые старшеклассники пересмотрели свои взгляды относительно будущей профессии.

По общим результатам повторной диагностики можно проследить, что проведенная нами, программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников дала незначительные результаты.

Для подтверждения гипотезы нашего исследования был использован такой метод математической статистики, как Т-критерий Вилкоксона. Он применим при сопоставлении показателей, которые измеряются в двух различных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

Сформулируем гипотезы:

H<sub>0</sub>: интенсивность сдвига в сторону повышения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению не превышает интенсивность сдвига в сторону снижения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению.

H<sub>1</sub>: интенсивность сдвига в сторону повышения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению превышает интенсивность сдвига в сторону снижения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению.

Рассмотрим результаты диагностики до и после применения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников и найдем разность индивидуальных значений. Далее необходимо вычислить абсолютное значение разности и их ранговый номер. В результате, получаем сумму разности рангов равную 465. Проведем проверку, чтобы удостовериться в решении:

$$\sum R = \frac{30(30+1)}{2} = \frac{30(30+1)}{2} = \frac{930}{2} = 465.$$

Где, N – общее количество испытуемых. В нашем случае это число равняется 30, т.к. у двоих испытуемых абсолютное значение разности равняется нулю. Проведенная нами проверка подтвердилась,

следовательно, ранжирование проведено верно. Следующим шагом рассчитаем нетипичные сдвиги, за них было принято уменьшение значения (см. приложение 4, таблица 7). Сумма рангов нетипичных сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_i.$$

$$T_{\text{эмп}} = 125$$

Найдем критические значения Т-критерия Вилкоксона:

$$p \leq 0.05 = 151, \text{ а } p \leq 0.01 = 120.$$

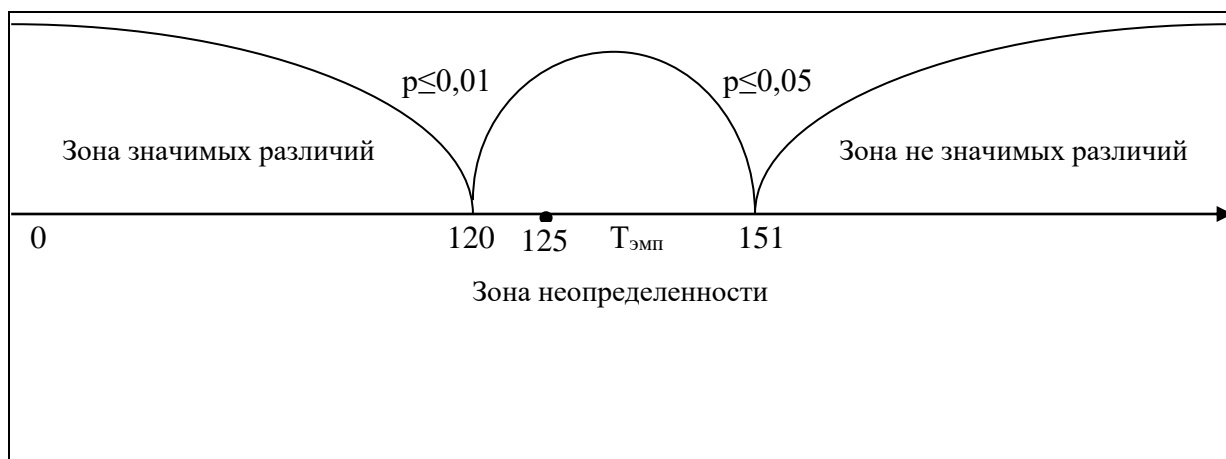


Рисунок 9 – Ось значимости

На рисунке 9 видно, что полученное нами эмпирическое значение находится в зоне неопределенности ( $120 \leq 125 \leq 151$ ). Следовательно, мы отвергаем гипотезу  $H_0$  и принимаем гипотезу  $H_1$ . Так, интенсивность сдвига в сторону повышения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению превышает интенсивность сдвига в сторону снижения уровня готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению, но результаты незначительны. Это может быть связано с несколькими факторами: ограниченный период времени на проведение разработанной программы, недостаточно сформированная у участников тренинга мотивация, влияние неблагоприятных личных событий в момент прохождения повторной диагностики и т.д.

Таким образом, проведенная нами математико-статистическая обработка данных показала, что успешность процесса профессионального самоопределения старшеклассников можно повысить с помощью сконструированной и грамотно проведенной программой управления процессом профессионального самоопределения. Следовательно, можно предположить, что сформированная нами программа вполне способна повлиять на готовность старшеклассников к профессиональному самоопределению, при ее длительном и профессиональном внедрении. Так, выдвинутая нами в начале исследования гипотеза подтверждается. С помощью программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассники могут повысить уровень готовности выбора профессии, определиться с профессиональной направленностью и выявить свои качества и способности, необходимые для будущей специальности. Но следует учитывать те факторы, которые способны оказать влияние на результативность программы: продолжительный период проведения, мотивация и эмоциональное настроение обучающихся в момент проведения тренинга, искренность во время диагностики, тяжелые жизненные обстоятельства и т.д.

### 3.3 Технологическая карта внедрения и психолого-педагогические рекомендации педагогам по управлению процессом профессионального самоопределения старшеклассников

Для администрации образовательных организаций мы разработали технологическую карту внедрения наиболее эффективной реализации программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников (см. приложение 5, таблица 8). Мы выделяем 7 этапов технологической карты внедрения:

1. «Целеполагание внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

2. «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

3. «Изучение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

4. «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

5. «Фронтальное освоение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

6. «Совершенствование работы над темой управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

7. «Распространение передового опыта освоения внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников».

Далее перейдем к психолого-педагогическим рекомендациям по управлению процессом профессионального самоопределения старшеклассников.

Процесс профессионального самоопределения ответственный этап в жизни каждого человека. Его осуществление может длиться годы, пока личность не определится с наиболее подходящей для себя профессиональной специальностью. Конечно, профессиональное самоопределение полностью зависит от человека, который непосредственно выбирает для себя будущую профессию, но его окружение может оказать значительное влияние на этот выбор. Для начала дадим рекомендации людям, мнение которых важно каждому ребенку – родителям.

Помощь родителей при профессиональном самоопределении их ребенка незаменима, но прежде чем мы представим необходимые

рекомендации, стоит обсудить и более ранний возраст и возможную помощь родителей, которая в будущем поможет в профессиональном самоопределении. Чтобы подросток без особых затруднений совершил выбор будущей профессии, родителям необходимо вырабатывать особые навыки и способности своего дитя, которые помогут при профессиональном самоопределении. Заметив у ребенка какую-либо склонность к той или иной деятельности, необходимо ее развивать, тем самым выработать привычку постоянно совершать те действия, которые в будущем помогут ему качественно и своевременно выполнять выбранную им специальность. Не следует забывать и про обычное общение с ребенком, так он почувствует вашу поддержку и приобретет необходимые коммуникативные навыки, которые, несомненно, будут иметь ценность в дальнейшей жизни. Стоит оказать помощь подростку в анализе того количества информации о профессиональных специальностях, которая существует в современном мире. А.Ф. Козлова в своем исследовании пишет следующее: «Для будущей карьеры ребенка необходим и такой навык – как обработка большого количества информации. Это позволит ему делать правильные выводы, выбирать цель своей жизни. Из года в год поток информации возрастает, возникает потребность эту информацию обрабатывать. Прежде всего, необходимо научить ребенка выбирать для него ценную информацию, которая поможет ему в дальнейшем совершенствоваться в своем выборе профессии» [33, с. 49].

О.Н. Завгородняя пишет: «Семья – это пространство, где формируется отношение к работе и к профессиональной деятельности. И у каждого из взрослых есть свое представление о работе, которое порой сами того не ведая передают подростку» [цит. по 63, с. 34]. Очень важно находить время для того, чтобы поговорить с ребенком лично, узнать о его тревогах, будущих планах и т.д. Во время разговора о будущей профессии родители могут поделиться своим личным опытом. Не стоит запрещать или отговаривать ребенка от выбранной им профессиональной

деятельности, которая родителям не нравится, в большинстве случаев это приводит к серьезному конфликту. Но при этом родители не должны навязывать свое мнение и высмеивать мечты ребенка. Лучше всего провести конструктивный диалог с ребенком: выясните, почему он выбрал именно эту профессию, есть ли у него необходимые способности, вместе проанализируйте последствия этого решения, возможные положительные и отрицательные результаты. Необходимо дать ребенку понять, что только он ответственен за совершенное действие.

При предварительном выборе профессии стоит совместно проанализировать ситуацию и особенности самого ребенка:

- внутренние ресурсы;
- состояние здоровья и внутренние помехи, которые препятствуют достижению поставленной цели;
- внешние благоприятные факторы (необходимая поддержка);
- внешние неблагоприятные факторы (препятствующие помехи).

Для многих юношей и девушек, еще не получивших среднее образование, характерна робость и некоторое стеснение при контакте с социумом. В этом случае родителям необходимо предоставить свою помощь ребенку, например, сходить вместе с ним на день открытых дверей в различные учреждения и изучить имеющиеся образовательные направления. Не забывайте про помощь педагога-психолога, который всегда может дать дельный и своевременный совет в случае необходимости, достаточно записаться к нему на консультацию. Консультация может проводиться как индивидуально, так и совместно с ребенком.

Осуществление профессионального выбора целиком лежит на плечах старшеклассников, поэтому целесообразно предоставить рекомендации для юношей и девушек, которые помогут в профессиональном самоопределении.



Старшеклассник, ответственно рассматривающий свою будущую профессиональную деятельность, не ограничивает себя основной образовательной программой. В образовательной программе образовательного учреждения обязательно предоставляется информация о внеурочной деятельности. Предлагаемые занятия являются дополнением в общей образовательной программе и осуществляются по желанию обучающихся.

А.В. Деянова считает, что такое образование открывает дополнительные возможности обучающихся, в особенности, таких как:

- грамотное, всестороннее развитие обучающихся по программам, ориентированных на личностные особенности каждого ребенка, способствует развитию индивидуальности;

- предоставление огромного выбора курсов, основывающийся на интересах и пожеланиях субъектов образовательного учреждения;

- свободный выбор занятий по собственным интересам, открывающий возможность для реализации индивидуальных способностей обучающихся;

- концентрация внимания педагога на личных особенностях и профессиональных потребностях каждого обучающегося;

- включение в образовательный процесс родителей старшеклассников, что позволяет создать в семье обстановку для саморазвития их как личности [20, с. 107].

В своей работе К.С. Шевырдяева пишет: «Выбирая будущую профессию, вы, конечно, оцениваете свой характер, интересы и способности, соотносите их с требованиями конкретных профессий, пытаетесь представить себе, способны ли вы стать профессионалом высокого уровня. Но это только первый шаг на пути выбора профессии. Следующий шаг – самосовершенствование, работа над собой с целью достижения поставленной цели» [68, с. 84].

Выбор будущей профессиональной деятельности не осуществляется в одну минуту – это ответственный и кропотливый процесс, занимающий даже годы.

1. Тщательно подумайте, кем бы вам в дальнейшем хотелось работать. Постоянно размышляйте о том, как вам осуществить эту мечту. Проанализируйте все свои способности, навыки и возможности, которые дальше вы соотносите с понравившимися вам профессиями. Чтобы осуществить главную цель, придумывайте для себя маленькие задачи, которые помогут вам в ее достижении. Узнайте все о уже выбранной профессии: куда лучше поступать, как учиться, где устраиваться работать после окончания обучения и т.д. Это необходимо для того чтобы у человека сложилось представление о том как ему поступать в дальнейшем.

2. Обязательно соберите как можно больше информации о той профессии, какую вы хотите выбрать. Дополнительно можно совершить поездку в то место, где работают специалисты в этой области, поговорите с уже действующими в этой профессии людьми. Чем больше вы знаете об интересующей вас профессии, тем отчетливей сможете определить, действительно ли она вам нужна.

3. Не забывайте о том, что в школе работает педагог-психолог, именно к нему можно обратиться по любому интересующему вас вопросу во время консультаций. Также к нему можно обратиться с целью тщательного и более скрупулезного изучения своих способностей, направленностей и интересов.

4. Определившись с образовательным направлением, следует обратить особое внимание на учебные предметы, которые необходимы при последующем поступлении в высшее учебное заведение. Обязательно участвуйте во внеклассных мероприятиях, это поможет вам усовершенствовать коммуникативный навык и правила работы в коллективе. Делайте упор на развитие необходимых для будущей профессии навыков и умений, но не стоит забывать и о других качествах

личности. Не поддавайтесь поглотившему вас чувству страха – это абсолютно нормальное состояние, которое испытывает каждый человек перед неизвестностью и серьезным выбором.

5. Выбор профессии это решение только старшеклассника, он приходит к нему, анализируя свои интересы, возможности и способности. Осуществление этого выбора ни в коем случае не должно исходить от навязывания родителей. Если вам не нравится те условия, что предлагают ваши родители, и вы чувствуете, что получая эту специальность, вам будет скучно и не возникнет никакого желания учиться, а в дальнейшем и работать, то стоит побеседовать с родителями на эту тему.

6. Скромным и неуверенным в себе личностям, которым очень тяжело наладить межличностные отношения с людьми, зачастую присуще желание поступить туда, куда пойдут их друзья. Не стоит совершать вышеописанное действие, если вам не понравились те направления, которые предлагает высшее учебное учреждение. Совместная деятельность объединяет людей, поэтому поступая в выбранное тобой высшее учебное учреждение, обязательно найдутся те люди, разделяющие ваши взгляды на жизнь.

Не стоит забывать о педагогическом составе школы, который непосредственно передает необходимые знания каждому ребенку и оказывает свое влияние на профессиональное самоопределение. Иногда даже опытным педагогам необходима помощь в работе с детьми, поэтому далее мы предоставим рекомендации педагогическому коллективу школы. Обычно работа по оказанию помощи в профессиональном самоопределении старшеклассникам можно подразделить на несколько этапов: профессиональное просвещение, развитие склонностей и интересов, профессиональная консультация.

Профессиональное просвещение предполагает предоставление обучающимся более полной информации о профессиональной деятельности вообще: виды профессий, способы и условия овладения ими,

значение профессий, их достоинства и недостатки и т.д. К тому же просвещение осуществляет не только в форме диалога с обучающимися. Многие школы сотрудничают с учреждениями профессионального образования, для того чтобы проводить экскурсии и приглашать более опытных специалистов, которые ответят на вопросы детей и предоставят информацию об основных направлениях заведения. Также просвещение может проводиться в виде группового посещения Дня открытых дверей, знакомство с представителями какой-либо профессии, оформление различных уголков и т.д.

Развитие интересов и склонностей по большей мере формируются с детства при помощи родителей и в дальнейшем во время включения обучающихся в какую-либо деятельность. Ознакомивших со склонностями и интересами старшеклассников педагоги могут предоставить условия для воспитания профессиональных интересов, уважения к профессии, любви к трудовой деятельности, а также психологической готовности к работе. Перечисленные действия осуществляются не только в образовательном учреждении, но и во внеклассной деятельности (экскурсии, мероприятия, групповые работы и походы и т.д.).

Профессиональная консультация одно из направлений профессиональной деятельности педагога-психолога, предоставляющую помощь обучающимся путем беседы. Педагог-психолог должен дать понять, что к нему стоит обращаться при возникновении проблем психологического характера, которые старшеклассник не может решить самостоятельно. К тому же профессиональная консультация осуществляется не только с обучающимися, но и с родителями и педагогами.

А.В. Якунина считает, чтобы создать условия развития навыков профессионального самоопределения необходимо учитывать основные требования:

— профессиональные предпочтения детей, поэтому к каждому ребенку нужен индивидуальный подход;

— необходима организация конструктивного диалога во время общения, так как развитие профессионального самоопределения старшеклассников невозможно без коммуникативной деятельности;

— от старшеклассников необходимо осознание пользы выполняемой деятельности, чтобы они совершали ее с максимальной активностью и ответственностью [73, с. 38].

Очень часто старшеклассники отказываются принимать участие в какой-либо деятельности, аргументируя это своей незаинтересованностью, нежеланием участвовать в ней. Это может создать дополнительные проблемы на пути развития навыков профессионального самоопределения.

Для развития навыков профессионального самоопределения не менее важно такое психологическое мероприятие как тренинг или игры. Темы занятия могут исходить от какой-либо профессии, с которой будут знакомиться обучающиеся. Игры вовремя школьного обучения являются наиболее актуальной и доступной формой понимания изучаемого материала. Именно благодаря игре совершенствуются ручные движения и умственные операции. Также при помощи игр можно получить информацию о том, какая сфера научного знания наиболее интересна для старшеклассников: экономика, метафизика, естественно – научные профессии, аэрокосмические технологии, спорт и т.д. Большое внимание стоит уделять коллективным играм, так как они предоставляют ресурс для развития коммуникативных навыков, которые занимают одно из главных мест в жизни человека. Старшеклассники получают коммуникативные навыки: учатся взаимодействовать друг с другом, высказывать свое мнение и слушать других участников игры.

Грамотно осуществленное профориентационное мероприятие предоставит огромные возможности для развития навыков

профессионального самоопределения и поможет совершить подходящий выбор профессиональной деятельности.

А.И. Бурцева в своей работе пишет: «Как в любой другой работе, в профориентационной также ставится цель. К примеру, создать условия для формирования конкретно-наглядных представлений о существенных сторонах профессии. Задачи должны быть сопоставимы с целью и сформированы максимально понятно и конкретно. Задачи – это промежуточные шаги по достижению цели. Если занятие рассчитано на 30 минут, то таких задач может быть не больше трех» [9, с. 138].

В формировании навыков профессионального самоопределения обучающихся учителю необходимо реализовать следующие условия:

— ознакомить обучающихся с всевозможными профессиями, особенно с упором на те, которые имеют определенную «ценность» в современном обществе и в регионе (для более полного результата к данному процессу необходимо привлекать родителей);

— оказывать помощь обучающимся в осознании личностных склонностей, способностей и возможностей их реализации в различных профессиональных деятельности;

— активизировать целенаправленную самостоятельную деятельность обучающихся, развивать интересы, склонности и возможности (при помощи кружков, секций и т.д.);

— организовывать взаимосвязь в вопросах профориентации школы с учебными учреждениями высшего и среднего профессионального образования, а также научными организациями и производственными предприятиями.

Таким образом, процесс профессионального самоопределения осуществляется целиком и полностью человеком, выбирающим будущую профессию. Конечно, на мнение старшеклассников могут влиять люди окружающие их (родители, братья, сестры, друзья, педагоги и т.д.). Для того, чтобы в будущем не пожалеть о своем выборе, юноши и девушки

должны проанализировать свои желания и способности, а после соотнести их с предпочитаемыми профессиональными специальностями. Подходить к процессу профессионального самоопределения нужно ответственно и серьезно, ведь время, потраченное на обучение ненавистной профессии, вернуть назад невозможно.

### Выводы по 3 главе

Разработанная нами программа управления процессом формирования профессионального самоопределения старшеклассников состоит из 15 занятий, которые проводятся на протяжении 2 месяцев. Каждое занятие включает 3-4 упражнения. Программа ориентирована на обучающихся юношеского возраста от 15 до 18 лет. И направлена на формирование устойчивой позиции в профессиональном самоопределении, путем выполнения психотехнических упражнений и психогимнастических игр.

Проведенная математико-статистическая обработка данных показала, что успешность процесса профессионального самоопределения старшеклассников можно повысить с помощью сконструированной и грамотно проведенной программой управления процессом профессионального самоопределения. Можно предположить, что сформированная нами программа вполне способна повлиять на готовность старшеклассников к профессиональному выбору, при ее длительном и профессиональном внедрении. Так, выдвинутая нами гипотеза, в начале исследования, подтверждается. С помощью программы старшеклассники могут повысить уровень своей готовности выбора профессии, определиться с профессиональной направленностью и осознать свои качества и способности, необходимые для будущей специальности. Но следует учитывать те факторы, которые способны оказать влияние на результативность программы: продолжительный период проведения, мотивация и эмоциональное настроение обучающихся в момент

проведения тренинга, искренность во время диагностики, тяжелые жизненные обстоятельства и т.д.

Процесс профессионального самоопределения осуществляется целиком и полностью человеком, выбирающим будущую профессию. Для того, чтобы в будущем не пожалеть о своем выборе, юноши и девушки должны проанализировать свои желания и способности, а после соотнести их с предпочитаемыми профессиональными специальностями. Подходить к процессу профессионального самоопределения нужно ответственно и серьезно, ведь время, потраченное на обучение ненавистной профессии, вернуть назад невозможно.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Профессиональное самоопределение рассматривается как процесс формирования личностью своего отношения к какой-либо профессиональной деятельности и осуществляется с помощью соотнесения своих способностей с требованиями этой профессии. Профессиональное самоопределение невозможно осуществить моментально, он занимает продолжительный период и имеет большое значение в жизни человека. Ведь от того насколько осознанно и удачно личность выберет будущую профессиональную деятельность зависит качество ее дальнейшей жизни. Осуществить профессионального самоопределения не так просто, т.к. оно осложняется различными жизненными факторами людей, а также нестабильной и чрезвычайно изменчивой ситуацией на рынке труда.

Ранняя юность является одним из самых сложных этапов в жизни человека, ведь в этот период окончательно определяется физическое и психическое развитие личности, а также происходит становление ее дальнейшей жизни. Одним из основных новообразований в ранней юности является готовность к профессиональному самоопределению. Она включает в себя потребность старшеклассников занять внутреннюю позицию взрослого, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности, наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Для определения готовности и направленности профессионального самоопределения старшеклассников были использованы следующие методики: «Определения профессиональной направленности» Дж. Голланда (в модификации А.А. Азбель), опросник «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского, опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой.

В результате первичной диагностики, с помощью опросника «Готовности к выбору профессий» В.Б. Успенского удалось выявить, что большая часть старшеклассников имеют средний (56 % обучающихся) и низкий (34 % обучающихся) уровень готовности. Это может быть связано с тем, что старшеклассники недостаточно осведомлены о современных видах профессий или не имеют четкого представления о своих интересах и способностях. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой на определение профессиональной направленности личности показал, что для старшеклассников наиболее привлекательными считаются профессии, связанные с системой «человек-знаковая система» (32 % обучающихся). Методика «Определения профессиональной направленности» Дж. Голланда, в модификации А.А. Азабель выявила, что среди обучающихся 8 и 9 классов преобладает художественный профессионально-ориентированный тип личности (34 % обучающихся). Можно сказать, что старшеклассники испытывают затруднения в совершении выбора в пользу какой-либо профессиональной направленности. На это могут оказывать влияние недостаточная уверенность в выборе профессии, ограниченность представлений старшеклассников о современных профессиональных специальностях, недостаточное проявление индивидуальных качеств и способностей обучающихся старших классов и т.д. В связи с затрудненностью старшеклассников в выборе профессиональной направленности, необходимо разработать и организовать программу управления процессом формирования профессионально самоопределения, которая будет опираться на созданную нами модель. Программа управления процессом формирования профессионального самоопределения старшеклассников направлена на формирование устойчивой позиции в профессиональном самоопределении, путем выполнения психотехнических упражнений и психогимнастических игр. Разработанная программа включает в себя 15

занятий, которые проводятся на протяжении 2 месяцев. Каждое занятие состоит из 3-4 упражнений.

По общим результатам повторной диагностики и математико-статической обработке можно проследить, что проведенная нами, программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников дала незначительные результаты. Следовательно, можно предположить, что программа вполне способна повлиять на готовность обучающихся к профессиональному самоопределению, но только при ее длительном и профессиональном внедрении в образовательный процесс. Так, выдвинутая нами в начале исследования гипотеза подтверждается. С помощью программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассники могут повысить уровень своей готовности к выбору профессии, определиться с профессиональной направленностью и осознать свои качества и способности, необходимые для будущей специальности. При этом следует учитывать те факторы, которые способны оказать влияние на результативность программы: продолжительный период проведения программы, мотивация и эмоциональное настроение обучающихся в момент проведения тренинга, тяжелые жизненные обстоятельства и т.д.

Процесс профессионального самоопределения осуществляется целиком и полностью человеком, выбирающим будущую профессию. Для того, чтобы в будущем не пожалеть о своем выборе, юноши и девушки должны проанализировать свои желания и способности, а после соотнести их с предпочитаемыми профессиональными специальностями. Подходить к процессу профессионального самоопределения нужно ответственно и серьезно, ведь время, потраченное на обучение ненавистной профессии, вернуть назад невозможно.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алонцева, А. И. Влияние профессионально-ориентированного социально-психологического тренинга на профессиональное самоопределение и формирование компонентов «Я-концепции» личности старшеклассников [Текст] / А. И. Алонцева, Д. Д. Першикова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2019. – № 6. – С. 198–203.
2. Ананенко, Н. В. Проблема профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Н. В. Ананенко, А. Ю. Тимакова // Молодёжь и наука: актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2018. – № 3. – С. 3–9.
3. Арапова, П. И. Образ будущего и выбор жизненного пути в юношеском возрасте [Текст] / П. И. Арапова // Вестник ПСТГУ. – 2015. – № 1(36). – С. 122–129.
4. Бадашкеев, М. В. Психологические особенности личностно-профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / М. В. Бадашкеев // Теория и практика общественного развития. – 2014. – № 20. – С. 202–203.
5. Барсукова, Е. В. Влияние тревожности на формирование личности в современном мире [Текст] / Е. В. Барсукова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2016. – № 11-3. – С. 17–22.
6. Белокопытова, Д. А. Состояние изученности проблемы профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Д. А. Белокопытова, И. А. Твелова // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63–3. – С. 322–325.
7. Бровкина, А. Г. Влияние направленности личности на профессиональное самоопределение старшеклассников [Текст] /

А. Г. Бровкина, Н. А. Галкина // Наука и образование: отечественный и зарубежный опыт. – 2019. – С. 356–360.

8. Буров, К. С. Профессиональное самоопределение как научное понятие [Текст] / К. С. Буров // Вестник ЮУрГУ. – 2017. – № 4. – С. 57–67.

9. Бурцева, А. И. Социально-психологическая служба в структуре управления муниципальной системой образования [Текст] / А. И. Бурцева // Народное образование. – 2015. – № 4. – С. 136–142.

10. Быканова, О. А. Проектно-исследовательская деятельность старшеклассников на основе междисциплинарной интеграции как путь к профессиональному самоопределению [Текст] / О. А. Быканова, Н. В. Филиппова, А. Д. Марчук // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. – 2019. – № 4. – С. 55–58.

11. Вдовина, Н. А. Технологии профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Н. А. Вдовина, М. А. Кечина, Т. В. Савинова // ФГБОУ ВО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева». – 2019. – С. 57–69.

12. Веснина, Е. А. Роль профессиональной ориентации в профессиональном самоопределении старшеклассников [Текст] / Е. А. Веснина, В. Р. Черноусов // Интеграционные процессы в науке в современных условиях. – 2016. – С. 354–356.

13. Волков, Б. С. Методология и методы психологического исследования [Текст] : учеб. пособие для студентов / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва : Изд-во КНОРУС, 2017. – 344 с.

14. Головей, Л. А. Психозэмоциональное благополучие старшеклассников в связи с готовностью к профессиональному самоопределению [Текст] / Л. А. Головей, М. В. Данилова, И. А. Груздева // Психологическая наука и образование. – 2019. – № 6. – С. 63–73.

15. Гришина, И. А. Внутренние условия личностно-профессионального самоопределения в юношеском возрасте [Текст] / И. А. Гришина // Казанский педагогический журнал. – 2015. – С. 3–8.

16. Гуляева, Л. В. Профессиональное самоопределение как ведущий фактор развития конкурентоориентированности и конкурентоспособности старшеклассников [Текст] / Л. В. Гуляева, Г. Ф. Шафранов-Куцев // Интеграция образования.– 2019. – № 1 (94). – С. 100–118.
17. Гусева, Е. И. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения школьников [Текст] / Е. И. Гусева, О. И. Мигович, Л. Ф. Тихомирова, Г. В. Хитрова // Ярославский педагогический вестник. –2017. – № 2. – С.43–49.
18. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология [Текст] : учебн. пособие / Олеся Дарвиш – Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2013. – 264 с.
19. Дебердеева, Н. А. Проблема готовности к профессиональному самоопределению учащихся [Текст] / Н. А. Дебердеева, Е. Л. Пожарская // Вестник Екатеринбургского института. –2015. – № 2 (30). – С. 52–59.
20. Деянова, А. В. Педагогические условия эффективности профессионального самоопределения старшеклассников [Электронный ресурс] : статья / А. В. Деянова, Г. П. Юрьева Шаяхметова – Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2015. № 5. С. 106–110. – Режим доступа : <https://e-koncept.ru/2015/15150.htm>. – Загл. с экрана.
21. Долгова, В. И. Моделирование процесса развития профессионального самоопределения студентов педагогического колледжа [Текст] / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, К. А. Балакина // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2018. – № 2. – С. 213–221.
22. Долгова, В. И. Формирование позитивной я-концепции старших школьников [Текст] / В. И. Долгова, И. П. Ордина // Вестник Орловского государственного университета. – 2012. – № 4. – С. 63–65.
23. Долгова, В. И. Эмпирическое исследование взаимосвязи самооценки и лидерских качеств в юношеском возрасте [Электронный ресурс] : статья / В. И. Долгова, О. Д. Бушуева, В. К. Шаяхметова –

Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2016. №. 44. С. 145–149. – Режим доступа : <https://e-koncept.ru/2016/56988.htm>. – Загл. с экрана.

24. Евдокарова, Т. В. Педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Т. В. Евдокарова, С. Н. Дмитриева // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 6. – 62 с.

25. Еманова, С. В. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников в условиях вуза [Текст] / С. В. Еманова, А. С. Рылеева, Е. А. Хомутникова, М. А. Сокольская // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 5 (78). – С. 157–159.

26. Ермаков, Д. С. Профессиональное самоопределение и профессиональная ориентация школьников: историко-педагогические аспекты [Текст] / Д. С. Ермаков // Современный взгляд профессиональное образование в России и за рубежом. – 2017. – № 3(27). – С. 75–80.

27. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности [Текст] : учеб. пособие для студентов / Э. Ф. Зеер, О. А. Рудей. – Москва : Изд-во Московского психолого-социального института, 2008. – 256 с.

28. Извекова, Е. М. Применение современных цифровых технологий для формирования профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Е. М. Извекова // Вестник хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова. – 2020. – № 1 (31). – С. 135–139.

29. Кайкина, В. В. Профессиональное консультирование как форма социально-педагогической помощи в профессиональном самоопределении старшеклассников [Текст] / В. В. Кайкина // Молодёжь XXI века: шаг в будущее. – 2017. – С. 321–322.

30. Кармазина, Н. В. Профессиональное самоопределение: история вопроса [Текст] / Н. В. Кармазина, Т. В. Коваль, Т. В. Шушара // Гуманитарные науки. – 2016. – № 2 (34). – С. 23–28.
31. Карцева, Л. В. Профориентационные установки родителей старшеклассников и их влияние на профессиональное самоопределение учащихся школы [Текст] / Л. В. Карцева // Вестник нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. – 2019. – № 2 (54). – С. 68–83.
32. Кидинов, А. В. Психологическое моделирование внутригрупповых конфликтных отношений [Текст] / А. В. Кидинов // Дискуссия. – 2012. – № 3(21). – С.121–124.
33. Козлова, А. Ф. Проблема профессионального самоопределения современных старшеклассников [Текст] / А. Ф. Козлова // Социально-психологические вызовы современного общества. Проблемы. Перспективы. Пути развития. – 2019. – С. 48–51.
34. Кочурова, Е. Н. Теоретические аспекты проблемы ценностных ориентаций и профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Е. Н. Кочурова // Моя профессиональная карьера. – 2020. – № 10. – С. 69–72.
35. Лихачёва, Е. А. Юношеский возраст как наиболее сензитивный период формирования ценностно-смысловых ориентаций [Текст] / Е. А. Лихачёва // Тенденции и перспективы развития современного научного знания. – 2015. – С. 42–44.
36. Малютина, Т. В. Психологические и психофизиологические особенности развития в юношеском (студенческом) возрасте [Текст] / Т. В. Малютина // Омский научный вестник. – 2014. – № 2(126). – С. 129–133.
37. Манакова, Ю. А. Социально-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников посредством профессиональной диагностики и консультаций [Текст] / Ю. А. Манакова // Молодой исследователь: от идеи к проекту. – 2019. – С. 218–219.



38. Мельник, С. Н. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга [Текст] : учеб. пособие / Сергей Мельник. – Владивосток : Изд-во ТИДОТ ДВГУ, 2014. – 74 с.
39. Орлова, А. В. Особенности самооценки и самоотношения в юношеском возрасте [Текст] / А. В. Орлова, М. А. Рушина // Вестник российского университета дружбы народов. – 2015. – № 4. – С. 35–40.
40. Осипова, Л. Б. Проблемы профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Л. Б. Осипова, Л. В. Прыкина // Вестник Челябинского государственного университета. – 2015. – № 9 (364). – С.118–124.
41. Павлова, С. М. Особенности профессионального самоопределения и адаптации студентов-первокурсников [Текст] / С. М. Павлова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 63–70.
42. Панина, С. В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся [Текст] : учебн. пособие / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. – Москва : Изд-во Юрайт, 2014. – 312 с.
43. Парамонова, Ю. А. Особенности взаимосвязи профессионального самоопределения и типа темперамента старшеклассников [Текст] / Ю. А. Парамонова, А. В. Шишкина // Наука через призму времени. – 2019. – №2 (23). – С. 81–83.
44. Пересыпко, А. Г. Профессиональная направленность в структуре профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / А. Г. Пересыпко // Социально-психологические вызовы современного общества. Проблемы. Перспективы. Пути развития. – 2017. – С. 230–234.
45. Подольская, И. А. Развитие мотивации к профессиональному самоопределению у старшеклассников [Текст] / И. А. Подольская, К. А. Фадеева // Вестник калужского университета. – 2019. – № 2. – С. 57–68.

46. Поломошнова, С. А. Модель педагогического управления профессиональным самоопределением старшеклассников [Текст] / С. А. Поломошнова // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58–2. – С.194–197.

47. Попова, В. Н. Система профессиональной ориентации для повышения готовности подростков к профессиональному самоопределению [Текст] / В. Н. Попова // Теоретические и прикладные вопросы науки и образования. – 2015. – № 3. – С. 84–86.

48. Пряжников, Н. С. Профориентология [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / Николай Пряжников. – Москва : Изд-во Юрайт, 2016. – 405 с.

49. Психологический словарь [Текст] : научное издание / В. В. Абраменкова, Л. А. Карпенко и др. ; под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – Москва : Политиздат, 2009. – 178 с.

50. Ратанова, Т. А. Психодиагностические методы изучения личности [Текст] : учебн. пособие / Т. А. Ратанова, Н. Ф. Шляхта ; Моск. психол.-соц. ин-т. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Флинта, 2013. – 352 с.

51. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] / Большая психологическая энциклопедия ; Альмуханова А. Б., Гладкова Е. С., Есина Е. В. и др. – Электрон. дан. – Москва : Эксмо, 2007. – Режим доступа : <https://search.rsl.ru/01003115276>. – Загл. с экрана.

52. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] / Введение в исследование операций ; Черчмен, Ч. У., Акофф Р., Арноф Л. – Электрон. дан. – Москва : Наука, 1967. – Режим доступа : <https://search.rsl.ru/ru/record/01006263175>. – Загл. с экрана.

53. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] / Профессиональное самоопределение учащихся Кухарчук А. М., Ценципер А. Б. – Электрон. дан. – Минск: Нар. асвета, 1976. – Режим доступа : <https://search.rsl.ru/ru/record/01006993567>. – Загл. с экрана.

54. Савиных, В. Л. Профессиональное самоопределение школьников: подходы и технологии в условиях профильного обучения [Текст] / В. Л. Савиных // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 6. – С. 41–49.
55. Сеничева, Н. Н. Психологическая готовность старшеклассников к профессиональному самоопределению [Текст] / Н. Н. Сеничева, Д. В. Соколова // Вопросы территориального развития. – 2015. – № 5(25). – С. 1–9.
56. Смирнова, Е. В. Особенности межличностных отношений в студенческом возрасте [Текст] / Е. В. Смирнова, О. В. Шурыгина // Вестник Тверского государственного технического университета. – 2016. – № 3. – С. 130–133.
57. Старостина, Н. Н. Профессиональное самоопределение как важная составляющая профессиональной социализации личности [Текст] / Н. Н. Старостина // Педагогические науки. – 2017. – № 5. – С. 174–177.
58. Столин, В. В. Самосознание личности [Текст] : учебн. пособие / Владимир Столин. – Москва : Изд-во МГУ, 2010. – 284 с.
59. Столяренко, Л. Д. Психология [Текст]: учебн. пособие для студентов вузов / Людмила Столяренко. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 592 с.
60. Суханова, Н. А. Профессиональное самоопределение в юношеском возрасте как способ самореализации человека [Текст] / Н. А. Суханова // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2011. – №9. – С. 161–166.
61. Татаренко, А. А. Удовлетворенность студентов профессиональным самоопределением [Текст] / А. А. Татаренко // Общество, политика, финансы. – 2017. – № 1. – С. 136–139.
62. Умаев, А. У. Управление профессиональным выбором и профессиональным самоопределением учащихся [Текст] / А. У. Умаев

А. П. Салахбеков, Т. С. Рахметов // Мир науки, культуры, образования. – 2017. – Т. 64. – № 3. – С. 164–166.

63. Уткина, Т. В. Педагогические условия профессионального самоопределения старшеклассников на основе сетевого взаимодействия [Текст] / О. Б. Пяткова, В. Н. Шайкина, Н. В. Рыженкова, В. А. Забанова, О. Н. Завгородняя, Е. А. Скок, О. В. Колесникова // ЧИППКРО. – 2017. – 52 с.

64. Фомова, Е. С. Управление процессом самоопределения старших подростков [Текст] / Е. С. Фомова // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 06. – С. 1–18.

65. Хорева, С. А. Формирование профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / С. А. Хорева, В. В. Онуфриева // Глобальный научный потенциал. – 2018. – №7 (88). – С. 37–40.

66. Хухлаева, О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость [Текст] : учеб. пособие для вузов / Ольга Хухлаева. – Москва : Академия, 2006. – 208 с.

67. Черноусов, В. Р. Роль профессиональной ориентации в профессиональном самоопределении старшеклассников [Текст] / В. Р. Черноусов, Е. А. Веснина // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 388–390.

68. Шевырдяева, К. С. Особенности выявления готовности обучающихся к самоопределению в процессе учебной деятельности [Текст] / К. С. Шевырдяева // Вестник пензенского государственного университета. – 2015. – № 1(9). – С. 83–87.

69. Шушерина, О. А. Становление фасилитаторского стиля и профессиональное самоопределение будущего педагога профессионального обучения [Текст] / О. А. Шушерина //

Профессиональное самоопределение молодежи инновационного региона: проблемы и перспективы. – 2015. – № 3. – С. 47–52.

70. Юрьева, И. А. Роль психолого-педагогического сопровождения в формировании профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / И. А. Юрьева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2015. – № 2 (11). – С. 120–122.

71. Якунина, А. В. Факторы выбора профессии и их влияние на процесс профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / А. В. Якунина // Тенденции развития науки и образования. – 2018. – № 45-5. – С. 37–40.

72. Яценко, Д. А. Направления развития методологии научных исследований и практической психологии личности [Текст] / Д. А. Яценко // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. – 2013. – № 2. – С. 17–21.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Психодиагностический инструментарий исследования управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников

#### 1. Опросник «Готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Ход проведения. Учащимся предлагается прочитать перечисленные ниже утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

1. Вы уже твердо выбрали будущую профессию.
2. Основной мотив выбора – материальные интересы.
3. В избранной профессии Вас привлекает прежде всего сам процесс труда.
4. Вы выбираете профессиональное учебное заведение потому, что туда пошли учиться Ваши друзья.
5. Вы выбираете место работы (учебы) потому, что оно недалеко от дома.
6. Если Вам не удастся получить избираемую профессию, то у Вас есть запасные варианты
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, существующие для избранной профессии.
9. Не важно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала следует получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессиональной деятельности. Вам не достает.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли Вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
14. Учителя одобряют Ваш выбор будущей профессии.
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии у врача.
18. Главное в выборе профессии – возможность поступить в профессиональное учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут Вам устроиться на работу (учебу).
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой Вами профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то Вы будете пытаться еще раз.
24. Для правильного выбора профессии достаточно Вашего слова «хочу».

Обработка: проставьте полученные варианты ответов в две строки следующим образом:

I: 1. 3. 6. 7. 8. 11. 12. 16. 17. 19. 20. 22. 23.

II: 2. 4. 5. 9. 10. 13. 15. 18. 21. 24

Подсчитайте в первой строке сумму ответов «да», во второй – сумму ответов «нет» Сложите полученные суммы и определите уровень готовности подростков 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.

2. Методика «Определения профессиональной направленности»  
(определение профессионально ориентированного типа личности)

Дж. Голланд, в модификация А.А. Азбель

Инструкция. Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. В таблице приведены сгруппированные по парам специальности, из каждой пары надо выбрать одну, которую ты считаешь более подходящей для себя. Рядом с названием специальности стоит ее код — цифра от 1 до 6. Записывай коды специальностей, выбранных в каждой из пар.

Код	Специальность	Код	Специальность
2	Археолог	6	Реставратор произведений искусств
3	Специалист по связям с общественностью	4	Страховой агент
4	Нотариус	6	Телеведущий
2	Ученый-геолог	3	Туристический агент
2	Метеоролог	4	Эксперт-оценщик имущества
1	Фармацевт	6	Архитектор
4	Налоговый инспектор	5	Директор по финансам
1	Шеф-повар	4	Офицер федеральной службы безопасности
5	Начальник стройки	1	Проектировщик домов
1	Геолог-нефтяник	4	Контролер качества технологического процесса
3	Спасатель	6	Дизайнер интерьеров
5	Маркетолог	3	Агент по недвижимости
3	Тренер-инструктор	1	Инженер мобильной связи
1	Машинист электропоезда	3	Логопед
6	Студийный фотограф	2	Лингвист-востоковед
2	Искусствовед	3	Преподаватель физико-математических наук
3	Гид-переводчик	5	Начальник отдела кадров
4	Спортивный арбитр?	6	Веб-дизайнер
5	Руководитель предприятия	6	Обозреватель политических событий
2	Редактор научной литературы	4	Аудитор
3	Врач-терапевт	5	Командир военной части
1	Водолаз	2	Бактериолог
2	Ученый-экономист	5	Директор супермаркета
2	Инженер-конструктор	5	Управляющий производством
6	Поэт-переводчик	2	Ученый в области геологии
4	Судья	3	Психоаналитик
1	Инженер-испытатель двигателей	5	Главный инженер по строительству
3	Инструктор по фитнесу	6	Журналист
4	Ревизор	5	Директор театра
3	Травматолог	4	Сотрудник ГИБДД
2	Ученый-математик	4	Авиадиспетчер

5	Кинорежиссер	6	Артист в шоу-бизнесе
3	Дознаватель	1	Водитель транспортного средства
4	Инкассатор	1	Специалист по ремонту автомобилей
3	Педиатр	6	Имиджмейкер
1	Пожарный	6	Комментатор соревнований
1	Судовой электромеханик	5	Штурман корабля
4	Главный бухгалтер	5	Капитан корабля
6	Ди-джей	4	Программист
2	Хранитель музейных фондов	5	Декан факультета
6	Корреспондент	5	Предприниматель
1	Взрывотехник	6	Каскадер
1	Инженер садово-паркового хозяйства	2	Научный сотрудник в области генетики
2	Океанолог	3	Врач-терапевт
1	Авиационный механик	2	Физик-ядерщик

### Ключ

Чтобы определить свой тип профессиональной направленности, следует подсчитать количество (не сумму, а именно количество!) выборов каждого из кодов: сколько раз выбраны профессии с кодом «1», сколько раз с кодом «2» и так далее по всем шести группам. Описания характеристик представителей различных типов профессиональной направленности приведены ниже в таблице. Тебе лучше всего будет соответствовать та характеристика, по которой набрано наибольшее количество баллов. Интерпретация результатов также приведена далее в таблице.

### Типы профессиональной направленности личности

№	Тип профессиональной направленности
1	<p><b>Реалистичный тип</b>  Ты — практик, склонный заниматься конкретными делами. Предпочитаешь работу, дающую ощутимые результаты для себя и для других. Тебя не пугает физический труд. Тебя интересует работа с техникой, требующая практического склада ума, сформированных двигательных умений и навыков. Ты хорошо умеешь подчиняться и исполнять инструкции. Твоя сильная сторона — практическая исполнительность.</p>
2	<p><b>Интеллектуальный тип</b>  Ты, скорее, теоретик, чем практик. Тебе нравится заниматься изучением, исследованием какой-либо проблемы, получением новых знаний. Ты предпочитаешь работу, приносящую радость познания, а иногда и радость открытия; работу, требующую абстрактного мышления, способностей к анализу и систематизации информации, широкого кругозора. В подчинении работаешь хуже, чем самостоятельно. Твоя сильная сторона — способность проявлять творческий подход к решению различных проблем.</p>
3	<p><b>Социальный тип</b>  Ты — «коммуникатор». Любишь работать с людьми и для людей, поэтому тебя, вероятно, заинтересует работа, связанная с обучением, воспитанием, обслуживанием клиентов, оказанием помощи нуждающимся и т.п. Тебе интересна эмоционально насыщенная, живая работа, предполагающая интенсивное взаимодействие с людьми и умение общаться. Твоя сильная сторона — умение убеждать, объяснять, влиять на поведение людей.</p>



4	<p>Конвенциональный тип</p> <p>Тебе нравится работать с документами, текстами, цифрами, в том числе с использованием компьютерных средств. Подходит работа спокойная, без особого риска, с четким кругом обязанностей. Она может быть связана с обработкой информации, с расчетами, вычислениями, требующими точности, аккуратности, усидчивости. Тебе хотелось бы избежать частого общения, необходимости управлять другими людьми и отвечать за их действия. Твои сильные стороны — спокойствие, терпеливость, желание и способность к логической обработке информации и к глубокому изучению вопросов.</p>
5	<p>Предприимчивый тип</p> <p>Ты — организатор, ориентированный на активную преобразовательную деятельность. Ты предпочитаешь работу, дающую относительную свободу, самостоятельность, обеспечивающую положение в обществе, превосходство над другими, материальное благополучие; работу азартную и рискованную, требующую инициативности, предприимчивости, воли, умения брать ответственность на себя. Твоя сильная сторона — лидерские качества, смелость и решительность в решении различных вопросов.</p>
6	<p>Художественный тип</p> <p>Ты, вероятно, склонен быть «свободным художником». Тебе подходят виды деятельности, дающие возможность творческого самовыражения в ситуациях, где нет жесткого режима, формальностей. Тебе нравится работа, дающая простор фантазии, воображению, требующая развитого эстетического вкуса, творческих способностей (художественных, литературных, музыкальных). Твоя сильная сторона — оригинальность восприятия действительности, умение видеть жизнь не так, как все.</p>

### 3. Опросник «Профессиональной готовности» Л.Н. Кабардовой

Инструкция: Внимательно прочитайте вопросы. На каждый из них Вам необходимо дать три ответа, оценив их в баллах. Ответ записывается в соответствующую клетку бланка ответов, где цифрами обозначены номера вопросов, а буквами - клеточки для трех ответов.

Сначала Вы оцениваете, насколько хорошо Вы умеете делать то, что записано в вопросе (клеточка "а"):

- делаю, как правило, хорошо – 2 балла;
- делаю средне – 1 балл;
- делаю плохо, совсем не умею, никогда не делал – 0 баллов.

Затем оцениваете ощущения, которые возникают у Вас, когда Вы это делаете (клеточка "б"):

- положительные (интересно, легко) – 2 балла;
- нейтральные (все равно) – 1 балл;
- отрицательные (неинтересно, трудно) – 0 баллов.

Третий ответ должен отразить, хотели бы Вы, чтобы описанное в вопросе действие входило в Вашу работу (клеточка "в"):

- да – 2 балла;
- все равно – 1 балл;
- нет – 0 баллов.

Читая вопрос, обязательно обращайтесь внимание на слова "часто", "легко", "систематически" и т.п. Ваш ответ должен учитывать смысл этих слов.

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать их по определенному признаку.
2. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике (составлять и собирать схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т.п.).
3. Длительное время (более одного года) самостоятельно, терпеливо выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений (поливать, удобрять, пересаживать и пр.)
4. Сочинять стихи, рассказы, заметки писать сочинения, признаваемые многими интересными, достойными внимания.
5. Сдерживать себя, не "выливать" на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.
6. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.
7. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
8. Вести регулярное наблюдение за развивающимся растением и записывать данные наблюдения в специальный дневник.
9. Мастерить красивые изделия своими руками: из дерева, ткани, металла, засушенных растений, ниток.
10. Терпеливо, без раздражения объяснить кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять это несколько раз.
11. В письменных работах по русскому языку, литературе легко находить ошибки.
12. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии
13. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
14. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.
15. Много и часто общаться со многими людьми, не уставая от этого.
16. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составленные рассказы по заданной теме.
17. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), ремонтировать электротехнические приборы (пылесос, утюг, светильник).
18. Свое свободное время преимущественно тратить на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.
19. Сочинять музыку, песни, имеющие успех других.
20. Внимательно, терпеливо, не перебивая, выслушивать людей.
21. При выполнении задания по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.
22. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек).
23. Регулярно, без напоминания, выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить (животных и клетки), лечить, обучать.
24. Публично, для многих зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.
25. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.
26. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составлять логическую цепочку действий, используя при этом различные законы, формулы, теоремы.
27. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.

28. Разбираться в породах и видах животных, знать их характерные признаки и повадки.
29. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно или письменно.
30. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
31. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания математических формул, законов и умения их правильно применять при решении.
32. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машинке, проводить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
33. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.
34. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.
35. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.
36. Выполнять расчеты, подсчеты данных, выводить на основе этого различные закономерности, следствия.
37. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных изделий, конструировать новые, придуманные самостоятельно.
38. Специально заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии: читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.
39. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений.
40. Влиять на людей: убеждать, предотвращать конфликты, улаживать разногласия, разрешать споры.
41. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.
42. Выполнять задания, в которых требуются мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.
43. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоологических кружках и питомниках.
44. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.
45. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.
46. Аккуратно и безошибочно выполнять "бумажную" работу: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.
47. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технологической, логической, математической.
48. При работе с растениями или животными переносить ручной или физический труд, неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.
49. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).
50. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух

Бланк ответов

Тип профессий				
Ч-З	Ч-Т	Ч-П	Ч-Х	Ч-Ч

№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в
1				2				3				4				5			
6				7				8				9				10			
11				12				13				14				15			
16				17				18				19				20			
21				22				23				24				25			
26				27				28				29				30			
31				32				33				34				35			
36				37				38				39				40			
41				42				43				44				45			
46				47				48				49				50			

### Обработка и интерпретация результатов

Каждый столбец клеток в бланке ответов соответствует одному из типов профессий. Колонки, обозначенные буквами, отражают оценки трех ответов на каждый вопрос:

а – оценка своих умений;

б – оценка своего эмоционального отношения;

в – оценка своих профессиональных пожеланий, предпочтений.

Приступая к обработке результатов, сначала следует внимательно просмотреть бланк ответов и отметить те номера вопросов, при ответе на которые испытуемый в графе «умения» поставил оценку «0». Эти вопросы следует полностью исключить из обработки. Примером может служить соотношение оценок «0-12-11». В этом случае вторая и третья оценки также исключаются при подсчете баллов по соответствующим шкалам (эмоционального отношения и профессиональных положений). Они учитываются только при качественном анализе каждой сферы.

Далее подсчитывается сумма баллов в каждой профессиональной сфере по шкалам «умения», «отношение» и «профессиональные пожелания». Обращается внимание на соотношение оценок по данным шкалам как в каждой профессиональной сфере, так и по каждому конкретному вопросу (виду деятельности).

Выбор наиболее предпочтительной профессиональной сферы (или нескольких сфер) делается на основе сопоставления сумм баллов, набранных в разных профессиональных сферах по шкале «профессиональные предпочтения». Обращается внимание на те профессиональные сферы, в которых эти суммы наибольшие. Затем в каждой сфере сравниваются между собой баллы, набранные по трем шкалам. Предпочтительным является такое сочетание, в котором оценки по второй и третьей шкалам количественно сочетаются с оценкой по первой шкале, отражающей реальные умения испытуемого. Например, соотношение оценок типа «10-12-11» благоприятнее, чем сочетание «3-8-12», поскольку предпочтения испытуемого в первом случае более обоснованы наличием у него соответствующих умений.

Далее анализируются отдельные вопросы, ответы на которые получили оценки в баллах "2-2-2", а также "2-2-1", "1-2-2". Это необходимо, во-первых, для того, чтобы сузить профессиональную сферу до конкретных специальностей. Например, работа в области "человек-знак" может осуществляться с буквами, словами, текстами, (филолог, историк, редактор и др.); с иностранными знаками, текстами (технический переводчик, гид-переводчик); с математическими знаками (программист, математик, экономист и

др.). Во-вторых, это дает возможность выйти за пределы одной сферы на профессии, занимающие промежуточное положение между разными областями, например учитель математики (сферы "человек-человек" и "человек-знак"), модельер (сферы "человек - художественный образ" и "человек - техника") и т.д.

По результатам ответов испытуемого делается вывод о том, к какой сфере профессиональной деятельности он склонен.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты первичной диагностики готовности к выбору и направленности профессионального самоопределения старшеклассников

Таблица 1 – Результаты диагностики по опроснику «Готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского

Код испытуемого	Полученные баллы	Уровень готовности старшеклассников
1	9	Низкий
2	14	Средний
3	14	Средний
4	16	Средний
5	12	Низкий
6	13	Средний
7	11	Низкий
8	9	Низкий
9	15	Средний
10	18	Средний
11	12	Средний
12	15	Средний
13	13	Средний
14	8	Низкий
15	15	Средний
16	14	Средний
17	14	Средний
18	10	Низкий
19	8	Низкий
20	13	Средний
21	19	Высокий
22	14	Средний
23	16	Средний
24	6	Неготовность
25	16	Средний
26	16	Средний
27	12	Низкий
28	12	Низкий
29	11	Низкий
30	16	Средний
31	6	Неготовность
32	9	Низкий
Итого		Неподготовленность:2 Низкий:11 Средний:18 Высокий:1

Таблица 2 – Результаты диагностики профессиональной направленности старшекласников по опроснику Л.Н. Кабардовой

Код испытуемого	Знаковая система	Техника	Природа	Художественный образ	Человек	Ведущая направленность
1	8	6	0	7	5	Человек - знаковая система
2	6	0	0	8	9	Человек –человек
3	7	4	5	6	3	Человек - знаковая система
4	6	8	0	7	3	Человек - техника
5	5	7	5	4	6	Человек - техника
6	8	7	6	4	3	Человек - знаковая система
7	0	4	6	6	8	Человек –человек
8	7	5	5	0	6	Человек - знаковая система
9	5	0	4	8	5	Человек - худ. образ
10	6	9	5	2	4	Человек - техника
11	6	7	3	0	4	Человек - техника
12	0	3	6	5	8	Человек –человек
13	6	0	5	7	6	Человек - худ. образ
14	9	7	3	0	4	Человек - знаковая система
15	7	5	4	3	4	Человек - знаковая система
16	0	3	0	0	5	Человек –человек
17	2	6	4	3	4	Человек - техника
18	0	3	7	6	4	Человек - природа
19	7	8	0	4	5	Человек - техника
20	2	6	1	4	4	Человек - техника
21	7	5	0	3	4	Человек - знаковая система
22	1	0	8	5	3	Человек - природа
23	0	0	5	7	0	Человек - худ. образ
24	7	9	3	1	6	Человек - техника
25	5	6	0	1	8	Человек –человек
26	8	6	3	1	6	Человек - знаковая система
27	7	4	1	0	3	Человек - знаковая система
28	1	0	7	5	8	Человек –человек
29	3	6	5	7	4	Человек - худ. образ
30	0	0	8	5	6	Человек - природа
31	5	8	1	0	7	Человек - техника
32	7	5	5	3	6	Человек - знаковая система
Итого						Знак. система: 10 Техника: 9 Природа: 3 Человек: 6 Худ. образ: 4

Таблица 3 – Результаты «Определения профессиональной направленности» (определение профессионально-ориентированного типа личности) по методике Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель

Код испытуемого	Реалистичный тип	Интеллектуальный тип	Социальный тип	Конвенционный тип	Предприимчивый тип	Художественный тип	Ведущий тип личности
1	6	6	9	5	9	10	Художественный тип
2	6	5	9	6	8	11	Художественный тип
3	8	8	7	11	5	6	Конвенционный тип
4	4	7	10	9	8	7	Социальный тип
5	11	9	7	6	7	5	Реалистичный тип
6	8	12	7	8	6	4	Интеллектуальный тип
7	12	8	7	7	5	6	Реалистичный тип
8	9	10	9	4	5	8	Интеллектуальный тип
9	7	6	9	5	7	11	Художественный тип
10	5	6	6	10	11	7	Предприимчивый тип
11	11	9	5	6	9	5	Реалистичный тип
12	7	5	7	7	9	10	Художественный тип
13	6	5	10	6	7	11	Художественный тип
14	8	8	9	10	7	3	Конвенционный тип
15	6	10	9	7	6	7	Интеллектуальный
16	6	6	10	6	9	8	Социальный тип
17	7	9	6	7	5	12	Художественный тип
18	8	7	7	11	6	9	Конвенционный тип
19	11	10	7	8	5	4	Реалистичный тип
20	7	8	11	5	8	6	Социальный тип
21	10	6	8	7	9	5	Реалистичный тип
22	8	4	7	7	8	11	Художественный тип
23	6	7	10	5	6	11	Художественный тип
24	9	8	8	7	5	8	Реалистичный тип
25	9	7	9	6	5	10	Художественный тип
26	8	10	5	8	6	8	Интеллектуальный
27	6	4	6	9	12	8	Предприимчивый
28	8	7	10	4	8	8	Социальный тип
29	7	6	9	5	7	11	Художественный тип
30	8	8	8	5	7	9	Художественный тип
31	8	8	7	5	8	9	Конвенционный тип
32	11	6	7	9	6	6	Реалистичный тип
Итого							Конвенционный: 4 Реалистический: 7 Интеллектуальный:4 Художественный: 11 Социальный: 4 Предприимчивый: 2



## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа управления процессом профессионального самоопределения старшекласников

#### **Занятие 1. Тема: Первое впечатление**

**Цель:** знакомство участников тренинговой группы с планируемой работой предстоящего тренинга.

Ход выполнения:

#### **Упражнение 1. «Меня зовут... Я делаю так...», 5-10 минут.**

**Задачи:** знакомство участников тренинговой группы, снятие психологического напряжения.

**Содержание:** Упражнение можно выполнять сидя, можно стоя. Каждый участник по кругу называет свое имя и показывает какое-то движение со словами: «Я делаю так...». Каждый последующий участник повторяет сначала все имена и движения предыдущих, а потом уже называет свое имя и показывает свое движение. Таким образом последний участник должен повторить имена и движения всех остальных членов группы

#### **Вопросы:**

- Что вы ожидаете от тренинга лично для себя?
- Какие ожидания от группы?
- Чего ожидаете от тренера как ведущего?

#### **Упражнение 2. «Правила нашей группы», 10-15 минут.**

**Задачи:** ознакомить членов группы с правилами психологического тренинга и его основными задачами.

**Содержание:** После того как участники представились друг другу и тренеру, необходимо ознакомить их с целью и основными задачами предстоящего тренинга. А также принять правила, которые будут соблюдаться участниками группы в дальнейшем.

Правила:

1. Принцип конфиденциальности
2. Я-высказывания
3. Правило «Стоп»
4. Доброжелательности
5. Активности
6. Закон микрофона

#### **Упражнение 3 «Первое впечатление», 15-20 минут.**

**Задачи:** сплочение участников тренинга, формирование благоприятного психологического климата в группе.

**Оборудование:** 2 фотографии, 14 карточек.

**Содержание:** Группа делится на две команды, после чего каждой из них раздается фотография человека, по которой они попробуют составить свое первое впечатление о нем. Характерные для этого человека, по мнению группы, черты характера записываются на 7 карточек. Ведущий дает подсказку каждой группе: (Инструкция первой группе: «Перед вами на фотографии – известный бизнесмен. Он является основателем благотворительного фонда для детей, больных онкологией, меценатом»).

Инструкция второй группе: «Перед вами на фотографии человек, находящийся в розыске за экономические преступления. Он, будучи управляющим банком, «прокручивал» заработную плату педагогов»). После того как участники предоставят и

обоснуют свои точки зрения, ведущий оглашает, что на 2 фотографиях один и тот же человек.

**Вопросы:**

- Каково ваше мнение о человеке на фото?
- По каким признакам вы это определили?
- Что вы почувствовали, когда узнали что это один и тот же человек?
- Как думаете на что направлено упражнение?

**Упражнение 4. «Передача стаканчика», 10-15 минут.**

**Задачи:** создание благоприятной психологической атмосферы в группе, снятие напряжения и тревоги у участников.

**Оборудование:** пластиковый стаканчик.

**Содержание:** Ведущий дает первому участнику пластиковый стаканчик, необходимо передать стаканчик по кругу, таким образом, чтоб способ его передачи от участника к участнику ни разу не повторился. Для тех, кто никак не может придумать оригинальный, еще не использованный в игре способ передачи стаканчика, команда придумывает смешные штрафные санкции. Все штрафы отрабатываются в конце игры. Игра завершается, когда пройден полный круг, либо продолжается до тех пор, пока существуют новые оригинальные идеи.

**Вопросы:**

- Ваше настроение в игре?
- Какие испытывали затруднения при способах передачи? Выступления штрафников.

**Рефлексия.**

**Занятие 2. Тема: Кем я желаю стать?**

**Цель:** выявление профессиональной направленности участников группы и формирование мотивации к дальнейшим занятиям.

Ход выполнения:

**Упражнение 1. «Комплименты». 10-15 минут.**

**Задачи:** снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

**Содержание:** Ведущий разбивает участников на пары, те в свою очередь должны партнеру в течение минуты сказать комплимент (они не должны быть сформированы только на внешний данных человек). Участник, принимающий комплименты должен отвечать: «Да, я такой», «Да, я это знаю» и т.д. После происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Что вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие трудности были?

**Упражнение 2. Профессиональная беседа. 15-20 минут.**

**Задачи:** ознакомить участников группы с современным рынком труда;

**Содержание:** Беседа о наиболее привлекательной для участников тренинга профессиональной специальности и есть ли у них способности и личностные качества к ней. А также диалог с участниками тренинга об актуальности различных профессий на современном рынке труда.

**Вопросы:**

- Узнали ли вы что-то новое для себя?

**Упражнение 3. «Мои достижения», 10-15 минут.**

**Задачи:** выявление участниками группы своих сильных сторон, повышение уверенности в себе.

**Содержание:** Нужно гордиться своими успехами и не бояться о них заявить. Ваши успехи сейчас – это ваши внутренние ресурсы, которые могут вам помочь в достижении поставленных целей. Учащимся предлагается записать продолжение предложений о своих успехах и достижениях, используя незаконченные предложения:

- Я горжусь тем, что я .....
- Особенно хорошо мне удаётся....
- У меня хорошо получается.....
- Своим успехом я считаю....
- Больше всего меня привлекает.....

По окончании желающие высказываются, что они записали.

**Вопросы:**

- Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие затруднения возникли?
- Как выявленные успехи помогут вам в дальнейшем?

**Упражнение 4. «Мечты», 10-20 минут.**

**Задачи:** формирование у участников группы собственной позиции по отношению к будущей профессии.

**Содержание:** Включается тихая, приятная музыка. Ведущий плавно ведет монолог о будущем, участники, сидя в кругу, закрывают глаза и пытаются, прислушиваясь к своим желаниям, представить свое профессиональное будущее, положение в обществе, ближайшее окружение. Дается 2-5 минуты.

**Вопросы:**

- Поделитесь своим впечатлением?
- Какое представление у вас возникло?

**Упражнение 5. «Закончи предложения», 5-10 минут.**

**Задачи:** снятие психологического напряжения у участников группы.

**Содержание:** Участникам предлагается письменно закончить предложения:

- Я очень хочу, чтобы в моей жизни было ...
- Я пойму, что счастлив, когда ...
- Большую радость мне доставляет...
- Чтобы быть счастливым сегодня, я делаю ...

**Рефлексия.**

**Занятие 3. Тема: Каковы мои способности?**

**Цель:** Способствовать формированию у обучающихся навыка анализа собственных способностей

Ход выполнения:

**Упражнение 1. «Говорящие ладошки», 10-15 минут.**

**Задачи:** повышение групповой сплоченности, снятие напряжение в группе, активизация и настрой участников группы на дальнейшую работу.

**Содержание:** Сейчас вам надо разбиться на пары, взяться за руки и закрыть глаза. Представьте, что руки у вас стали говорящие. Только с помощью кистей рук вам надо: познакомиться друг с другом, затеять спор, поссориться, поругаться, помириться, попросить прощения друг у друга.

**Вопросы:**

- Какие ощущения вы испытывали в различных ситуациях?
- Какие из них приятные, какие нет?

- Почему?

### **Упражнение 2. «Кто есть, кто?», 10-15 минут.**

**Задачи:** способствовать формированию у старшеклассников представления о себе в роли специалиста определенной профессии.

**Содержание:** 1. Ведущий опрашивает участников, какие профессии для них наиболее интересны, записывает эти профессии (примерно 10 - 15 названий) на доске.

Сейчас я буду называть профессии, а каждый участник в течение нескольких секунд должен посмотреть на своих товарищей и определить, кому профессия подойдет в наибольшей степени. Далее я хлопну в ладоши и все команде одновременно должны показать рукой (или ручкой) на выбрано человека (наиболее подходящего для названной профессии).

2. Показав рукой на своего товарища, все должны на время замереть, а ведущий сам по очереди подсчитывает, сколько рук показывает на каждого человека, т.е. чей образ, по мнению большинства игроков, в наибольшей степени соответствует данной профессии. Конечно, и сами игроки могут сосчитать, сколько рук на них указывают, но по опыту проведения игры, часто оказывается, что без помощи ведущего многие сбиваются.

#### **Вопросы:**

- Каковы ваши впечатления?
- Чем вы остались довольны?
- Почему?

### **Упражнение 3. «Наше общее», 10-15 минут.**

**Задача:** предоставить участникам возможность выявить общие и различные качества своего партнера, создание условий для формирования доверительных отношений.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участники образуют пары, каждая из которых должна найти как можно общих черт, качеств, манер поведения, которые могут быть применимы к обоим членам пары. После каждая пара выявляет те качества и способности партнера, которые отличаются их друг от друга.

#### **Вопросы:**

- С какими трудностями столкнулись?
- Удивило вас что-либо?

### **Упражнение 4. «Какой я?», 15-20 минут.**

**Задачи:** Выявить личностные особенности участников тренинга, сформировать условия для развития навыков самоосознания и самоанализа.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участники группы письменно должны подобрать определения (смешной, слабый, красивый и т.д.) к предложениям:

- Я думаю, что я...
- Другие считают, что я...
- Мне хочется быть...
- Я представляю себя...
- Лучше всех я умею...и т.д.

После члены группы зачитывают эти предложения и выслушивают мнения остальных участников. Далее происходит обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Какие чувства вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие затруднения возникли?

### **Упражнение 5. «Ладонь», 10-15 минут.**

**Задачи:** создание благоприятного психологического климата, формирование условий для принятия собственных личностных качеств.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки, фломастеры, цветные карандаши.

**Содержание:** Участники группы обводят на листе контур своей ладони. В центре записывают свое имя, а на каждом пальце то, что им нравится в самом себе. После листочек передается по кругу и каждый последующий участник должен снаружи от ладони записать, что ему нравится в хозяине листочка, что он хочет ему пожелать. Далее происходит обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?
- С какими высказываниями вы согласны, а с какими нет?
- Как думаете на что направлено упражнение?

### **Рефлексия.**

### **Занятие 4. Тема: Вселенная профессий**

**Цель:** способствовать расширению у старшеклассников представлений о современном рынке труда и деятельности специалистов профессиональных направленностей.

#### **Ход выполнения:**

#### **Упражнение 1: «Горячий стул». Время: 10-15 минут.**

**Задачи:** создание условий для формирования благоприятной психологической атмосфере в группе; формирование позитивного настроения.

**Содержание:** Участник садится в центр круга, в то время как остальные по очереди высказываются, с кем или чем он у них ассоциируется, какие конкретно чувства вызывает. После происходит процесс обсуждения.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

### **Упражнение 2. «Профессия на букву», 15-20 минут.**

**Задачи:** актуализация уже имеющихся знаний о профессиях; расширение знаний о мире профессионального труда.

**Содержание:** Сейчас будет названа какая-то буква. Наша задача — показать, что мы знаем много профессий, начинающихся с этой буквы, т.е. показать, насколько мы знаем мир профессий. Каждый по кругу будет называть по одной профессии на данную букву». Желательно больше 5 - 7 букв не предлагать, иначе игра перестанет казаться увлекательной.

#### **Вопросы:**

- Какие затруднения возникли?
- Какие профессии вам мало или вовсе не известны?

### **Упражнение 3. «Самая – самая», 15-30 минут.**

**Задачи:** повысить уровень ориентации в мире профессионального труда.

**Содержание:** Сейчас вам будут предлагаться некоторые необычные характеристики профессий, а вы должны будете по очереди называть те профессии, которые, по-вашему, в наибольшей степени данной характеристикой подходят. Например, характеристика - самая денежная профессия, - какие профессии являются самыми денежными? Ведущий называет первую характеристику, а участники сразу же по кругу предлагают свои варианты. Если у кого-то возникают сомнения, что названа самая-

самая, то можно задавать уточняющие вопросы. Это могут быть, например, такие характеристики:

- самая «зеленая» профессия;
- самая «сладкая» профессия;
- самая «волосатая» профессия;
- самая «неприличная» профессия;
- самая «детская» профессия;
- самая «смешная» профессия;
- самая «высокая» профессия;
- самая «дикая» профессия;
- самая «праздничная» профессия;
- самая «мужская» профессия;
- самая «женская» профессия;
- самая «человечная» профессия и т.д.

**Вопросы:**

- Какие эмоции вы испытывали при выполнении упражнения?
- С чем у вас возникли затруднения?

**Упражнение 4. «Социальные роли», 10-15 минут.**

**Задачи:** выявление участниками группы положительных и отрицательных сторон различных профессий.

**Оборудование:** карточки с профессиями.

**Содержание:** Учащиеся делятся на пары (по порядку, по кругу), каждая пара вытягивает по 2 карточки с различными профессиями. Учащимся предлагается высказать своё мнение о плюсах и минусах каждой из них в следующей форме:

- Быть ... хорошо, потому что...
- Быть ... плохо, потому что...

Далее происходит обсуждение.

**Вопросы:**

- С какими трудностями столкнулись?
- Как думаете на что направлено упражнение?

**Упражнение 5: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.**

**Задачи:** создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

**Содержание:** Ведущий делит участников на пары. Далее партнеры должны сказать друг другу следующую фразу: «Я уверен, что ты...». Затем ведущий вместе с участниками обсуждает упражнение.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Рефлексия.**

**Занятие 5. Тема: Сильные стороны**

**Цель:** создание условий, способствующих формированию качеств и особенностей участников, свойственных выбранной ими профессии.

Ход выполнения:

**Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.**

**Задачи:** снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

**Содержание:** Ведущий разбивает участников на пары, те в свою очередь должны партнеру в течение минуты сказать комплимент (они не должны быть

сформированы только на внешний данных человек). Участник, принимающий комплименты должен отвечать: «Да, я такой», «Да, я это знаю» и т.д. После происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Что вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие трудности были?

**Упражнение 2. «Какой я человек?», 10-15 минут.**

**Задачи:** выявление личностных особенностей участников тренинга; формирование условий для развития навыков самоосознания и самоанализа.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** человек часто задает вопросы, но в основном другим. Эти вопросы, о чем угодно, только не о себе самом. Сейчас мы будем отвечать на два вопроса из многих, описывающих ваше представление о себе.

Возьмите лист бумаги и ответьте на предлагаемые вопросы.

- Мой жизненный путь: каковы мои основные успехи и неудачи?
- Влияние семьи: как на меня влияют мои родители, братья и сестры, близкие?

Ваши ответы должны быть предельно откровенными, так как, кроме вас, их никто не увидит. Только с вашего разрешения с этими ответами ознакомлюсь я. Через некоторое время у вас накопится много ответов на этот простой и одновременно такой сложный вопрос: какой я человек? Эти ответы помогут вам лучше разобраться в себе».

**Вопросы:**

- Поделитесь своими впечатлениями?
- Какие трудности вы испытали?

**Упражнение 3: «Дополнение предложений». Время: 15-20 минут.**

**Задачи:** создать условия для анализа участниками собственной личности, организация предпосылок для формирования позитивного самовосприятия.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участникам предлагается вспомнить, что у них лучше всего получается. После они дополняют на листке бумаги следующие наборы шаблонов:

- Я могу прекрасно...
- Я могу чудесно...
- Я умею очень хорошо...
- Я делаю великолепно...
- Я могу лучше всех...
- Я могу хорошо...

Ведущий предлагает участникам быть честными в своих высказываниях, так как записывают они это для себя. После члены группы обсуждают проведенное упражнение.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?
- С какими затруднениями столкнулись?

**Упражнение 4. «Справедливый обмен», 15-20 минут.**

**Задачи:** создание условий для формирования навыков самоанализа, самокритики и самопонимания; выявление личностных качеств участника тренинга.

**Оборудование:** карточки, ручки.

**Содержание:** участникам раздается по 7 карточек из плотной бумаги или картона. На этих карточках участники должны написать семь разных своих качеств, которыми они гордятся, которые считают своим достоинством. Если группа еще

сильно зажата, участники скованны, ведущий тоже берет себе карточки и пишет на них свои личные достоинства - потом он будет "заводить" группу.

Объявляется торг: кто угодно может с кем угодно обменяться своими карточками. Можно поменять одну свою карточку на карточку другого человека, если кажется, что сделка выгодна (например, кто-то захочет поменять свою карточку "Честность" на чужую карточку "Коммуникабельность", соответственно тот человек согласен на обмен, потому что считает "Честность" качеством лучше, чем "Коммуникабельность"). Можно поменять одну свою карточку на несколько чужих, и - соответственно - несколько своих на одну чужую.

Чтобы было удобно, все держат свои карточки открытыми. Можно "прикупить" себе еще одно такое же качество. Тогда как бы считается, что участник удвоил свое достоинство (был просто честным, а стал вдвойне честным). Ведущий не ограничивает активность участников: можно говорить всем вместе, перебивать друг друга, повышать голос. "Обстановка базара" будет только на руку. В конце, когда торги уже закончились, проходит обсуждение.

#### **Вопросы:**

- Кто полностью "поменял" свою личность? Кто совсем не поменял?
- Кто больше всех выиграл, как думаете? Кто проиграл? Почему?
- Показалось ли кому-нибудь, что какое-то чужое достоинство лично ему и даром не нужно? Как такое может быть? Что за этим кроется?

#### **Рефлексия.**

#### **Занятие 6. Тема: Только спокойствие**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения у участников тренинга, повышение групповой сплоченности.

#### **Ход выполнения:**

#### **Упражнение 1. «Две правды, одна ложь», 15-20 минут.**

**Задачи:** помочь участникам ближе познакомиться, снятие психологического напряжения.

**Содержание:** Участники по кругу, по очереди, называют свое имя, и далее – три факта о себе, один из которых – ложь. Остальные должны догадаться, что именно было ложью. Пример: «Я – Маша Горохова. Я хорошо пою. Я обожаю пиццу. Я занималась подводным плаванием».

#### **Вопросы:**

- Каковы ваши эмоции?
- Что вам показалось удивительным?

#### **Упражнение 2. «Забавные профессии», 15-25 минут.**

**Задачи:** создание условий, способствующих анализируанию существующих профессий.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Каждый участник самостоятельно придумывает какую-то новую профессию. Для этого он берет две уже существующие профессии (например, «врач» и «водитель») и объединяет их в одну новую (например, «врач-водитель» или «водитель-врач»). Автор идеи представляет выдуманную профессию другим участникам, вкратце описывает характер работы «новых специалистов». Например, «врач-водитель» это может быть что-то вроде таксиста, который параллельно оказывает медицинскую помощь. Или «фотограф-строитель»: он строит дома по фотографиям или строит и одновременно фотографирует. Каждую такую вымышленную забавную профессию следует довольно хорошо проанализировать, делая упор на то, какие именно операции будет совершать «новый профессионал. В конце проводится обсуждение.



**Вопросы:**

- Чья профессия вам показалась наиболее забавной?
- Какая профессия может быть наиболее востребованной? наименее?
- Почему таких профессий до сих пор нет?
- Вы бы сами, какую профессию выбрали из тех, что мы сегодня придумали?

**Упражнение 3. «Отгадай профессию», 15-20 минут.**

**Задачи:** снятие эмоционального напряжения, групповое сплочение участников группы.

**Содержание:** Участники разбиваются на две команды. Одна из команд загадывает профессию, член другой команды должен невербально изобразить названную ему одну профессию, чтобы члены его команды могли ее угадать.

**Вопросы:**

- Каковы ваши впечатления от упражнения?
- Что запомнилось больше всего?
- Легче было показывать профессию или отгадывать?

**Упражнение 4. «Коллективный рисунок», 15-20 минут.**

**Задачи:** создание благоприятной психологической атмосферы в группе, навык работы в коллективе.

**Оборудование:** ватман, карандаши, фломастеры.

**Содержание:** Участникам группы предлагается нарисовать коллективный рисунок будущей профессии, в которой каждый смог бы себя реализовать. У нее может быть несколько направлений, но сама профессия должна быть одной и иметь конкретную цель. Также каждый участник должен сыграть в ней свою роль.

**Вопросы:**

- Каковы ваши эмоции от упражнения?
- С какими трудностями столкнулись?

**Рефлексия****Занятие 7. Тема: Легко ли поставить цель?**

**Цель:** создание условий, способствующих формированию у обучающихся умения грамотно ставить цели и прогнозировать возможные трудности, связанные с выбором профессии.

**Ход выполнения:**

**Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», 10 минут.**

**Задачи:** Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

**Содержание:** Сидя в кругу, участники обращаются к соседу справа со словами: «Я рад тебя видеть, потому что...» и называют какое-либо личностное качество или особенность, характерное для того человека. Не рекомендуется называть лишь внешние признаки участника (красивый, милый и т.д.).

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Упражнение 2. «Ловушки – капканчики», 20-30 минут.**

**Задачи:** повышение уровня осознания возможных препятствий (ловушек) на пути к профессиональным целям и представления о путях преодоления этих препятствий.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Процедура включает следующие этапы:

1. Совместно с группой определяется конкретная профессиональная цель (поступление в конкретное учебное заведение; окончание данного заведения; оформление на конкретное место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего...).

2. В группе выбирается доброволец, который будет «представлять» какого-то вымышленного человека (если доброволец пожелает, то он может представлять и самого себя...). При этом для вымышленного человека необходимо сразу же определить его основные характеристики: пол, возраст (желательно, чтобы возраст соответствовал возрасту большинства присутствующих, что сделает упражнение более актуальным для играющих), образование, семейное положение и др. Но таких характеристик не должно быть слишком много!

3. Общая инструкция: «Сейчас каждый, уже зная, к каким целям стремится наш главный герой, должен будет определить для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели (как внешние, так и внутренние). Желательно определить даже две—три таких трудностей-ловушек на случай, если похожие трудности придумают другие участники (чтобы не повторяться). Выделяя такие трудности, каждый обязательно должен подумать и о том, как преодолеть их. После этого по очереди каждый будет называть по одной трудности-ловушке, а главный игрок без размышления должен будет сказать, как можно было бы эту трудность преодолеть. Игрок, назвавший данную трудность, также должен будет сказать, как можно было бы ее преодолеть. Ведущий с помощью остальных игроков определяет, чей вариант преодоления трудности оказался оптимальным, интересным и реалистичным.

В ходе данного упражнения могут возникать интересные дискуссии, у участников часто появляется желание поделиться своим жизненным опытом и т.д. Конечно, ведущий должен поощрять такой обмен опытом, но одновременно следить и за тем, чтобы игра проходила динамично и не увязала в несущественных деталях

**Вопросы:**

- Какие трудности испытали во время упражнения?
- По вашему мнению, на что направлено упражнение?

**Упражнение 3. «Доведи за меня до конца!», 15-30 минут.**

**Задачи:** осознание важности стремления завершать какие-либо дела.

**Содержание:** Ведущий объясняет, что следующее упражнение будет направлено на демонстрацию того, как важно уметь доводить начатое дело до конца. После этого каждый участник по очереди рассказывает какое-либо дело, которое он когда-либо не закончил, бросил, не доделав. Группа задает уточняющие вопросы. Затем группа должна решить, как бы она на месте участника завершила бы это дело. Ведущий должен следить за тем, чтобы не обсуждалось то, стоило ли вообще заканчивать дело.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления?
- Какие затруднения испытали во время упражнения?
- На что оно направлено?

**Упражнение 4. «Жизненные цели», 30-40 минут.**

**Задачи:** выработка участниками тренинга жизненных целей.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** задание выполняется в 5 этапов.

Этап 1. «Поговорим о ваших жизненных целях. Возьмите ручку, бумагу. В течение 15 минут подумайте над вопросом «Что я действительно хочу получить от своей жизни?» Долго не думайте, записывайте все, что приходит вам в голову. Уделите внимание всем сферам вашей жизни. Отвечайте на вопрос так, словно вы обладаете неограниченным ресурсом времени».

Этап 2. «Теперь, за две минуты вам нужно выбрать то, чему бы вы хотели посвятить ближайшие три года. Цели должны быть реалистичны. Это позволит сконцентрироваться на действительно важных для вас вещах».

Этап 3. «Сейчас мы определим цели на ближайшие шесть месяцев — две минуты на составление списка и две минуты на его корректировку».

Этап 4. «Сейчас мы определим цели на три-два месяца — две минуты на составление списка и две минуты на его корректировку».

Этап 5. «Периодически пересматривайте свои списки, хотя бы для того, чтобы убедиться, что вы двигаетесь в выбранном направлении. Выполнение этого упражнения похоже на использование карты в походе. Периодически вы обращаетесь к ней, корректируете маршрут, возможно даже меняете направление, но главное, знаете куда идете».

**Вопросы для обсуждения:**

- Как вы себя ощущаете после упражнения?
- Какие интересные выводы вы для себя сделали?
- Что было неожиданным для вас?
- Что было труднее всего? Почему?
- Кто из участников составил реалистичный план и готов ему следовать?

**Рефлексия.**

**Занятие 8. Тема: Я и социум**

**Цель:** развитие у участников группы коммуникативных навыков, оказывающих помощь на пути достижения желаемой профессии.

**Ход выполнения:**

**Упражнение 1: «Говорящие ладошки», 5-10 минут.**

**Задачи:** Использование тактильных ощущений для характеристики человека, снятие напряжения в группе.

**Содержание:** Члены группы разбиваются на пары, берут друг друга за руки и закрывают глаза. Далее им необходимо только с помощью кистей рук: познакомиться друг с другом, поссориться, помириться, попросить извинения и т.д. Все это следует выполнять с закрытыми глазами.

**Вопросы:**

- Какие эмоции вы испытали?

**Упражнение 2. «Передать одним словом», 15-20 минут.**

**Задачи:** развитие навыка интерпретации эмоций.

**Оборудование:** карточки с эмоциями.

**Содержание:** Участники делятся на 2 команды. Ведущий раздает карточки, на которых написаны названия эмоций. Необходимо изобразить эту эмоцию, не используя вербальных средств, то есть, ничего не говоря. Остальные отгадывают, какую эмоцию пытался изобразить участник. Участникам другой группы также изображают эмоции написанную на листе, но уже с использованием вербальных средств читают фразу «уронили мишку на пол». Остальные угадывают.

**Вопросы:**

- Насколько легко удавалось угадать эмоцию по интонациям?
- В реальной жизни, насколько часто в телефонном разговоре вы по интонации с первых слов понимаете, в каком настроении находится ваш собеседник?

**Упражнение 3. «Завтрак с героем», 20-25 минут.**

**Задачи:** отработать навыки убеждения и умение найти аргументы в пользу своей позиции.

**Оборудование:** ручки, листы бумаги.

**Содержание:** Группе предлагается представить, что у каждого из присутствующих есть возможность позавтракать с любимым человеком. Это может быть знаменитость настоящего, или историческая фигура прошлого, или обыкновенный человек, который произвел на вас впечатление в какой-то момент жизни. Каждый должен решить для себя, с кем он хотел бы встретиться, и почему. Нужно записать имя своего героя на листе бумаги и поделиться на пары, затем надо решить с чьим героем вы будете встречаться. Участники должны убедить друг друга всевозможными способами, почему нужно выбрать именно его героя. Потом пары объединяются в четвёрки и проделывают тоже самое, затем объединяется вся группа и выбирает одного героя.

**Вопросы для обсуждения:**

- Почему остался именно этот герой?
- Легко было уступать и почему вы уступали?
- Какие чувства вы испытывали, когда с вами не соглашались?
- Что вы испытывали, когда с вами соглашались?
- Часто ли вы в жизни сталкиваетесь с ситуацией выбора?

**Упражнение 4. «Леопольд», 20-25 минут.**

**Задачи:** развить умение находить подход к людям.

**Материалы:** карточки с кличками котов.

**Содержание:** Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами». Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Василием, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе. Тренер напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему постоянные пакости. В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышью, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышью. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышью, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мышью – определить настоящего Леопольда. Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мышью», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверил.

**Вопросы для обсуждения:**

- Почему мы доверяем одному человеку, но не доверяем другому?
- Легко ли вам было находиться в роли кота или мышью?
- Доверяете ли вы людям в жизни?
- Доверяют ли вам люди?
- Считаете ли вы, что общение играет важную роль во взаимоотношениях между людьми?

**Упражнение 5: «Дождик», 10-15 минут.**

**Задачи:** формирование условий для достижения мышечного расслабления, снятие внутреннего напряжения.

**Содержание:** участники становятся в тесный круг, друг за другом. Затем ведущий просит их представить: «Вы оказались в джунглях. Погода сначала была великолепная, светило солнце, было жарко и душно. Но вот подул легкий ветерок. Прикоснитесь к спине стоящего впереди человека и совершайте легкие движения руками. Ветер усиливается (давление на спину увеличивается). Начался ураган (сильные движения). Затем пошел мелкий дождик. А вот начался ливень (движения

пальцами ладони вверх-вниз). Пошел град (сильные постукивающие движения всеми пальцами). Снова пошел ливень, застучал мелкий дождь, пронесся ураган, подул сильный ветер, затем он стал слабым, и все в природе успокоилось. Опять выглянуло солнце». Далее происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Рефлексия.**

**Занятие 9. Тема: Это выбор окончателен!**

Цель: способствовать развитию умения обосновывать и аргументировать свой профессиональный выбор.

Ход выполнения:

**Упражнение 1. «Горячий стул». Время: 10-15 минут.**

**Задачи:** создание условий для формирования благоприятной психологической атмосфере в группе; формирование позитивного настроения.

**Содержание:** Участник садится в центр круга, в то время как остальные по очереди высказываются, с кем или чем он у них ассоциируется, какие конкретно чувства вызывает. После происходит процесс обсуждения.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Упражнение 2. «Позиции», 15-20 минут.**

**Задачи:** создать условия для развития умения выразить свою точку зрения.

**Содержание:** Группа стоит в центре аудитории. Один угол помещения отводится для положительных ответов, противоположный ему — для отрицательных ответов. Ведущий зачитывает участникам тезисы для обсуждения. В зависимости от своего отношения к этому заявлению члены группы занимают позиции на диагонали, проходящей из угла «+» в угол «—». Дается немного времени, чтобы каждый из участников мог сравнить свою позицию с позициями других. Тем, кто занял крайние позиции, задается вопрос: «Чем они могут обосновать свое положительное или отрицательное отношение к названному тезису?». Те, кто не определился: «В чем возникли трудности?». Объяснения выслушиваются без комментариев и обсуждения, дискуссия не предусмотрена. Педагог объявляет следующее положение, и т. д.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

- Как думаете на что направлено?

**Упражнение 3. «Убеди предков», 15-20 минут.**

**Задачи:** формирование умения аргументировано убеждать окружающих людей в своем профессиональном выборе.

**Содержание:** Группа делится на тройки: отец — мать — подросток. Задание: провести беседу с родителями, аргументированно убедив их в целесообразности своих профессиональных планов.

**Вопросы:**

- Ваши эмоции в процессе выполнения упражнения?

- С какими трудностями столкнулись?

- На что направлено упражнение?

**Упражнение 4. «Письменные дебаты», 20-25 минут.**

**Задачи:** создать условия для развития умения формулировки аргументов в защиту своей позиции и развития навыков письменной речи.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Ведущий объединяет членов группы в пары и определяет, какую позицию будет отстаивать каждый участник (например, один — сторонник данной позиции, другой — противник). Если в группе нечетное количество участников, то ведущий организует работу одной триады. Участники пары садятся спиной друг к другу. Ведущий зачитывает утверждение, и участники начинают письменный диалог. На формулирование аргументов в защиту своей позиции дается 5 минут. Обучающиеся записывают их на листе бумаги в форме развернутых тезисов. По истечении времени участники меняются листами, читают тезисы своих оппонентов и приводят ряд антитезисов. Время работы — 5 минут. После пара пишет индивидуально (или совместно, в парах) итоговую работу по дискуссии. Далее происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Назовите лучшие аргументы партнера?
- Что понравилось в аргументах твоего оппонента?
- Что вызвало недоумение в аргументах партнера?

**Упражнение 4. «Ладонь», 10-15 минут.**

**Задачи:** создание благоприятного психологического климата; формирование условий для принятия собственных личностных качеств.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки, фломастеры, карандаши.

**Содержание:** Участники группы обводят на листе контур своей ладони. В центре записывают свое имя, а на каждом пальце то, что им нравится в самом себе. После листочек передается по кругу и каждый последующий участник должен снаружи от ладони записать, что ему нравится в хозяине листочка, что он хочет ему пожелать. Далее происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?
- С какими высказываниями вы согласны, а с какими нет?
- Как думаете на что направлено упражнение?

**Рефлексия.**

**Занятие 10. Тема: Твердая земля под ногами часть 1**

**Цель:** создание условий, способствующих развитию у участников тренинга уверенности в своем профессиональном выборе.

Ход выполнения:

**Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», Время: 10 минут.**

**Задачи:** Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

**Содержание:** Сидя в кругу, участники обращаются к соседу справа со словами: «Я рад тебя видеть, потому что...» и называют какое-либо личностное качество или особенность, характерное для того человека. Не рекомендуется называть лишь внешние признаки участника (красивый, милый и т.д.).

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Упражнение 2. «Автопилот», 15-20 минут.**

**Задачи:** создание условий, способствующих осознанию участниками своих устремлений; повышение уверенности в своих силах.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участники размышляют о том, какими им хотелось бы стать: как себя вести, как относиться к себе и окружающим и т.д. В соответствии с этим каждый составляет программу для своего «автопилота» по определенной схеме, например: «Я уверен в себе; я доброжелателен». Когда программа готова, каждый участник читает ее вслух так, чтобы у присутствующих возникло убеждение, что этот человек именно таков.

**Вопросы:**

- Ваши эмоции в процессе выполнения упражнения?
- С какими трудностями столкнулись?

**Упражнение 3. «Многие боятся», 15-20 минут.**

**Задачи:** создание условий для повышения уверенности в себе.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Каждого участника просят в течение 3-5 минут придумать как можно больше вариантов завершения фразы «Многие боятся, а я не боюсь...». Потом они объединяются в под группы по 4-5 человек, где рассказывают друг другу, какие варианты они предложили, почему многие, с их точки зрения, боятся этого, и с чем связано то, что сами они этого не боятся, как им удастся преодолеть свой страх. В каждой из подгрупп выбирается участник, который фиксирует названные способы преодоления страха. Это обсуждение продолжается 8-12 мин, потом выступают представители от каждой из подгрупп, которые рассказывают, какие способы преодоления страха были упомянуты.

**Вопросы:**

- Что нового удалось узнать о самом себе каждому из участников при выполнении этого упражнения?
- Какие из обсуждавшихся способов преодоления страха представляются наиболее эффективными?
- Когда вообще возникает необходимость подавлять страх, а когда лучше прислушаться к нему и просто избегать вызывающих его ситуаций?

**Упражнение 4. «Мой безоценочный знакомый», 10-15 минут.**

**Задачи:** тренировка умения общаться безоценочно, выработка более позитивного отношения к людям.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Группа делится на пары. Партнерам надо по очереди рассказать друг другу об общих знакомых, избегая оценок. Высказывания должны быть в описательном стиле. Каждый партнер работает 4 минуты. Во время его речи второй партнер отслеживает наличие оценок, маркирует (дает сигнал), если они есть.

**Вопросы:**

- Какие были трудности?
- Что помогало избегать оценочных высказываний?
- Какие новые качества в себе открыли?

**Упражнение 5. «Я в тебе уверен», 10-15 минут.**

**Задачи:** создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

**Содержание:** Ведущий делит участников на пары. Далее партнеры должны сказать друг другу следующую фразу: «Я уверен, что ты...». Затем ведущий вместе с участниками обсуждает упражнение.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

## **Рефлексия.**

### **Занятие 11. Тема: Твердая земля под ногами 2 часть**

**Цель:** создание условий, способствующих развитию у участников тренинга уверенности в своем профессиональном выборе.

Ход выполнения:

#### **Упражнение 1. «Пожелания по кругу», 5-10 минут.**

**Задачи:** поднять общий эмоциональный настрой и акцентировать доброжелательное отношение друг к другу.

**Содержание:** Каждый участник группы желает друг другу пожелания, которые они хотели бы, чтобы реализовались у остальных в течение дня.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

#### **Упражнение 2. «Я – звезда», 15-20 минут.**

**Задачи:** создать условия для отработки навыков уверенного поведения.

**Содержание:** Упражнение проводится по кругу. Каждый участник выбирает для себя роль значимой для него и в то же время известной присутствующим звезды (Алла Пугачёва, президент Украины, сказочный персонаж, литературный герой и т.д.). Затем он проводит самопрезентацию (вербально или невербально: произносит какую-либо фразу или показывает какой-либо жест, характеризующий его звезду). Остальные участники пытаются отгадать имя «кумира».

#### **Вопросы:**

- Сложно ли Вам было выбрать для себя роль значимой и известной звезды?
- Что схожего между Вами и выбранной звездой?
- Какие чувства возникли у вас в ходе презентации?
- Вы старались показать выбранную Вами звезду так, чтобы было понятно другим?
- Где было легче, показывать или отгадывать?

#### **Упражнение 3. «Записка для вас», 15-20 минут.**

**Задачи:** создать условия для уверенного выражения своих эмоций и действий; снятие психологического напряжения; развитие в группе активного стиля общения и доверительного отношения.

**Оборудование:** карточки с названием эмоции и текст записки.

**Содержание:** Каждый участник вытягивает карточку, на которой написаны названия эмоций. Вслед за этим ведущий раздает каждому записки, содержание которых не разглашается. Участникам необходимо мысленно прочитать записку и представить себе, что ее содержание, вызывает ту эмоциональную реакцию, которая указана на карточке. После участники отыгрывают «в роли» свое отношение к прочитанному. Все получают записку с одинаковым содержанием. Далее происходит обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?
- Какие трудности испытали при его прохождении?

#### **Упражнение 4. «Поделись успехом», 10-15 минут.**

**Задачи:** создать условия для повышения чувства уверенности в себе и формирования позитивного эмоционального настроения.

**Содержание:** Каждому участнику группы предлагается поделиться с остальными своими успехами, совершенными за день (неделю, месяц и т.д.) либо наиболее приятным для них успехом, который они совершили в жизни. Если же кто-то



затрудняется с ответом, то можно попросить поделиться с тем, что бы хотел совершить обучающийся, чтобы почувствовать себя значимым.

**Вопросы:**

- Какие эмоции испытывали при выполнении упражнения?
- Какие затруднения испытывали?
- Как думаете, на что направлено упражнение?

**Упражнение 5: «Дождик», 10-15 минут.**

**Задачи:** формирование условий для достижения мышечного расслабления, снятие внутреннего напряжения.

**Содержание:** участники становятся в тесный круг, друг за другом. Затем ведущий просит их представить: «Вы оказались в джунглях. Погода сначала была великолепная, светило солнце, было жарко и душно. Но вот подул легкий ветерок. Прикоснитесь к спине стоящего впереди человека и совершайте легкие движения руками. Ветер усиливается (давление на спину увеличивается). Начался ураган (сильные движения). Затем пошел мелкий дождик. А вот начался ливень (движения пальцами ладони вверх-вниз). Пошел град (сильные постукивающие движения всеми пальцами). Снова пошел ливень, застучал мелкий дождь, пронесся ураган, подул сильный ветер, затем он стал слабым, и все в природе успокоилось. Опять выглянуло солнце». Далее происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Рефлексия.**

**Занятие 12. Тема: Планы на будущее**

**Цель:** формирование готовности к самостоятельному планированию и корректировке перспектив профессионального развития.

**Ход выполнения:**

**Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.**

**Задачи:** снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

**Содержание:** Ведущий разбивает участников на пары, те в свою очередь должны партнеру в течение минуты сказать комплимент (они не должны быть сформированы только на внешний данных человек). Участник, принимающий комплименты должен отвечать: «Да, я такой», «Да, я это знаю» и т.д. После происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Что вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие трудности были?

**Упражнение 2. «Пять шагов», 30-40 минут.**

**Задачи:** повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

**Содержание:** Процедура включает следующие этапы:

1. Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже - совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).

2. Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характери-

стики по следующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

4. Далее все делятся на микрогруппы по 3-4 человека.

5. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На все это отводится 5-7 минут.

6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко совпадение оказывается значительным). Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись, пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально—экономической ситуации в стране, т.е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

**Вопросы:**

- Ваши впечатления после упражнения?
- Какие интересные выводы вы для себя сделали?
- Что было труднее всего? Почему?

**Упражнение 3. «События моей жизни», 20-30 минут.**

**Задачи:** сформировать структурное видение своей жизни через значимые события; помочь осознать связи событий с окружающими людьми и определить характер этих связей.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Представьте себе всю свою жизнь: и прошлое, и настоящее, и возможное, ожидаемое будущее. Попробуйте найти пять-семь самых важных событий своей жизни. Это могут быть любые перемены:

- в природе и обществе;
- в ваших мыслях и чувствах;
- в семейной, учебной, деловой, личной жизни.

Обязательно учитывайте не только прошлые события, но и те, которые могут произойти в будущем. Итак, выпишите на отдельном листе бумаги события. Теперь по каждому из них попробуйте ответить на некоторые вопросы, относящиеся к этим событиям:

- кто больше других помогал (или поможет) нам в этом?
- кто больше других мешал (или помешает)?
- кого вы этим сильнее всего порадовали (или порадуете)?
- кого вы этим сильнее всего огорчили (огорчите)?

Подсчитайте, как часто в своих ответах вы упоминали имя того или иного человека? По завершению упражнения происходит обсуждение в группе.

**Вопросы:**

- Что вы испытывали при выполнении упражнения?

- Какие трудности были?
- Как думаете на что направлено упражнение?

#### **Упражнение 4: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.**

**Задачи:** создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

**Содержание:** Ведущий делит участников на пары. Далее партнеры должны сказать друг другу следующую фразу: «Я уверен, что ты...». Затем ведущий вместе с участниками обсуждает упражнение.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

#### **Рефлексия.**

#### **Занятие 13. Тема: Готовность действовать**

**Цель:** формирование опыта поведения в жизненных ситуациях, связанных с выбором будущей профессии.

**Ход выполнения:**

#### **Упражнение 1. «Комплименты», 10-15 минут.**

**Задачи:** снятие психологического напряжения; формирование позитивного психологического настроения и атмосферы в группе.

**Содержание:** Ведущий разбивает участников на пары, те в свою очередь должны партнеру в течение минуты сказать комплимент (они не должны быть сформированы только на внешний данных человек). Участник, принимающий комплименты должен отвечать: «Да, я такой», «Да, я это знаю» и т.д. После происходит обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Что вы испытывали при выполнении упражнения?
- Какие трудности были?

#### **Упражнение 2. «А вот и я!», 30-40 минут.**

**Задачи:** повышение у старшеклассников уровня готовности к поступлению в учебное заведение.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Каждый участник на отдельном листочке выписывает 5-7 самых главных правил поведения для поступающего и 5-7 главных правил проведения беседы для члена приемной комиссии, которые позволили бы ему не ошибиться при выборе претендента (5-7 минут). После группа делится на две команды, в каждой из которых есть один поступающий, а остальные участники члены приемной комиссии. Обязательно следует уточнить, что это за заведение (конкретный вуз, фирма и т.п.), а также, какая именно вакансия предлагается для претендента, т.е. о чем пойдет речь. Желательно, чтобы заведение и вакантное место в нем были достаточно престижными, но в то же время реалистичными для трудоустройства (уточняет приемная комиссия). Другой игрок - поступающий - сразу же уточняет, какими основными характеристиками и качествами обладает его герой, например, его возраст, образование, пол, жизненный опыт и т.п. Далее участники проигрывают сцену поступления в вуз (10 минут). Далее проводится обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Поделитесь вашими впечатлениями от упражнения?
- Что показалось полезным?
- Какие трудности испытали?

#### **Упражнение 4: «Я в тебе уверен», 10-15 минут.**

**Задачи:** создать благоприятный психологический климат в группе; сформировать позитивный настрой и уверенность в своих действиях.

**Содержание:** Ведущий делит участников на пары. Далее партнеры должны сказать друг другу следующую фразу: «Я уверен, что ты...». Затем ведущий вместе с участниками обсуждает упражнение.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

#### **Рефлексия.**

#### **Занятие 14. Тема: Светлое будущее**

**Цель:** создание условий для формирования позитивного образа будущего.

**Ход выполнения:**

#### **Упражнение 1. «Горячий стул». Время: 10-15 минут.**

**Задачи:** создание условий для формирования благоприятной психологической атмосфере в группе; формирование позитивного настроения.

**Содержание:** Участник садится в центр круга, в то время как остальные по очереди высказываются, с кем или чем он у них ассоциируется, какие конкретно чувства вызывает. После происходит процесс обсуждения.

#### **Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

#### **Упражнение 2. «Розовые очки» 20-25 минут.**

**Задачи:** осознание оптимистичных эмоций в окружающем мире, развитие умения находить положительные впечатления в повседневном взаимодействии.

**Содержание:** Ведущий предлагает участникам надеть розовые очки, благодаря которым нельзя увидеть ничего плохого. Затем просит рассказать...

- о посещение учебных занятий;
- о родителях и близких;
- о своих друзьях;
- о тренинге;
- о своем будущем;
- о себе самом (самой) и т.д.

Остальные участники группы следят за рассказом и протестуют, если правила нарушаются. Далее происходит обсуждение в группе.

#### **Вопросы:**

- Каковы ваши впечатления от упражнения?
- Какие трудности испытали?
- Как думаете, на что направлено задание?

#### **Упражнение 3. «Рисунок будущего дома», 20-30 минут.**

**Задачи:** создание условий для формирования позитивного образа будущего.

**Оборудование:** ватманы, фломастеры, карандаши цветные.

**Содержание:** Ведущий предлагает участникам определить место, в которое их перенесет «Машина времени». Для этого каждому необходимо выбрать свой цвет фломастера, карандаша или краски, который будет для него в этом упражнении цветом будущего. Для этого учащихся нужно заранее попросить принести набор фломастеров или карандашей. Лучше, чтобы цвета не повторялись и у каждого учащегося был свой цвет.) Затем все по очереди за 5—7 минут (по одной минуте каждый) рисуют на двух ватманах свой будущий дом. Такой, в котором каждый хотел бы жить. На первом листе рисуют вид дома снаружи, на втором — его внутреннее устройство: планировку,

отдельные помещения, мебель и т.д. Работают молча. Не допускаются обсуждения, разъяснения того, что рисует участник, указания другим о том, что и где им рисовать. Каждый имеет право как начать какую-то новую часть рисунка, так и дорисовать все, что ему захочется. На рисунках могут быть изображены любые предметы или детали обстановки, но не должно быть людей. Когда оба рисунка завершены, дается дополнительная инструкция: «Каждый из вас теперь может изобразить себя в том месте, которое ему больше всего нравится. Изображать себя можно как на первом, так и на втором рисунке, а можно на обоих сразу».

**Вопросы:**

- Кто и какую именно проявил активность при проектировании дома?
- Кто рисовал детали? Кто участвовал в создании центральной части дома, а кто предпочел рисовать периферию?
- Кто начинал новое, а кто украшал и поправлял уже созданное?
- Кто относился с уважением к труду другого, а кто рисовал свое поверх уже нарисованного до него другими?
- Что говорит о каждом из рисовавших цвет, который он выбрал?
- Как можно охарактеризовать линии, нарисованные каждым участником (их силу, уверенность ит.п.)?
- Кто какие помещения рисовал (кухню, спальню, гостиную и т.д.)?
- В каком масштабе нарисовали участники самих себя?
- Что нового ты узнал о других участниках и о себе?

**Упражнение 4. «Мои цели в жизни», 10-15 минут.**

**Задачи:** формирование оптимистичного настроения; развития уверенности в своих действиях.

**Содержание:** Участники тренинга по очереди озвучивают свои цели и способы их достижения, в конце проговаривая следующую фразу: «Я уверен, что все задуманное мною исполнится».

**Вопросы:**

- Какие эмоции испытали при выполнении упражнения?

**Рефлексия.**

**Занятие 15. Тема: Что я получил и как эти навыки использовать?**

**Цель:** способствовать формированию умения старшеклассников обобщать полученный опыт и проводить самоанализ.

**Ход выполнения:**

**Упражнение 1: «Я рад тебя видеть, потому что...», 10 минут.**

**Задачи:** Создание благоприятного психологического климата в группе; формирование позитивного настроения на дальнейшую работу.

**Содержание:** Сидя в кругу, участники обращаются к соседу справа со словами: «Я рад тебя видеть, потому что...» и называют какое-либо личностное качество или особенность, характерное для того человека. Не рекомендуется называть лишь внешние признаки участника (красивый, милый и т.д.).

**Вопросы:**

- Ваши впечатления от упражнения?

**Упражнение 2. «Успех — это», 5-10 минут.**

**Задачи:** осознание жизненных и профессиональных ценностей.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участники в течение трех минут по-разному отвечают на вопрос: «Что такое успех?». Члены группы записывают ответы так, как они приходят им в голову.

**Вопросы:**

- Какие впечатления от упражнения?
- Как думаете на что оно направлено?

**Упражнение 2. «Знаешь ли ты свою будущую профессию?», 15-20 минут.**

**Задачи:** проверка сформированности личного профессионального плана.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участникам раздаются листки бумаги и карандаши. Наверху листка обучающиеся должны написать профессию, которую они для себя выбрали. Если не выбрали - наиболее нравящуюся профессию. После этого участников просят ответить на вопросы, либо да, либо нет:

1. Знаешь ли ты основное содержание профессии?
2. Знаешь ли ты условия труда и оплаты, возможности повышения квалификации?
3. Знаешь ли ты какие учебные заведения готовят специалистов данной профессии?
4. Есть ли у тебя качества, необходимые для овладения профессией?
5. Считаешь ли ты уровень своих знаний достаточным для овладения избранной профессией?
6. Знаешь ли ты, какие школьные предметы необходимы тебе в большей мере для овладения профессией?

После ведущий просит подсчитать количество положительных ответов, если оно превышает 50-60%, то участники определились в своем профессиональном выборе.

**Вопросы:**

- Удалось ли вам ответить на все вопросы положительно?
- В чем испытывали затруднения?

**Упражнение 3. «Карта моих жизненных целей», 20-25 минут.**

**Задачи:** формирование жизненной стратегии, осознание ответственности за свое будущее.

**Оборудование:** листы бумаги, ручки.

**Содержание:** Участникам предлагается нарисовать карту своего будущего. Глобальные цели обозначаются как пункты местности, в которых они хотели бы оказаться. Обозначаются также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Участники продумывают и описывают названия для «пунктов-целей», к которым они стремятся в своей личной и профессиональной жизни. Рисуются также улицы и дороги, по которым они будут идти. Дается 15 минут. Метафорическое выражение целей в виде пунктов на карте, а также путей их достижения в виде улиц и дорог помогает участникам создать в воображении наглядную картину своего будущего. После создания такой карты каждый сможет соотнести цели между собой и понять, насколько они сочетаются друг с другом, какие препятствия встречаются на пути к ним, какие новые возможности открываются.

А теперь запишите свои размышления по поводу карты будущего.

1. Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем?
2. Какие препятствия вам предстоит преодолеть?
3. На какую помощь вы можете рассчитывать?
4. Какие местности вам придется пересечь на своем пути: цветущие и плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места?

5. Будете ли вы прокладывать дороги и тропы в одиночестве или с кем-нибудь?

**Вопросы:**

- Где находятся важнейшие цели?
- Насколько они сочетаются друг с другом?
- Где вас подстерегают опасности?
- Откуда вы будете черпать силы для того, чтобы достичь желаемого?
- Какие чувства вызывает у вас эта картина?
- Представление своего будущего в виде карты местности позволит участникам более четко осознать свои цели.

**Упражнение 4. «Я говорю вам..», 10-15 минут.**

**Задачи:** участникам группы предоставляется возможность высказаться, сказать о том, что они получили от проведенного занятия.

**Содержание:** Каждый из вас пусть назовет сейчас себя как будущего профессионала в той области, которую он считает наиболее подходящей для себя, т.е. по желанию озвучит свой выбор. Возможно, вы пришли к выводу, что выбор вам еще предстоит, возможно, он изменился, возможно, ваше решение лишь еще более укрепилось. А затем скажет все, что ему хочется сказать всем нам на прощание. И давайте в знак благодарности от всей души поаплодируем друг другу.

**Рефлексия.**

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты повторной диагностики готовности к выбору и направленности профессионального самоопределения старшеклассников

Таблица 4 – Результаты диагностики готовности старшеклассников к выбору профессии по опроснику В.Б. Успенского

Код испытуемого	Полученные баллы	Уровень готовности старшеклассников
1	13	Средний
2	15	Средний
3	13	Средний
4	14	Средний
5	14	Средний
6	11	Низкий
7	12	Низкий
8	14	Средний
9	13	Средний
10	19	Высокий
11	16	Средний
12	19	Высокий
13	15	Средний
14	8	Низкий
15	13	Средний
16	13	Средний
17	17	Средний
18	13	Средний
19	7	Низкий
20	15	Средний
21	19	Высокий
22	16	Средний
23	19	Высокий
24	7	Низкий
25	14	Средний
26	13	Средний
27	15	Средний
28	16	Средний
29	12	Низкий
30	13	Средний
31	8	Низкий
32	12	Низкий
Итого		Неподготовленность:0 Низкий:8 Средний:20 Высокий:4



Таблица 5 – Результаты диагностики профессиональной направленности старшекласников по опроснику Л.Н. Кабардовой

Код испытуемого	Знак	Техника	Природа	Худ. образ	Человек	Ведущая направленность
1	5	4	0	8	5	Человек - худ. образ
2	4	0	3	8	5	Человек - худ. образ
3	8	5	5	4	6	Человек - знаковая система
4	3	5	2	6	8	Человек –человек
5	6	3	3	1	5	Человек - знаковая система
6	8	5	7	4	3	Человек - знаковая система
7	2	7	6	4	6	Человек - техника
8	7	8	4	0	4	Человек - техника
9	4	1	4	9	7	Человек - худ. образ
10	6	8	4	0	5	Человек - техника
11	5	7	4	0	2	Человек - техника
12	1	2	3	7	5	Человек - худ. образ
13	3	0	1	8	3	Человек - худ. образ
14	7	4	4	0	0	Человек - знаковая система
15	4	5	2	3	6	Человек –человек
16	2	5	0	0	8	Человек –человек
17	5	2	0	0	1	Человек - знаковая система
18	0	8	7	2	0	Человек - техника
19	7	4	2	0	2	Человек - знаковая система
20	0	5	2	2	6	Человек –человек
21	7	4	3	3	3	Человек - знаковая система
22	0	0	7	4	4	Человек - природа
23	0	1	1	5	0	Человек - худ. образ
24	7	8	0	0	5	Человек - техника
25	3	4	2	0	8	Человек –человек
26	8	5	5	0	3	Человек - знаковая система
27	6	4	0	0	2	Человек - знаковая система
28	0	0	5	5	9	Человек –человек
29	3	4	4	8	2	Человек - худ. образ
30	0	1	8	3	4	Человек - природа
31	5	5	0	0	7	Человек –человек
32	8	4	2	4	6	Человек - знаковая система
Итого						Знак. система: 10 Техника: 6 Природа: 2 Человек: 7 Худ. образ: 7

Таблица 6 – Результаты определения профессионально-ориентированного типа личности по методике Дж. Голланда, в модификации А.А. Азбель

Код	Реалистичный тип	Интеллектуальный тип	Социальный тип	Конвенционный тип	Предприимчивый тип	Художественный тип	Ведущий тип личности
1		5	7	4	9	13	Художественный тип
2	5	5	11	8	7	12	Художественный тип
3	6	10	4	11	7	7	Конвенционный тип
4	3	6	12	10	9	5	Социальный тип
5	10	11	7	6	6	5	Интеллектуальный тип
6	10	11	6	7	6	5	Интеллектуальный тип
7	13	8	6	5	5	8	Реалистичный тип
8	11	9	9	3	7	6	Реалистичный тип
9	6	8	11	6	5	9	Социальный тип
10	6	4	8	13	8	6	Конвенционный тип
11	8	11	7	6	9	4	Интеллектуальный тип
12	7	4	6	6	12	10	Предприимчивый тип
13	3	4	11	8	6	13	Художественный тип
14	9	9	7	10	6	4	Конвенционный тип
15	7	10	13	7	3	5	Социальный тип
16	9	5	11	8	6	6	Социальный тип
17	9	11	4	8	3	10	Интеллектуальный тип
18	10	7	5	13	4	6	Конвенционный тип
19	8	11	6	9	5	6	Интеллектуальный тип
20	9	6	11	2	10	7	Социальный тип
21	9	4	10	5	11	6	Предприимчивый тип
22	6	4	9	5	8	13	Художественный тип
23	8	9	6	7	4	11	Художественный тип
24	11	9	7	9	3	6	Реалистичный тип
25	7	9	12	4	5	8	Социальный тип
26	9	8	5	8	8	7	Реалистичный тип
27	8	3	7	8	10	9	Предприимчивый тип
28	8	8	12	6	7	4	Социальный тип
29	5	10	9	3	7	11	Художественный тип
30	6	8	9	4	7	11	Художественный тип
31	7	8	10	4	7	9	Социальный тип
32	10	8	7	9	5	6	Реалистичный тип
Итого							Конвенционный: 4 Реалистический: 5 Интеллектуальный:5 Художественный: 7 Социальный: 8 Предприимчивый: 3

Таблица 7 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона по опроснику «готовности к выбору профессии» В.Б. Успенского

Код испытуемого	Результаты диагностики до проведения программы	Результаты диагностики после проведения программы	Разность (после – до)	Значение разности по модулю	Ранг разности
1	9	13	4	4	27,5
2	14	15	1	1	4,5
3	14	13	-1	1	4,5*
4	16	14	-2	2	13,5*
5	12	14	2	2	13,5
6	13	11	-2	2	13,5*
7	11	12	1	1	4,5
8	9	14	5	5	30
9	15	13	-2	2	13,5*
10	18	19	1	1	4,5
11	12	16	4	4	27,5
12	15	19	4	4	27,5
13	13	15	2	2	13,5
14	8	8	0	0	0
15	15	13	-2	2	13,5*
16	14	13	-1	1	4,5*
17	14	17	3	3	22
18	10	13	3	3	22
19	8	7	-1	1	4,5*
20	13	15	2	2	13,5
21	19	19	0	0	0
22	14	16	2	2	13,5
23	16	19	3	3	22
24	6	7	1	1	4,5
25	16	14	-2	2	13,5*
26	16	13	-3	3	22*
27	12	15	3	3	22
28	12	16	4	4	27,5
29	11	12	1	1	4,5
30	16	13	-3	3	22*
31	6	8	2	2	13,5
32	9	12	3	3	22
Сумма					465
Сумма рангов нетипичных сдвигов					125
Примечания: где * - «нетипичные» сдвиги; n – количество испытуемых.					

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 8 – Технологическая карта внедрения результатов опытно-экспериментального исследования в практику.

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1-й этап: «Целеполагание внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.»						
1.1. Изучить документы по предмету внедрения (Программа управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников).	Изучение нормативной документации, необходимо по теме исследования литературы.	Анализ, изучение документации и нормативных источников по теме исследования, наблюдение.	Поиск и анализ литературы, самообразование.	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения программы.	Выдвинуть и обосновать цели и задачи внедрения.	Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы.	Работа педагогического совета, наблюдение, беседа	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения программы.	Изучение и анализ содержания этапов внедрения программы, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности.	Анализ состояния уровня ситуативной тревожности в ОУ, анализ программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению программы.	Педагогическое совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения.	1	Октябрь	Психолог, администрация ОУ
1.4. Разработать	Анализ уровня	Составление программы	Административное	1	Октябрь	Психолог, админист

программно-целевой комплекс внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.	подготовленности пед. коллектива к внедрению инноваций, анализ работы ОУ по теме внедрения (профессиональное самоопределение старшеклассников).	внедрения, анализ материалов готовности ОУ к инновационной деятельности.	совещание, анализ документов, работа по составлению программы внедрения.			рация ОУ
2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников»						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения программы.	Формирование готовности внедрить программу в ОУ, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения, беседы, обсуждения.	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы, работа психологической службы ОУ.	1	Ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогического коллектива ОУ.	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения психолого-педагогической программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников.	Беседы, обсуждения, семинары.	Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения инновационных технологий в ОУ.	Не менее 5	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения программы.	Пропаганда передового опыта по	Методические выставки, семинары,	Участие в конгрессах, конференциях	Не менее 5	Сентябрь - декабрь	Психолог, администрация ОУ

ю установку на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов вне ОУ.	внедрению инновационных технологий в ОУ и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения программы.	консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы.	ях, семинарах по теме внедрения, статьи.		рь	
2.4. Сформировать веру в свои силы по внедрению инновационной технологии в ОУ.	Анализ своего состояния по теме исследования, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения.	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг, консультации и с научным руководителем квалификационной работы.	Беседы, консультации, самоанализ.	1	Январь	Психолог
3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников»						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (профессиональное самоопределение старшеклассников).	Изучение материалов и документов о предмете внедрения программы и документации ОУ.	Фронтально.	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог
3.2. Изучить сущность предмета	Освоение системного подхода в работе над	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития, готовности к	1	Январь	Психолог, администрация ОУ

внедрения инновационной программы в ОУ	темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов		инновационной деятельности)			
3.3. Изучить методику внедрения темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагание внедрения)	1	Февраль	Психолог, администрация ОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшекласников»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки	Не менее 5	Март	Психолог, администрация ОУ, научный руководитель квалификационной работы
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной программы	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка, самооценка	Производственное собрание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
4.4. Проверить	Работа	Изучение	Посещение	Не	2-е	Психолог,

методику внедрения программы	инициативной группы по новой методике	состояния дел в ОУ, внесение изменений и дополнений в программу	уроков, работа психологической службы ОУ, внеурочные формы работы	менее 5	полугодие	администрация ОУ, инициативная группа по внедрению программы
<b>5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшеклассников»</b>						
5.1. Активизировать педагогически коллектив ОУ на внедрение программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы	Сообщение о результатах работы по внедрению программы, тренинги, работа психологической службы ОУ	Пед. совет, работа психологической службы ОУ,	1	Январь	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения инновационных программ, самообразование, тренинги (готовности к инновационной деятельности, саморегуляции), работа психологической службы ОУ	Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Январь – март	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению Программы
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы в ОУ	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической	Работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов	1	Май	Психолог, администрация ОУ



		ской службы ОУ	ОУ			
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения программы	Фронтальное освоение программы психолого-педагогической коррекции	Наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консультации, работа методических объединений	1	Ноябрь-Декабрь	Психолог, администрация ОУ
6-й этап: «Совершенствование работы над темой управления процессом профессионального самоопределения старшекласников»						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по 2-му полугодю от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Совещание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Май	Психолог, администрация ОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы управления процессом профессионального самоопределения старшекласников»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по инновационной	Наблюдение, изучение документов в ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы	Не менее 5	Май	Психолог, администрация ОУ

	технологии					
7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающим и к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению программы	Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары	Выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ		Май-Июнь	Психолог, администрация ОУ
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы в ОУ	Пропаганда внедрения программы в районе/городе	Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы	1 - 3	Май-Июнь	Психолог, администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ, научная деятельность	Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения программы	Не менее 2	Май	Психолог, администрация ОУ