




МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)


ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
КАФЕДРА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ И
ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

Формирование готовности подростков к профессиональному
самоопределению

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психология и педагогика образования личности»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
79,72 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
«___» _____ 2025 г.
Зав. кафедрой ППИО и ПМ
 Корнеева Н.Ю.

Выполнил:
Студент группы ЗФ-309-187-2-1
Мотрий Юлия Валерьевна 

Научный руководитель:
К.п.н, доцент
Пахтусова Наталья Александровна



Челябинск
2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. Теоретические основы формирования готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению	8
1.1. Содержание понятия «профессиональное самоопределение».....	8
1.2. Психолого-педагогические особенности старшеклассников.....	32
1.3. Специфика психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников	38
Выводы по главе 1.....	48
2. Опытнo-экспериментальное исследование уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников	50
2.1. Исследование профессионального самоопределения старшеклассников	50
2.2. Разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков.....	64
2.3. Анализ результатов исследования.....	72
Выводы по 2 главе.....	78
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	79
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	82
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	91

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время выбор будущей профессии определяет не только социальный статус, но и адаптивность личности к стремительно меняющемуся рынку труда 2025 года, характеризующемуся цифровизацией и появлением новых технологических отраслей. Работа, отвечающая способностям личности, приносит пользу и работнику, и обществу, однако в современных условиях подросткам все сложнее ориентироваться из-за феномена «полипрофессионализма», когда одной квалификации недостаточно на всю жизнь.

Труд, соответствующий индивидуальным способностям, талантам и жизненным приоритетам личности, оказывается эффективным для обеих сторон — как для работодателя, так и для работника. При желании получить престижную должность или высокую зарплату человек рискует поставить перед собой ложные задачи, часто непосильные, и заняться делом, не приносящим ни радости, ни удовлетворения. Профессиональные успехи обычно принадлежат тем, чья профессия совпадает с индивидуальными склонностями и умениями. Тех же, у кого нет такого совпадения, часто ждет смена профиля деятельности. Одно из направлений психолого-педагогического сопровождения подростков на этапе профессионального самоопределения - содействие осознанию собственных способностей и стремлений, поиск инструментов развития личностного потенциала. Необходима интеграция этого сопровождения в школьный педагогический процесс. Главная задача в таком сопровождении - формирование у старшеклассников устойчивых жизненных ориентиров и ценностей, обеспечивающих осознанный выбор профессионального пути. Эту задачу решают педагоги и психологи совместно с семьей и самим подростком. В результате старшеклассник выбирает профиль учебного заведения,

ориентируясь на глубокое осознание свойственной ему природы и профессиональных возможностей.

Исследование обусловлено выявленным отсутствием конкретных практических методик формирования готовности к осознанному профессиональному выбору и несоответствием между теорией и практикой профессионального самоопределения старшеклассников. Его целью служит выявление психологопедагогического содержания работы, направленной на развитие профессионального самоопределения учащихся 10-11 классов.

Обстоятельства, изложенные выше, стали предпосылкой для формулировки темы исследования – «Формирование готовности подростков к профессиональному самоопределению».

Цель исследования – обосновать, разработать и апробировать программу профориентационной работы, способствующую формированию готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников

Объект исследования – процесс профессионального самоопределения подростков.

Предмет исследования – готовность старшеклассников к профессиональному самоопределению.

Гипотеза: разработка и реализация программы профориентационной работы будет способствовать успешному формированию готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению

Задачи исследования:

1. Всесторонний анализ таких понятий, как «профессиональное самоопределение» и «готовность к профессиональному самоопределению»;
2. Выявление основных психолого-педагогических особенностей подростков;
3. Специфика сопровождения формирования у молодежи способности к осознанному выбору профессии;

4. Разработка программы, ориентированной на профильное консультирование старшеклассников, а также её практическая апробация;

5. Обработка данных по итогам опытного этапа, а также их интерпретация, главная цель которых - выявить базовые понятия и подготовить методический инструментарий, способствующие росту готовности подростков к профессиональному самоопределению. Это, в свою очередь, обеспечит формирование рекомендаций для практического применения.

Теоретическую и методологическую основу исследования составили научные работы С.В. Горбатова, З.В. Зеер, Т.Л. Павловой, Е.Н. Прошицкой, Н.С. Пряжникова, Г.В. Резапкиной, Т.В. Снегирева, Т.В. Черниковой, С.Н. Чистяковой, а также других ученых.

В исследовании применялись методы обобщения, синтеза и анализа психолого-педагогической литературы. Для сбора и обработки данных использовались опытно-экспериментальные методы: тесты, опрос и педагогический эксперимент.

В качестве основы для исследования была взята деятельность МАОУ «Лицей № 77 г. Челябинска».

Программа включает специализированные модули с акцентом на профессии будущего и цифровые компетенции учащихся. Разработана система взаимодействия с родителями для снижения вероятного негативного влияния семьи на выбор профессионального пути подростка.

Этапы исследования:

Ознакомительный анализ основных моделей, подходов и концепций профессионального самоопределения, а также формулирование целей, задач, гипотезы, объекта и предмета работы осуществлялись на теоретико-аналитическом этапе исследования. Помимо этого, отдельное внимание было уделено выявлению и исследованию проблем психолого-педагогического сопровождения подростков.

На втором этапе исследования, который имел диагностический характер, производилась оценка уровня профессионального самоопределения подростков посредством психодиагностических методик. Результаты диагностики, их анализ позволили выделить типичные особенности и основные трудности, которые проявляются при выборе профессии подростками.

Третий этап, носящий формирующий характер, был посвящён разработке и внедрению программы психолого-педагогического сопровождения, направленной на профессиональное самоопределение подростков. В ходе реализации программы проводились консультации, тренинги и занятия, направленные на формирование ценностных ориентиров, повышение осознанности выбора профессии и развитие профессиональных интересов у подростков.

Четвёртым этапом исследования являлся контрольный и обобщающий, включавший повторную диагностику и сопоставление новых результатов с показателями исходного исследования. Подводились итоги изучения, систематизировались и обобщались накопленные сведения, формировались выводы и оформлялась выпускная квалификационная работа. Проведена систематизация и обобщение знаний о профессиональном самоопределении подростков, что имело существенное теоретическое значение. Конкретизировано содержание понятия «психолого-педагогическое сопровождение», подробно раскрыты основные направления и условия его эффективного осуществления в подростковом возрасте. Полученные результаты обогатили и расширили положения педагогической и возрастной психологии, а также практики профессионального самоопределения старшеклассников, внедряемой в образовательное пространство.

Практическая значимость разработки выражается в создании программы профориентационной работы со старшеклассниками, предназначенной для использования педагогами-психологами, социальными педагогами и

классными руководителями в общеобразовательных учреждениях. Методические материалы, диагностические методики и рекомендации, разработанные в исследовании, могут быть успешно применены также в профессиональной подготовке студентов педагогических и психологических вузов, а также в деятельности по профориентации подростков.

Положения, выносимые на защиту:

1. Процесс формирования профессиональной идентичности у подростков представляет собой многогранный и сложный этап, требующий продуманного и многоаспектного сопровождения как с психологической, так и с педагогической точки зрения.

2. Комплексный и системный подход к организации профориентационной деятельности заключается в последовательном проведении диагностических, консультативных и развивающих мероприятий, направленных на сопровождение подростков во время профессионального самоопределения.

3. Разработанная программа профориентационной работы для старшеклассников способствует выстраиванию устойчивых профессиональных мотивов и интересов, формированию активной жизненной позиции в сфере выбора профессии, а также повышает качество принимаемых на данном этапе жизненных решений.

Апробация результатов исследования. Основные результаты исследования были апробированы в ходе проведения опытно-экспериментальной работы на базе МАОУ "ЛИЦЕЙ N 77 г. ЧЕЛЯБИНСКА".

Материалы исследования обсуждались на заседаниях методического совета педагогов, а также были представлены в виде доклада на педагогической конференции в лицее.

Структура работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, приложений.

1. Теоретические основы формирования готовности старшекласников к профессиональному самоопределению

1.1. Содержание понятия «профессиональное самоопределение»

Процесс профессиональной ориентации представляет собой всесторонний и детальный анализ индивидуальных черт, а также специфических навыков и умений, которыми располагает человек. Данные особенности сопоставляются с требованиями, предъявляемыми к профессиональной деятельности. С позиции психологии выбор профессии рассматривается как сложная структура, в основе которой находятся два ключевых компонента. Первый из них – субъект, т. е. сам человек, который оценивает свои способности, принимает решение в соответствии с имеющимися знаниями и собственным опытом. Второй компонент – объект, т. е. профессиональная деятельность, которая после проведенного анализа признается наиболее приемлемой. Двойственная структура выбора профессиональной деятельности позволяет получить системное и глубокое психологическое понимание его специфики, отражает его многогранность, сложность и детальность по отношению к личностным особенностям индивида.

Вариативность факторов, которые присущи каждому из аспектов, значительно осложняет процедуру выбора. Выбор профессии – это последовательный процесс из нескольких этапов, а не мгновенное решение. Индивидуальные качества личности и внешние условия способны увеличить или, напротив, уменьшить длительность отдельных этапов выбора [25, с. 25].

Профессиональное самоопределение представляет собой сложный, многоуровневый и многокомпонентный процесс, в ходе которого человек осознаёт свои интересы, склонности, способности, личностные особенности и соотносит их с требованиями и условиями различных профессий. Это не

одномоментный акт выбора профессии, а длительный путь формирования профессиональной идентичности, который охватывает всю жизнь человека, начиная с раннего возраста и продолжаясь в процессе профессиональной деятельности. В контексте современной парадигмы «Lifelong learning» (образование через всю жизнь) этот процесс перестает быть разовым актом выбора и становится навыком постоянного перепроектирования своей образовательной траектории, что требует от личности гибкости и готовности к элементам переобучения.

В психологии и педагогике профессиональное самоопределение рассматривается как личностный и социальный процесс. С одной стороны, это личностный выбор, основанный на внутренней мотивации, интересах и склонностях человека. С другой стороны, он всегда осуществляется в социальном контексте: под влиянием семьи, школы, системы образования, рынка труда, культурных и экономических условий. Таким образом, профессиональное самоопределение включает в себя как внутренние (субъективные), так и внешние (объективные) факторы.

Профессиональное самоопределение по деятельностному подходу понимается как процесс интеграции личности в конкретную сферу профессиональной деятельности. Е. А. Климов подчёркивает, что оно представляет собой поэтапное осознание человеком своей позиции субъекта определённого труда, формирование и развитие отношения к выбранной профессии, а также обоснованный, взвешенный выбор профессии с учётом личных возможностей и потребностей самой профессии. В данном контексте ключевым становится профессионально значимое взаимодействие «личность – профессия».

С точки зрения личностного подхода профессиональное самоопределение понимается как важный аспект общего жизненного самоопределения личности. По мнению Л.И. Божович, выбор профессии отражает направленность личности, её систему ценностей, мотивов и

жизненных целей. В этом контексте профессиональное самоопределение выступает как проявление личностной зрелости и самостоятельности.

В рамках субъектного подхода профессиональное самоопределение трактуется как активный, осознанный процесс, в котором человек выступает субъектом собственного профессионального развития. Н.С. Пряжников подчёркивает, что профессиональное самоопределение — это не только выбор профессии, но и поиск личностного смысла в будущей профессиональной деятельности, принятие ответственности за профессиональный путь. [71, с. 12]

Социально-педагогический подход рассматривает профессиональное самоопределение как социально обусловленный процесс, формирующийся под влиянием образовательной среды, семьи и общества. С этой точки зрения профессиональное самоопределение включает в себя освоение социальных норм и требований профессии, а также подготовку к выполнению профессиональных ролей в обществе.

Возрастной подход акцентирует внимание на особенностях профессионального самоопределения на разных этапах онтогенеза. В исследованиях Д.Б. Эльконина и Л.С. Выготского подчёркивается, что старший школьный возраст является сензитивным периодом для профессионального самоопределения, поскольку именно в этот период формируется образ будущего, жизненные планы и способность к осознанному выбору.

Понятие «готовность к профессиональному самоопределению» также трактуется исследователями по-разному.

С позиции структурно-компонентного подхода готовность к профессиональному самоопределению понимается как совокупность взаимосвязанных компонентов. Ряд авторов рассматривают её как интегративное образование, включающее мотивационный, когнитивный, эмоционально-волевой и поведенческий компоненты, обеспечивающие способность личности к осознанному профессиональному выбору.

С точки зрения личностного подхода готовность к профессиональному самоопределению определяется уровнем развития самосознания, адекватной самооценки и ответственности за принимаемые решения. Исследователи подчёркивают, что без сформированной личностной зрелости профессиональный выбор носит ситуативный и неустойчивый характер.

В педагогическом подходе готовность к профессиональному самоопределению рассматривается как результат целенаправленного психолого-педагогического сопровождения, направленного на формирование у старшеклассников знаний о мире профессий, умений анализировать свои возможности и строить индивидуальную образовательную траекторию.

Профессиональное самоопределение – это не одnorазовый выбор, а динамический процесс, который включает в себя несколько этапов:

1. Начальный этап (дошкольный и младший школьный возраст) – формируются первые представления о труде, профессиях, развиваются интересы.
2. Этап предварительного выбора (подростковый возраст) – ребёнок начинает осознавать свои способности и интересы, сопоставляет их с профессиями, расширяет представления о мире труда.
3. Этап осознанного выбора профессии (старший школьный возраст) – происходит конкретизация профессиональных планов, формируется мотивация к определённой деятельности, осуществляется выбор образовательной траектории.
4. Этап профессиональной подготовки и вхождения в профессию (студенчество, начало трудовой деятельности) – углубление профессиональных знаний и навыков, адаптация к профессиональной среде.
5. Этап профессионального развития (взрослый возраст) – происходит самоутверждение в профессии, возможна переориентация или коррекция профессионального пути.

В период каждого из этапов развития человека происходят существенные изменения в его личности, поэтому он должен получать поддержку от близких (родственников, педагогов, психологов и работодателей).

На процесс профессионального самоопределения влияет широкий спектр факторов, среди которых можно выделить:

- Внутренние факторы: способности, интересы, темперамент, уровень притязаний, ценностные ориентации, самосознание и самооценка личности.

- Внешние факторы: социально-экономические условия, уровень развития региона, доступность образования, потребности рынка труда, престиж профессий, влияние родителей, сверстников, учителей.

- Информационная осведомлённость: знание о мире профессий, понимание условий труда, требований к квалификации, перспектив профессионального роста.

Профессиональное самоопределение оказывает значительное влияние на успешность жизненного пути человека. Удачный выбор профессии способствует личностному и профессиональному развитию, социальной адаптации, удовлетворённости трудовой деятельностью, реализации внутреннего потенциала. Напротив, ошибки в самоопределении могут привести к профессиональной дезадаптации, неудовлетворённости жизнью, снижению самооценки.

В современных условиях, характеризующихся стремительным изменением рынка труда, развитием цифровых технологий и увеличением продолжительности профессиональной жизни, возрастает значимость гибкости и осознанности в выборе профессионального пути. Профессиональное самоопределение всё чаще рассматривается как непрерывный процесс, включающий элементы переобучения, смены профессиональных ролей и адаптации к новым вызовам.

Процесс профессионального самоопределения является сложным личностным выбором, в основе которого лежит не только осведомлённость о мире профессий, но и целый ряд индивидуальных психологических характеристик. Среди них особое значение имеют уровень самооценки и развитие коммуникативных способностей, поскольку именно они тесно связаны с личностной зрелостью, уверенностью в себе, способностью к взаимодействию и адаптации в социальной и профессиональной среде.

Самооценка – это ценностное отношение личности к самой себе, к своим способностям, качествам, достижениям. От адекватности самооценки зависит, насколько уверенно человек способен делать выбор, ставить перед собой цели, принимать ответственность за принятие решений, в том числе – касающихся профессионального будущего.

Адекватная самооценка способствует:

- осознанию своих сильных и слабых сторон;
- реалистичной оценке профессиональных перспектив;
- устойчивости к внешнему давлению (например, навязанному выбору со стороны родителей);
- уверенности в возможности достижения профессиональных целей.

Нестабильная самооценка, напротив, затрудняет процесс самоопределения, поскольку человек может избегать принятия решений, бояться неудачи, переоценивать препятствия или не верить в собственные возможности. Поэтому диагностика уровня самооценки позволяет выявить, насколько старшеклассники психологически готовы к выбору профессии и реализации своих планов.

Современная профессиональная деятельность практически во всех сферах требует развитых коммуникативных навыков: умения эффективно взаимодействовать с другими людьми, выражать и отстаивать свою позицию, воспринимать и передавать информацию, работать в команде, конструктивно

решать конфликты. Всё это актуально не только в рамках будущей профессии, но и на этапе её выбора.

Коммуникативные способности важны для профессионального самоопределения по следующим причинам:

- помогают активно искать информацию о профессиях, взаимодействовать с представителями разных профессий;
- способствуют обсуждению и рефлексии собственных выборов с педагогами, родителями, специалистами;
- формируют готовность к социальному взаимодействию, что необходимо как при обучении в вузе, так и при трудоустройстве;
- развивают уверенность в себе через успешное общение, что положительно влияет на самооценку и мотивацию к профессиональной деятельности.

Процесс профессионального самоопределения, а вместе с ним самооценка, взаимооценка и восприятие общественных оценок, сопровождается глубокими и сильными эмоциональными переживаниями, характерными для человека в период его развития.

Установление профессиональной идентичности всегда сопровождается как возможностями, так и рисками, которые объясняются особенностями формирования предпосылок для построения счастливой и осмысленной жизни. На этапе становления личности часто появляются внутренние противоречия, возникающие в виде конфликтов, снижения уровня душевного благополучия, невротических расстройств и даже утраты жизненного смысла. Эти негативные явления связаны с противоречиями, испытываемыми человеком в процессе самоопределения. Поскольку сложность темы очевидна, ее решение требует координации усилий и взаимодействия внутри междисциплинарной команды, состоящей из специалистов с различным профилем и заинтересованных в данном вопросе лиц. Профессиональному самоопределению невозможно справиться самостоятельно, так как оно

нуждается в широком информационном сопровождении и соответствующем обеспечении. Решающую роль в формировании данного процесса отводят социальному окружению, к которому относятся: школа, семья и ближайшее окружение. Влияние родительской среды и ближайших родственников особенно весомо, поскольку передают важные требования ребенку непосредственно, а также косвенно оказывают влияние через формирование у ребенка системы ценностей, идеалов и жизненных устремлений, которые задают траекторию дальнейшего становления личности и выбора профессиональных направлений.

Уникальность каждой семьи, обусловленная социально-экономическим и культурным разнообразием, особенно заметна в современных условиях, когда усилилось расслоение общества и многие отходят от традиционных ценностей. Тем не менее, стереотип остается: вопросы профессионального выбора обсуждаются в семье, как правило, только к старшим школьным годам [28, с. 43].

Следует учитывать, что ошибка в выборе профессии нередко обусловлена действиями членов семьи. Вместо того чтобы учитывать способности и интересы ребенка, они руководствуются преходящими критериями, такими как уровень заработка, престиж профессии, семейная традиция или легкость получения образования. Часто советы членов семьи превращаются в категорические указания. Кроме того, выбор профессии нередко совершается под влиянием друзей, знакомых или модных трендов, что увеличивает долю случайных решений.

Проблема выбора профессионального и жизненного пути встает перед человеком в молодом возрасте, когда осознание всех долгосрочных последствий этого решения еще не сформировано. Период профессионального выбора становится отправной точкой самостоятельного жизненного пути. Принятие такого решения опирается не на накопленный жизненный опыт, а на представления о будущем – своем и общества. Мыслители древности

подчеркивали важность осознанного выбора жизненного пути, отмечая при этом, что юность обладает уникальными качествами, позволяющими решать такие задачи [62, с. 11].

Сегодня, когда профессиональное самоопределение стало предметом научных исследований, используются современные методы для глубокого изучения этого процесса. Выбор профессии – ключевой шаг, определяющий социальную принадлежность, профессиональную сферу, место работы и стиль жизни.

Согласно Е.А. Климову, профессиональное самоопределение связано с самоориентацией ученика, выступающего как субъект данного процесса. Оно тесно переплетается с личностным самоопределением, в высших проявлениях почти сливаясь с ним. Основные различия заключаются в том, что профессиональное самоопределение более конкретно и поддается формализации (например, получение диплома), тогда как личностное самоопределение носит более абстрактный характер и зависит от внутренних усилий человека [35, с. 23].

Профессиональный выбор, по мнению Е.И. Головахи, касается ближайшей жизненной перспективы и не всегда учитывает долгосрочные последствия. [21, с. 12]. В то же время Дж. Сьюпер рассматривает карьеру как процесс, состоящий из множества последовательных выборов.

Тесно переплетено с терминологией самоопределение, в которой фигурируют понятия самоактуализации, самореализации и самотрансценденции. Активизировать и развивать эти процессы позволяет трудовая деятельность, как считают многие философы и психологи. Так, А. Маслоу подчеркивал проявление самоактуализации в работе, имеющей значительную лично-смысловую нагрузку. При этом К. Ясперс связывал самореализацию с преданностью своему делу и погружением в выполняемую профессиональную задачу.

Е. А. Климов в области психологии труда и профессионального самоопределения выделил два уровня профессионального самоопределения. Гностическим он назвал первоначальный, суть которого — перестройка сознания и самосознания в форме переосмысления и переоценки базовых жизненных установок и ценностей. Практический уровень специалисты связывают с изменением социального статуса и продвижением по социальной иерархии, проходящим одновременно с получением профессионального мастерства.

Сам человек — единственный, кто способен определить полноту собственной жизни. Смысл жизни определяется теми, кто умеет выходить за пределы своего «Я» — в конкретных жизненных ситуациях и вообще в жизни. Такую точку зрения выдвинул В. Франкл. Он считал, что самоопределение и самоосуществление невозможны без смысла, который, в свою очередь, является сутью процессов самоопределения и самореализации. [81, с. 59]. Н.А. Бердяев развивал близкую мысль. В работе «Самопознание» он подчеркивал, что смысл жизни может оказаться неизвестным, но уже сам поиск смысла обретает смысл: «Пусть я не знаю смысла жизни, но искание смысла уже дает смысл жизни, и я посвящу жизнь этому исканию».

Под профессиональным самоопределением понимают сложный и многокомпонентный процесс, в ходе которого человек выявляет для себя осмысленность трудовой деятельности. Этот смысл выражается не только в осмыслении уже выполненной работы, но и в освоении новых навыков, а также в выборе сферы деятельности по внутреннему зову. Человек, осуществляющий самоопределение, выступает не только как субъект труда, но и как субъект смысла, активно выстраивая свою образовательную и профессиональную траекторию. Благодаря творческому отношению к жизни смысл своей деятельности находит заново, не пассивно перенимая чужие ценности, а формируя собственную профессиональную идентичность с позиций творческой инициативы.

Самоопределение играет центральную роль в становлении личностной зрелости, являясь свидетельством активной и сознательной позиции человека в системе социальных связей и высшей потребностью зрелой личности. Самостоятельный человек, обладающий высокой степенью развития механизмов саморегуляции и самоорганизации, способен принимать адекватные решения в сложных условиях взаимодействия социальных, информационных, идеологических и эмоциональных факторов.

Социологический подход к самоопределению описывает его как совокупность задач, которые общество предъявляет человеку, акцентируя внимание на требованиях и нормах, определяющих профессиональное и жизненное пространство индивида.

Дифференциально-психологические концепции, кроме влияния социальных норм, концентрируют свое внимание на индивидуальных особенностях личности, жизненного и профессионального стиля. В этом ракурсе самоопределение — это процесс реализации личностного потенциала через выбор и воплощение собственной жизненной и профессиональной траектории. Дифференциальная психология изучает, как характеристики личности влияют на выбор профессиональной деятельности и ее стиль исполнения.

Важнейшим этапом в процессе самоопределения, выступающем формой осмысления собственной идентичности, становится вопрос: «Кто я?». Несколько взаимосвязанных, но вместе с тем и различающихся сторон имеет самоопределение. Роль и положение индивида в группе отражает внутригрупповой аспект, в то время как гендерный аспект связан с осознанием своей половой принадлежности — собственной идентификации как мужчины или женщины.

Из нескольких значимых форм складывается индивидуальное самоопределение (жизненное, личностное, профессиональное, в том числе). Так, жизненное самоопределение — формулирование целей деятельности во

внешнем мире и постановка задач в соответствии с достижением определённых результатов. Личностное самоопределение выступает в качестве сферы осмысления, в рамках которой выделяются специфические типы деятельности, характеризующие конкретного человека и придающие смысл всему процессу становления личности. Значительный компонент — профессиональное самоопределение, характеризующееся согласованием запроса профессионального мира и устремлений индивида, позволяющее (обеспечивающее) успешную адаптацию человека в выбранной профессии.

Профессиональное самоопределение - сложный и непрерывный процесс, через который индивид формирует собственное отношение к труду и реализует себя. Важным в нем становится соотнесение интересов личности с объективными требованиями и условиями, сложившимися в обществе и на рынке труда.

Психолого-педагогические исследования рассматривают самоопределение как фундаментальное явление, развитие которого требует системных, целенаправленных действий со стороны общества и государства. Концептуально оно предстает как совокупность взаимосвязанных задач, решение которых происходит путем последовательного принятия сознательных решений под влиянием внутренних побуждений и обстоятельств внешнего мира.

Выдающиеся отечественные ученые — К. А. Абульханова-Славская, М. Р. Гинзбург, Е. И. Головаха, Е. А. Климов, Н. С. Пряжников и другие - уделяют данному феномену особое внимание. Они рассматривают самоопределение как два взаимосвязанных аспекта социального выбора, один из которых - интеграция личностных предпочтений и возможностей, другой - принятие социальных функций и ролей. Совмещение этих сторон формирует чувство собственного «я» в обществе, позволяет понять свое место в социальном взаимодействии и стать активным профессиональным субъектом. Именно это отражает сущность профессионального самоопределения.

Два указанных аспекта -изменение личных смыслов и трансформация человеческой деятельности -тесно переплетены и неизбежно взаимно обусловлены. Человек, благодаря деятельности, реализует себя во взаимодействии с окружающей средой, при этом трансформации в его действиях происходят под влиянием возникновения новых смыслов, открывающих возможности для совершенствования и преобразований в деятельности. Согласно концепции А.Г. Асмолова, развитие личности тесно связано с участием в совместной деятельности в рамках конкретной социальной системы, однако именно субъект осуществляет выбор деятельности, служащей основой этого развития. В процессе изменения личности и окружающей среды возникает непрерывное движение, обеспечиваемое противоречивостью взаимосвязей между ними. Таким образом, динамика развития личности и трансформации ее деятельности становится возможной именно благодаря диалектике отношений с социальной и материальной средой.

В контексте профориентации личность выступает в двойственной роли: с одной стороны, её профессиональное самосознание формируется под воздействием внешних факторов, с другой — она является субъектом, самостоятельно осуществляющим профессиональный выбор и формирующим свой карьерный маршрут. В качестве субъекта личность активно ориентируется в разнообразии профессий — внешняя сторона выбора — и реализует внутреннее, рационально обоснованное решение, выступающее определяющей траекторией её профессионального развития.

На протяжении всей жизни процесс профессионального самоопределения, являющийся важной частью общего феномена самоидентификации, непрерывно развивается и не ограничивается временными рамками. Это личностное явление переживает постоянные изменения, обусловленные динамикой трудовых отношений, особенностями становления профессии, трансформациями сферы трудовой деятельности и

естественными биопсихологическими сдвигами, а также переменами в мотивах и ценностных ориентирах. В периоды, когда данные изменения активизируются, возрастает сложность профессионального самоопределения [64, с. 10].

Процесс профессионального самоопределения традиционно подразделяется на стадии, соотносимые с содержательными изменениями в формировании и корректировке деятельностных компонентов, тесно связанными с возрастными психологическими особенностями и профессиональным развитием личности. Каждая стадия определяется доминирующими жизненными ситуациями, проблемами и уровнем профессионального становления.

Профориентологи анализируют проблему профессионального самоопределения как сложное сочетание внутренних и внешних факторов, типичных для определённого жизненного этапа.

Внутренние условия:

- Формирование внутреннего мира личности, который выражается в развитии самосознания и духовного содержательного начала.
- Выбор в пользу определённых установок становится успешнее при наличии значимого, глубокого и широко представленного опыта, формирующегося на практике.
- Становится важным и уровень знаний, владение умениями и навыками, а также психотипические особенности, формирующие базовые предпосылки профессиональной деятельности, взаимодействия с другими, осознанных усилий по саморегуляции.

Внешние условия:

- Образуют организационные факторы, связанные с учебной и профессиональной деятельностью, а также требования, предъявляемые к личности.
- Важное влияние оказывает бытовой и жизненный уклад, формирующий

условия самоопределения.

– Важны семейные, коллективные и социальные отношения, проявляющиеся через нормы поведения, стереотипы и ценностные ориентиры, которые определяют атмосферу и проявления личности.

Трудности, возникающие в ходе профессионального самоопределения индивида, обусловлены различными жизненными и социальными обстоятельствами; именно они часто воспрепятствуют полноценному развитию личности. Для того чтобы преодолеть возникающие затруднения, как правило, требуется обновить или перестроить систему деятельности и ценностей субъекта, включающую в себя элементы смыслового характера.

Самоопределение не является однообразным процессом; напротив, это сложный и многоаспектный феномен, который функционирует как динамично изменяемая система, состоящая из взаимосвязанных компонентов. В структуре данного процесса можно выявить смысловые группы, каждая из которых формирует отдельный уровень и вносит свою специфику в общий индивидуальный опыт.

1. Социально-культурный уровень раскрывает осознание личностью своей активности в социальной среде, где труд является не только источником признания и уважения, обусловленного полезностью для общества, но и способом самовыражения. Через труд человек ощущает свое достоинство и значимость.

2. Государственный уровень предполагает адаптацию индивидуумов к господствующим в обществе государственным ценностям и нормам. Это бывает сложно в тех случаях, когда доминируют личные и групповые интересы, ослабляющие социальную роль труда.

3. Отраслевое же самоопределение выражается в формировании профессионального «Я» посредством выбора сферы деятельности, определяющей социально-направленную карьеру. В регионах с традиционными видами хозяйственной деятельности, такими как

нефтедобыча, металлургия или рыболовство, выбор профессий существенно сужается, увеличивая значимость данного уровня.

4. Организационный уровень связан с закреплением индивиду за конкретной позицией в структуре организации и отражает построение и развитие карьеры.

5. Образовательное самоопределение формирует представление о себе как перспективном студенте или абитуриенте, а также качестве будущего востребованного специалиста. Для успешного функционирования данного уровня необходимы прочные связи между образовательными учреждениями и работодателями.

6. Личностный уровень, обусловленный субъективностью человеческого выбора, проявляется в самостоятельности решений и следовании собственным убеждениям, которые не всегда совпадают с нормами, ожидаемыми обществом либо работодателями. Поддержка на этом уровне требует от педагогов и психологов чуткости и учета многообразия влияний на формирование профессиональной жизнеспособности личности.

Профессиональное самоопределение представляет собой двусторонний процесс, где: [59, с. 27]

- Субъект – это выбирающий человек.
- Объект – это профессия или область, которую он выбирает.

Невозможным становится лёгким выбор, при этом именно элементов, описывающих много параметров, хватает, формирует который профессиональный самоопределение, личностью интересуемой, способностями и возможностями оцениваемой. Одно из самых важных в жизни событий — профессиональное самоопределение, под воздействием заинтересованности и возможностей уточняющееся. При реализации его возникает образ «Я», сферы жизни действие, которого невозможно не заметить.

Осознанный и аргументированный выбор профессии выступает

ключевым фактором, обеспечивающим гармоничное сочетание личных устремлений и амбиций в профессиональной сфере. Благодаря этому человеку удаётся максимально эффективно воплотить свой потенциал.

Цикл самоопределения в трудовой деятельности состоит из последовательных этапов: от формирования первых профессиональных мечтаний в детстве до завершения трудовой карьеры, ознаменованной выходом на пенсию. Начальные представления о труде формируются в младшем школьном возрасте, но отличаются ситуативной природой и не имеют устойчивого характера. В старших классах происходит становление первичных профессиональных установок, открывается доступ в широкий профессиональный мир и начинается опыт эксплуатации разных возможностей, который обогащается с приобретением практического опыта. Переход от морально-чувственного выбора к выбору профессиональному отмечается в период обучения, когда совершенствуются прикладные умения и формируются основные профессиональные компетенции. Этот этап знаменует собой становление индивидуального стиля выполнения трудовых функций и одновременно начало интеграции новичка в коллектив — социальную и производственную систему. Вершиной всего процесса становится осознание собственной профессиональной идентичности: либо человеком принимаются достигнутые профессиональные результаты, либо он переоценивает свои возможности, что порождает либо самоактуализацию в профессии, либо переосмысление жизненной траектории.

Профессиональное самоопределение сопровождает человека на протяжении всей его жизни, начинаясь с формирования первых профессиональных интересов, проходят этапы адаптации, и продолжается успешной реализацией в выбранной сфере деятельности. Временные рамки данного процесса не ограничены одним этапом, поскольку периодически наблюдаются смены профессии, интересов, а вместе с этим меняется и динамика профессионального самоопределения. Таким образом, процесс

профессионального самоопределения можно представить как системное «движение», пронизывающее весь жизненный путь человеческой личности — от становления первых профессиональных интересов до зрелой профессиональной адаптации и реализации. Он охватывает трансформацию интересов, смены профессий, особенностей динамики и проявлений, выступающих как следствие непрерывного развития и адаптации личности. Этот процесс является непрерывным, изменчивым, требующим постоянных корректировок и внешних воздействий.

Ключевые компоненты профессионального самоопределения:

1. Внутренние факторы:

- Личностные качества (интересы, склонности, ценности, убеждения).
- Психологическая готовность к выбору профессии и её освоению.
- Уровень самопознания и осознания своих возможностей.

2. Внешние факторы:

- Профессиональная среда (спрос на рынке труда, доступность образования).

- Влияние семьи, школы, наставников и социума в целом.

- Культурные и экономические условия.

3. Этапы процесса:

- Формирование первых представлений о профессиях в детстве.
- Осознание своих интересов и способностей в подростковом возрасте.
- Выбор профессионального пути (оптация).
- Адаптация в профессии и профессиональный рост.
- Достижение мастерства и, возможно, наставничество.

Важной особенностью профессионального самоопределения является то, что это не конечная цель, а длительный процесс, сопровождающий человека на протяжении всего жизненного пути. Он включает как поиск смысла в профессии, так и творческое его переосмысление. Человек становится подлинным субъектом самоопределения, когда не только находит

смысл в труде, но и активно создаёт его, адаптируясь к изменениям в личной жизни и профессиональной среде.

Таким образом, профессиональное самоопределение является важной составляющей жизненного пути человека.

Предпосылки профессионального самоопределения

1. Роль детерминизма и деятельности: Профессиональное самоопределение выступает значимой частью общественного развития личности. Этот процесс анализируется с точки зрения взаимодействия личности, как саморегулирующей системы, и общественной системы профориентации. Влияние школы, семьи, общественных организаций, искусства и литературы играет важную роль в формировании мотивов выбора профессии, профессионального интереса и адаптации.

2. Система профориентации: Целенаправленные меры профориентации обеспечивают профессиональное просвещение, консультирование, помощь в трудоустройстве и адаптации, что способствует развитию личности и формированию целей профессиональной деятельности.

А.Н. Леонтьев подчеркивал, что потребность в самоопределении изначально лишена конкретного предмета, пока он не станет осознанным. Личность вступает во взаимодействие с внешней системой профориентации через деятельность, которая становится механизмом психического развития и формирования профессиональных намерений.

В процессе постоянного взаимодействия с окружающим миром человек выступает как активный участник этого взаимодействия. Психологическое понимание принципа детерминизма возможно лишь через анализ соотношения внешних и внутренних факторов, влияющих на деятельность. При изучении движущих сил деятельности важно учитывать их взаимосвязь и противоположность [58, с. 22].

Профессиональное самоопределение формируется в ходе расширения и углубления акции индивида и связано с профориентационными аспектами.

Такой процесс является центральной и ключевой составляющей в профессиональной ориентации личности.

Структурные элементы личности, выступающие в качестве психологических основ профессионального самоопределения, различаются по своим функциям. Их можно разделить на две основные группы:

1. Особенности личности, способствующие решению задачи выбора профессии, но не являющиеся непосредственными активаторами этого процесса.

К этой группе относятся волевые качества характера, трудолюбие, а также жизненный и трудовой опыт, уровень зрелости и общей готовности к принятию важных решений.

2. Компоненты направленности личности, стимулирующие и динамически влияющие на процесс профессионального самоопределения.

Эта группа включает:

- потребность в самоопределении,
- сформировавшиеся учебные и профессиональные интересы,
- склонности, убеждения, установки,
- жизненные ценности, идеалы и представления.

Эти компоненты связаны с познавательными потребностями и формируют предпочтения человека в выборе сфер деятельности, которые кажутся ему наиболее привлекательными и значимыми.

Связь самоопределения с такими категориями, как самореализация, самоосуществление, самоактуализация и самотрансценденция, представляется убедительной и достаточно тесной. В отечественной и зарубежной педагогической и психологической литературе традиционно профессиональное самоопределение рассматривается с позиции поиска и обретения смысла и значимости в трудовой деятельности [60, с. 44].

Под профессиональным самоопределением понимается процесс рефлексивного осмысления, поиска и конструирования глубинных смыслов,

служащих базисом выбора, освоения и выполнения профессии, а также процесс рефлексии и осмысления ситуации самоопределения.

Однако здесь проявляется парадокс: найденный смысл может обесценивать дальнейшие усилия, порождая своего рода «пустоту». Поэтому не менее важным становится сам процесс поиска смысла, где промежуточные результаты – это лишь этапы. Главным смыслом становится сам процесс жизни, её течение, а не достижение конечной цели.

При творческом подходе человек способен самостоятельно создавать новый смысл, становясь подлинным субъектом самоопределения, а не просто проводником предустановленных идей. Это особенно важно при работе с людьми, находящимися в процессе профессионального самоопределения, так как универсального смысла, подходящего для всех, не существует. Исключением могут быть лишь исторические периоды, когда общество объединено общей идеей, например, во времена войн или моральных испытаний.

Наиболее известной в России является периодизация Е.А. Климова (1996), описывающая этапы становления человека как субъекта труда:

1. Стадия предигры (от рождения до 3 лет). Формируется базовое восприятие, движения, речь, моральные оценки и правила поведения, что становится основой для дальнейшего развития и знакомства с трудом.

2. Стадия игры (3–6/8 лет). Ребёнок осваивает базовые смыслы человеческой деятельности, знакомится с профессиями через игры (например, «в шофёра» или «в учителя»). Это способствует социализации. Однако современные дети всё реже воспроизводят в играх деятельность взрослых, что связано с усложнением общества, разрывом между качеством труда и уровнем жизни, а также слабой видимостью связи труда и его результатов.

3. Стадия учебной деятельности (6–8 до 11–12 лет). Развиваются навыки самоконтроля, самоанализа и планирования. Важным является умение ребёнка самостоятельно организовать своё время, преодолевая искушения.

4. Стадия «оптации» (11–12 до 14–18 лет). Этот этап посвящён подготовке к жизни, труду и сознательному выбору профессионального пути. Человек, находящийся на этом этапе, называется «оптантом». Такая ситуация может возникнуть не только у старшеклассников, но и у взрослых, например, у безработных.

5. Стадия «адепта». Период профессиональной подготовки, который проходит большинство выпускников школ.

6. Стадия «адаптанта». Этап вхождения в профессию, продолжающийся от нескольких месяцев до нескольких лет.

7. Стадия «интернала». Работник становится полноценным коллегой, которого воспринимают как «своего».

8. Стадия «мастера». Работник выделяется на фоне коллег благодаря своим выдающимся профессиональным качествам.

9. Стадия «авторитета». Работник становится признанным лидером среди мастеров.

10. Стадия «наставника». Наивысший этап профессионального развития, когда специалист не только достигает вершин в своей области, но и передаёт свои знания и опыт ученикам, формируя новое поколение профессионалов.

Этот этап подчёркивает педагогическую сущность человеческой культуры, обеспечивающую преемственность и сохранение ценного опыта. Наставник становится не только выдающимся специалистом, но и культурным деятелем в самом высоком смысле.

Эффективность профессионального самоопределения во многом определяется степенью сформированности готовности личности к осуществлению профессионального выбора. В психолого-педагогических исследованиях готовность к профессиональному самоопределению рассматривается как интегративное личностное образование, включающее

когнитивные, мотивационные, эмоционально-волевые и поведенческие компоненты.

В преддверии выбора будущей профессии, соответствующей требованиям современного общества, подросток должен обладать совокупностью знаний, навыков и личностных черт, которые способствуют проявлению зрелости и осознанности при принятии такого ответственного решения. К числу необходимых условий относится сформированная система мотивов и осознанных интересов, способствующая последовательному и аргументированному выбору профессии. Значимым критерием при этом является реалистичная оценка собственных возможностей и объективная самооценка, исходя из которых и осуществляется профессиональный выбор. Кроме того, важным представляется широкий круг представлений о различных сферах деятельности, требованиях к специалистам, особенностях профессионального образования и путях его получения. Существенно, чтобы выпускник прогнозировал возможные последствия своего выбора и осознавал уровень ответственности, который берет на себя, определяя направления профессиональной самореализации.

В представленном исследовании понятие «готовность к профессиональному самоопределению старшеклассников» трактуется как интегральное единство, включающее личностные, мотивационные и когнитивные компоненты, обеспечивающие осмысленный, взвешенный и самостоятельный выбор профиля деятельности или образовательной траектории. Готовность к профессиональному самоопределению выступает при этом главной результативной характеристикой и главным критерием оценки эффективности работы педагога и психолога с выпускниками.

Основные теоретические положения исследования в обобщённом виде можно представить так:

Процесс профессионального самоопределения у старшеклассников отличается сложной структурой, многогранностью и многоуровневостью, что

обусловлено формированием их профессиональной идентичности. Во время становления профессионального «Я» школьники осознают и оценивают свои склонности, способности, а также интересы, причём учитывают не только требования по профессиям с нормативной позиции, но и специфические социальные факторы, связанные с ситуацией каждого субъекта.

В старших классах подготовка к профессиональному самоопределению рассматривается как комплексное формирование личности, включающее познавательные, мотивационные и поведенческие характеристики, обеспечивающие осознанность и обоснованность выбора образовательного пути и будущей профессии. Готовность к самоопределению представлена тремя взаимосвязанными элементами, отражающими объективный уровень развития этого качества.

Первый - когнитивный компонент, предполагающий наличие у подростка системных знаний о профессиональной среде, трудовых функциях и требованиях к специалисту. Для оценки информированности о профессиях применялся тест Е. А. Климова «Информированность о мире профессий».

Вторая составляющая - личностный компонент, включающий субъективные характеристики: самоуверенность, отношение к выбору профессии, ответственность за жизненный путь. Сомнения и неопределённость выявлялись с помощью методики самооценки С. В. Ковалева.

Третья составляющая - поведение, отражающее активность подростка в профессиональной среде, умение формулировать планы и обращаться за поддержкой к значимым лицам. Оценка коммуникативных способностей проводилась тестом В. В. Сияевского и Б. А. Федоришина «Коммуникативные способности».

Комплексная методика, в отличие от традиционной, предоставляет исследователю возможность не только установить уровень знаний обучаемых, но и выявить направления продолжения коррекционной работы. Подобный

подход обеспечивает всёобъемлющий анализ усвоенного материала, а также позволяет определить векторы, задающие направления процесса коррекции с учётом индивидуальных особенностей учащихся. Таким образом, комплексное исследование выходит за рамки проверки степени обученности, формируя стратегию дальнейшего сопровождения образовательного процесса, направленного на устранение выявленных дефектов.

1.2. Психолого-педагогические особенности старшекласников

Ранний юношеский возраст (15–18 лет) охватывает период, соответствующий 10–11 классам школы. Этот этап характеризуется достижением физической зрелости и формированием идейной и духовной готовности к самостоятельной жизни. Ключевым психологическим приобретением этого возраста становится осознание своего внутреннего мира, «Я», а главным измерением времени в сознании – будущее, к которому старшекласник активно готовится, основываясь на эстетических и нравственных идеалах. Основной деятельностью в этот период становится учебно-профессиональная деятельность, способствующая развитию таких новообразований, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы.

Ранняя юность отличается своей специфической ситуацией развития. В это время перед школьниками встают новые жизненные задачи, важнейшая из которых – выбор дальнейшего жизненного пути. Это требует изменений в их взаимодействии с социальным окружением: значимыми фигурами становятся взрослые, с которыми обсуждаются жизненные перспективы, преимущественно связанные с профессиональной сферой. При этом старшекласники стремятся к доверительному общению с взрослыми только в сложных ситуациях, а основной эмоциональной поддержкой остаётся общение с друзьями. Такое общение носит исповедальный характер,

затрагивает интимно-личностные темы и способствует укреплению самоуважения и самопринятия.

В личностном плане старшеклассники приобретают качества, связанные со взрослостью. Они активно устремлены в будущее и формируют жизненный план, включающий решение вопросов профессионального и морального самоопределения. Здесь важно не только общее представление о будущем, но и осознание конкретных способов достижения поставленных целей.

К концу школьного обучения основное внимание учеников сосредотачивается на выборе профессии. Этот процесс требует перехода от старшеклассниковых фантазий к реалистичной оценке своих возможностей. Старшеклассники должны изучить широкий спектр профессий, часто основываясь на абстрактной информации из чужого опыта (родителей, друзей и т. д.), и соотнести свои склонности, способности и интересы с объективными факторами: уровнем подготовки, состоянием здоровья, материальными условиями семьи.

Согласно периодизациям Д.Б. Эльконина и А.Н. Леонтьева, ведущей деятельностью в этом возрасте признаётся учебно-профессиональная. Учебная деятельность обретает новую направленность: выбор приоритетных предметов, связанных с будущей профессией, посещение подготовительных курсов, участие в пробных трудовых формах (например, помощь в детском саду или на производстве).

Исследователи подчёркивают, что профессиональное самоопределение – это многоступенчатый и длительный процесс, связанный с выделением социальных задач и построением индивидуального жизненного стиля, включающего профессиональную деятельность. В процессе самоопределения формируется баланс между личными предпочтениями и склонностями и требованиями системы разделения труда.

Профессиональное самоопределение нельзя рассматривать как фиксированный момент в развитии. Это динамичный процесс, который

продолжается на протяжении всей жизни, сопровождая человека на пути от осознания своих интересов до их реализации в профессиональной сфере [67, с. 12].

Сделанный профессиональный выбор не ограничивает будущие возможности: опыт, полученный на выбранном пути, расширяет горизонты, открывает новые перспективы и направления развития, позволяя увидеть ранее недоступные возможности. В период ранней юности профессиональное самоопределение является важной составляющей личностного становления, но не исчерпывает его полностью. Представление о себе как будущем профессионале символизирует связь молодого человека с обществом и его интеграцию в социальную среду. Выбор профессии становится проекцией предполагаемой социальной роли в будущем.

Современное понимание профессионального самоопределения выходит за рамки разового выбора профессии, представляя его как непрерывный процесс поиска смысла в профессиональной деятельности – её выборе, освоении и выполнении. Это процесс, в котором каждое принятое решение становится значимым событием, определяющим последующие шаги профессионального роста.

Уже в более младших возрастах формируются базовые представления о профессиях, а на выбор влияют информированность о сфере деятельности, советы близких, а также личные склонности и способности. С возрастом необходимость принятия решения становится всё более актуальной. Выбор профессии редко является одномоментным и проходит через несколько этапов:

1. Фантастический выбор (до 11 лет) – ребёнок размышляет о будущем без связи целей со средствами и выбирает профессию, основываясь на стереотипных представлениях, часто далеких от реальности.

2. Пробный выбор (до 16–19 лет) – подросток начинает учитывать реальные обстоятельства, но ещё испытывает неуверенность в своих

способностях. Постепенно из множества вариантов он выделяет несколько наиболее подходящих, между которыми предстоит сделать выбор.

В юности происходит не только уточнение профессиональных предпочтений, но и эмоциональное развитие. Юноши лучше управляют своим настроением, их эмоциональные реакции становятся более устойчивыми и зависят в большей степени от внешней среды, чем от внутренних импульсов. Однако в этом возрасте сохраняется повышенная эмоциональность.

Старшеклассники стремятся к углублению знаний, особенно интересуясь общими принципами устройства мира, нравственными категориями и смыслом человеческого существования. Понятия "добрый", "честный", "идеальный человек" вызывают у них глубокие размышления, которые часто касаются как бытовых, так и моральных аспектов жизни.

Открытие внутреннего мира – одно из ключевых событий этого периода. Осознание своей уникальности приносит как радость, так и тревогу, вызывая переживания, связанные с одиночеством или ощущением внутренней пустоты. Это формирует потребность в общении, но одновременно усиливает избирательность в выборе собеседников и желание уединения.

До старшего возраста ребёнок обращает внимание на свои отличия от других лишь в исключительных ситуациях, а его "я" в основном складывается из идентификации с важными взрослыми. В юности ориентация на нескольких значимых людей одновременно становится источником внутреннего конфликта. Отказ от старых идентификаций усиливает рефлексивность и обостряет чувство своей уникальности, что часто сопровождается страхом одиночества.

Развитие самосознания, как и любого сложного психического процесса, проходит несколько последовательных стадий. С этой точки зрения, ранний юношеский возраст можно рассматривать как начало формирования нового уровня самосознания, период углубления интегративных качеств личности. В юности самосознание продолжает активно развиваться, и на этом этапе

значительное значение приобретает система собственных ценностей и усиление личностного восприятия.

Функция юношеского возраста, выделяемая именно этим временем, - осознание собственной личности и приобретение высокого уровня зрелости. От иных предполагаемых периодов жизни выделяется этот период их двумя аспектами: формированием устойчивого образа «Я» и укладом, выраженным в целом плане на дальнейшую жизнь. В самом юношеском возрасте завершается формирование личности и, что важно, развивается комплекс жизненных установок, способствующий прочности и стабильности образа «Я». Именно тогда появляется объемное и стройное представление о жизненной цели и способах ее реализации. План, который появляется в этом периоде, призван реализовать образ «Я» и служит своеобразным ядром личности. В нем и содержится идея, лежащая в основании будущей деятельности, и предусматриваются применяемые способы выработки и реализации жизненных целей. Творческий характер этого образа заключается в возможности обновления и изменения структуры и содержания плана жизни.

Юность представляет собой важнейший период формирования мировоззренческих установок молодого человека, когда происходит не только накопление знаний, но и происходит становление системы жизненных ценностей и убеждений, воспринимаемых как истинные и значимые. Именно тогда подросток начинает осмысливать смысл жизни, пытаться понять, зачем он существует, и выбирает направление собственного жизненного пути. При этом молодой человек опирается на универсальные нравственные принципы, гуманистические ценности - такие, как гуманность, служение обществу, стремление приносить пользу ближним. Кроме того, определяя социальную ориентацию и принимая сознательно на себя определённую социальную роль, он выстраивает свои представления о будущем социальном статусе и встраивается в систему социальных связей.

Общение с ровесниками в этот период становится для юноши значимым фактором, играющим двойную роль: посредника получения социально ценной информации и социальной площадки для развития межличностного взаимодействия. Ценность партнёрского сотрудничества приобретает не только прикладное значение, но и становится самой жизненной потребностью, которая способствует укреплению социальных взаимосвязей. Юношеская дружба в своеобразном смысле становится феноменом, а недостаток близких доверительных отношений вызывает потребность предъявлять высокие требования к выбранным товарищам и контактам.

Активно развивающееся в старших классах самовоспитание становится таким образом важнейшим этапом становления личности, поиска собственного места в социуме и формировании ценностных ориентаций. В этом значительную роль играют интеллектуальное развитие, а также нравственное и эмоциональное самосознание. Образ мужественности, воспринимаемый многими юношами как пример и эталон, проявляется в интересе к кинематографу и литературе, отмеченным драматическими повествованиями и драматизмом боевых действий, где главными положительными чертами героя выступают прежде всего смелость и сила воли. Эти качества воспринимаются как «образец для подражания» и именно этим определяется их высокая роль в процессе самовоспитания.

Таким образом, старшеклассник одновременно является реалистом и романтиком, осознающим свою целостность и переживающим страх её утраты. Он начинает открывать свой внутренний мир, развивает способность к саморефлексии, что позволяет ему лучше понимать свои чувства и эмоции. Эти особенности создают основу для проведения праздников и мероприятий, ориентированных на уникальные характеристики юношеского возраста.

1.3. Специфика психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников

Психологическое сопровождение представляет собой, прежде всего, процесс, в ходе которого психолог и развивающаяся в профессиональной среде личность вместе движутся вперёд. Согласно толкованию слова «сопровождать» в «Словаре русского языка», оно обозначает движение рядом с кем-либо, а также выполнение функций помощника и спутника. Отсюда вывод, что психологическое сопровождение следует понимать, как совместное продвижение специалиста и личности, предполагающее своевременную диагностику и оказание необходимой помощи при прохождении определённых этапов профессионального становления.

Среди сопровождающих могут быть родители, родственники, учителя, друзья. Однако наиболее компетентным в этом деле является психолог-профконсультант, который помогает человеку не только выбрать путь профессионального развития, но и направляет, не навязывая свое мнение, а предоставляя ориентиры. Такой подход к сопровождению является наиболее эффективным.

Семья оказывает решающее влияние на психолого-педагогическое сопровождение подростков, формируя их ценностные ориентиры и профессиональные установки с ранних лет. Родители, как правило, определяют выбор профессии, направляя ребёнка, однако семья при этом может выступить и в роли фактора давления, когда решение определяется не личными интересами, а желанием добиться высокого дохода или общественного признания. Снизить негативное воздействие поможет построение сопровождения в формате «тандема», где родители не доминируют, а становятся партнёрами и помощниками, оказывающими эмоциональную поддержку и совместно анализирующими перспективы.

Цель психологического сопровождения заключается в полной реализации профессионально-психологического потенциала личности и удовлетворении потребностей субъекта. Одна из главных задач такого сопровождения – не только оказание своевременной помощи и поддержки, но и обучение личности преодолевать трудности самостоятельно, подходя к своему профессиональному становлению с ответственностью. Решение этой задачи становится особенно актуальным в условиях социально-экономической нестабильности, постоянных изменений в жизни, индивидуальных особенностей и случайных обстоятельств.

В рамках психологического сопровождения специалист и человек совместно вырабатывают ориентиры профессионального развития, формирующие представления будущей деятельности. В результате у человека складывается устойчивое ощущение собственного «профессионального я», которое одновременно служит основой формирования личности. Одновременно с этим вырабатывается оптимальная, адекватная самооценка. При этом значительная роль отводится экстренной психологической помощи и содействию в регуляции жизнедеятельности.

Особое внимание стоит уделить психологическому сопровождению на стадии оптации, то есть подготовке старшеклассников к осознанному выбору профессии. Здесь важную роль играет профессиональное консультирование, которое осуществляет школьный психолог. Основной задачей профориентационной и профконсультантской работы со старшеклассниками является содействие активному включению молодого человека в процесс выбора профессии.

При выборе профессии важно принимать во внимание немало факторов, которые нельзя не учитывать. Сюда относят: требования региона к ассортименту специалистов, обязательные нормы по гигиене труда и безопасности, личностные качества - как психофизические, так и физические; шансы на получение и улучшение квалификации (знаний и умений);

перспективы для карьерного роста, возможность расширения компетенции; ограничения, связанные с возрастом, и противопоказания по здоровью.

Психолог также должен учитывать причины ошибочного выбора профессии, такие как:

- Представление о профессии как о постоянном и неизменном выборе, что не соответствует реальности динамичного общества;
- Предвзятое отношение к профессиям, которые считаются непрестижными;
- Влияние мнения друзей или родственников на выбор профессии;
- Сосредоточение на внешней привлекательности профессии, игнорируя её содержание;
- Отождествление школьного предмета с профессиональной деятельностью;
- Незнание своих физических возможностей и способностей;
- Недостаточные знания о профессии и её реальных требованиях.

Психологическая помощь в выборе профессии может быть предоставлена как в индивидуальной, так и в групповой форме. Индивидуальные консультации ориентированы на осознание личных особенностей индивида, в то время как групповые формы, такие как профориентационные игры и тренинги, помогают быстрее охватить большую аудиторию. Психолог использует различные методы, чтобы поддержать молодых людей в их профессиональном самоопределении.

Особенности старшеклассников заключаются в увеличении интереса к своему «я» и к выбору профессии. В этот период профессиональная направленность школьников формируется интенсивнее, чем в более раннем возрасте, благодаря приближению момента выбора профессии.

Выбор профессии запускает ряд индивидуальных потребностей и интересов, способствует раскрытию личностного потенциала и развитию умений, формирует новые грани личности. Процесс профессионального

самоопределения проходит три стадии, на каждой из которых школьник постепенно трансформируется - от пассивного объекта до активного субъекта профессионального выбора, укрепляя самоопределение и формируя собственную позицию. Значительную роль в формировании внутренней инициативы и готовности к самостоятельному выбору профессии играют разнообразные мероприятия: ярмарки вакансий, деловые игры, профориентационные недели, которые активизируют деятельность обучающихся, способствуют развитию коммуникативных и информационных навыков.

Старшеклассникам жизненно важно создавать условия, в которых они смогут развиваться в профессиональной сфере, формировать положительное отношение к себе, научиться принимать перемены и рассматривать альтернативные варианты жизни. Системный подход к профориентации формирует внутреннюю опору и повышает готовность к осознанному выбору профессии. Осознанный выбор будущей деятельности, устремление к профессиональному росту обеспечивают успешную адаптацию молодых специалистов к реалиям профессиональной среды. Результативность самоопределения в профессиональной области тесно связана с профессионализмом и квалификацией специалистов, оказывающих помощь в выборе профессии. Семья, объединяющая труд, отдых и социальные связи человека, является ключевым институтом социализации старшеклассников и формированию у них жизненно необходимых социальных навыков. Именно семья становится центром становления личности, готовой к профессиональной самореализации.

Школа, в свою очередь, оказывает еще более значительное влияние, так как является центром культурной и образовательной жизни. Социальный педагог в школьной среде обладает возможностью эффективно организовать процесс профессионального самоопределения старшеклассников.

Ориентируясь на непрерывно меняющиеся социально-экономические условия, психологи и педагоги при реализации своей деятельности ставят перед собой главенствующую задачу - помочь обучающимся и их семьям адаптироваться к новым экономическим реалиям. Параллельно происходит расширение потенциала детей и подростков, формирование основ рационального и самостоятельного выбора профессии. Это и служит важнейшей предпосылкой вступления в самостоятельную взрослую жизнь.

С начала нынешнего столетия ведут интенсивные поиски оптимальных практик профориентационной работы с учащимися старших классов. Результатом являются разнообразные образовательные модели, учитывающие индивидуальные особенности школьников и объединяющие профильные классы, элективные курсы, программы профориентации. Главная их задача - повысить мотивацию и сформировать осознанные ценностные ориентации, профессионально важные качества личности.

Не теряет актуальности вопрос облегчения прохождения этапа профессионального самоопределения, невзирая на многовековую историю человечества, он остаётся одной из центральных проблем образования. Современные механизмы решения этой задачи базируются на лучшем отраслевом опыте и тесном междисциплинарном сотрудничестве, отвечая запросам модернизации образования и возможности профильного обучения.

Феноменологическая модель, которая в начале XXI века получила широкое распространение благодаря вкладу учёных А. Маслоу, А. Комбса, К. Роджерса, ориентирована на индивидуализацию образовательного процесса с учётом личностных предпосылок самоопределения обучаемых. К ключевым принципам данной модели относится внимание к индивидуальным потребностям, интересам и психическим особенностям учащихся. Создавая условия для самопознания, раскрытия внутреннего Я, свободы выбора и самореализации, феноменологическая модель реализует свой потенциал в практической работе. Современная психолого-педагогическая деятельность в

профориентации строится именно на её постулатах и концентрируется на узком профиле помощи старшеклассникам в личностном становлении и социальной адаптации. Кроме того, основной целью становится поддержка в принятии важнейших профессиональных решений, а также в успешной реализации талантов в выбранной отрасли.

Поиск новых решений в этой области предполагает:

- интеграцию образовательных программ и внеучебной практики для формирования ключевых компетенций в профессиональном самоопределении;

- обеспечение профильного обучения на основе вариативных индивидуальных образовательных программ, учитывающих интересы и запросы рынка труда, а также обязательной предпрофильной подготовки, включающей навыки самопознания, понимания мира профессий и рынка труда, а также практический опыт для осознанного выбора;

- оказание психолого-педагогической помощи учителям, направленной на переход от менторства к роли фасилитатора, обеспечивающего успех школьников в профессиональном выборе.

В современном мире возрастающую значимость в процессе формирования личностных ориентиров и самоопределения индивида приобретают не только социально-адаптивные, но также ценностно-смысловые мотивы. Именно они становятся фундаментом жизненных ориентиров. Компетентным специалистом признаётся не только тот, кто владеет профессиональными и технологическими знаниями, в структуру компетентности входят качества, не всегда напрямую связанные с конкретной профессией, но важные для каждого профессионала. К числу таких универсальных квалификаций принято относить, например, самостоятельность, умение творчески и гибко решать возникающие задачи, готовность к непрерывному обучению, безусловное владение компьютером и

базами данных, а также устойчивое понимание основ экологии, экономики и ряда других сфер.

Рынок труда сегодняшнего дня определяется не монопрофессионализмом, а полипрофессионализмом, проявляющимся в том, что знаний, полученных в вузе, зачастую оказывается недостаточно: время требует уметь понемногу из разных областей. Ключевым компетентным требованием становится способность к самоизменению, самосовершенствованию, самопознанию и рефлексии — именно они обеспечивают осознанный выбор профессии.

Подготовка старшеклассников к самоопределению предполагает учитывать не только личные способности учащихся и требования выбранной специальности, но и возможное изменение их личностных качеств, условий труда и социального контекста. При этом необходимо сосредотачивать усилия на подготовке специалистов, способных успешно адаптироваться в самых разных сферах деятельности, реализация которых возможна лишь при условии устойчивого проявления образовательных и профессиональных ценностей, стремлении к постоянному самообразованию и личностному развитию. Только так они смогут эффективно интегрироваться в современный рынок труда.

В образовательных учреждениях, функционирующих в настоящее время, одной из ключевых задач, стоящих перед педагогами, является подготовка выпускников к самостоятельной жизнедеятельности в конкурентных экономических условиях, которые привычны в капиталистическом обществе.

На современном этапе педагог не может ограничиваться приобретением академических знаний и воспитанием практических умений. Необходимы также творческий подход, инновационные методы в планировании и реализации образовательных программ, гибкое построение маршрутов учебной деятельности.

Официальные нормативные акты, в частности Закон об образовании Российской Федерации, принятый в 1992 году, определяют образовательный процесс как формирование самостоятельной, ответственной личности, способной реализовывать себя в условиях общественной жизни. Учитель как педагогический наставник осуществляет всестороннее сопровождение обучающихся, и не только в образовательном поле-педагог оказывает психологическую поддержку, помогает определиться с выбором дальнейшего образовательного пути, способствует становлению системы ценностей и мировоззрения. Такой системный подход гарантирует всестороннее развитие обучающихся, обеспечивает возможность самореализации в условиях динамично меняющегося социокультурного пространства страны.

Психолого-педагогическое сопровождение реализует разнообразные формы поддержки: социальную, педагогическую, психологическую и медицинскую. Конкретный вид помощи определяют причины обращения и специалисты, её оказывающие. Такая поддержка способствует развитию личности подростка, создавая условия для профессионального самоопределения и успешной социализации.

Л. Митина, анализируя психологическую поддержку выбора профессии, отмечает, что она помогает подросткам решать возрастные задачи и ориентироваться в профессиональной сфере. Главное — обеспечить условия профессионального развития подростка на каждом этапе. Тогда школьники перестают быть пассивными объектами воспитания и становятся субъектами профессионального самоопределения.

Психолого-педагогическое сопровождение строится на базовых положениях, формирующих цели и содержание деятельности:

1. Принцип непрерывности, гарантирующий взаимосвязь и согласованность образовательных мероприятий разной направленности. Он учитывает запросы старшеклассников на социализацию и профессиональную ориентацию.

2. Принцип интеграции содействует объединению всех участников воспитательно-образовательного процесса. Он направлен на повышение качества социопрофессионального самоопределения подростков.

3. Принцип дифференциации и индивидуализации стал реакцией психолого-педагогической практики на необходимость учёта индивидуальных особенностей, запросов и здоровья каждого учащегося, что в итоге способствует ускорению социально-профессионального самоопределения.

4. Принцип гибкости касается учёта мотивационных установок, потребностей и особенностей индивида, а также широкого внедрения инновационных форм консультирования и сопровождения развития.

5. Социокультурные, экономические, профессиональные и социальные сферы (принцип сферности) призваны объединять усилия специалистов разных направлений, что способствует эффективному межведомственному сотрудничеству.

6. Образовательная и карьерная открытость, обеспечиваемая принципом открытости, создаёт пространство многообразия вариантов траекторий, включений и решений, гарантирующее свободу выбора и личную ответственность ученика.

7. Важность внимания к проблемам учащегося, контексту его жизненного и личностного самоопределения, подчеркивается соответствующим принципом, ориентированным на поддержку адаптации и коммуникативных компетенций.

8. Принцип активности, как убеждённость в способности школьника самостоятельно принимать сознательные решения, непосредственно влияет на формирование субъектности и самостоятельности.

9. Одновременно, активность педагога и психолога, объединенная в едином принципе, связана с постоянным поиском новых, неординарных подходов к сопровождению профессионального самоопределения учащихся.

10. Неотъемлемой характеристикой процесса стал и принцип оптимизма, который соотносится с верой в успешное разрешение возникающих у старшеклассников проблем в профессиональном и социальном самоопределении.

11. Наконец, принцип постепенности работы делает акцент на системной и планомерной совместной деятельности в рамках профессиональной ориентации, исключая поверхностность и поспешные решения.

Собранные воедино, эти теоретические положения становились основой для построения эффективных практик психолого-педагогического сопровождения школьников в период, когда происходит активное формирование социально-профессионального самоопределения.

Психолого-педагогическая деятельность выполняет важнейшую роль в обеспечении комплексной поддержки учащихся, являясь зримым проявлением профессионального самоопределения несовершеннолетних.

Сбор информации о планах, потребностях, мотивации, склонностях, интересах и готовности к социализации и профессиональному выбору — диагностическая функция. Выявление педагогических ресурсов и возможностей сопровождения, необходимое для разработки и реализации программы, — тактическая функция. Непосредственное выполнение программы, применение различных методов и форм и создание условий — практическая функция. Аналитическая функция — оценка эффективности и качества внедрения программы, составление отчетности, корректировка материалов и решение возникающих проблем при реализации программы.

Система профессионального самоопределения старшеклассников объединяет интересы государственных и общественных организаций, предприятий, образовательных учреждений и семей. Основная цель такой системы - повысить эффективность социально-профессионального самоопределения школьников с учетом личностных интересов и запросов общества.

Качество работы системы определяется результативностью таких компонентов, как профессиональное просвещение с элементами профинформации, профпропаганды и профагитации; предварительная профессиональная диагностика, выявляющая интересы и способности школьников; профессиональная консультация, предоставляющая индивидуальную помощь в выборе профессии; социально-профессиональная адаптация и профессиональное воспитание, формирующие чувство долга, ответственности, профессиональной чести и достоинства.

Наиболее часто используемые формы и методы профессионального самоопределения старшеклассников-беседы о различных профессиях и экскурсии на предприятия. Кроме них, в школах широко практикуются уроки, проводимые профессионалами и мастерами, демонстрирующими практические навыки. Психолого-педагогическую работу, направленную на профессиональное самоопределение старшеклассников, строят на обучении творческому поиску, формировании способности принимать осознанные решения о будущей профессии. Также уделяется внимание развитию умения понимать особенности профессии, специфику рынка труда, социокультурные особенности, а главное — понимать себя.

Выводы по главе 1

В результате теоретического анализа проблемы формирования готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению нами были сделаны следующие выводы:

1. Процесс профессионального самоопределения у старшеклассников представляет собой длительный период, включающий активное выявление и обдумывание выбора профессии.

2. Для того чтобы он протекал успешно, важна сформированность устойчивых интересов, наличие адекватной самооценки и осведомленность о

требованиях современного рынка труда, а также ответственное отношение к выбору профессии.

3. К подростковому возрасту (15–18 лет) учебно-профессиональная деятельность занимает ведущую роль, что обуславливает сосредоточение внимания на планировании будущего.

4. В связи с этим актуальность получает психолого-педагогическая поддержка и развитие как личностных, так и когнитивных ресурсов учащихся.

5. В структуру готовности к профессиональному самоопределению включаются три компонента — когнитивный, личностный и поведенческий. Эта позиция сформирована на основе трудов Е. А. Климова, С.В. Ковалева, В.В. Синявского и Б. А. Федоришина, что обеспечивает методологическую базу исследования, подробно изложенного во второй главе.

2. Опытнo-экспериментальное исследование уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников

2.1. Исследование профессионального самоопределения старшеклассников

Опытнo-экспериментальное исследование проходило на базе: МАОУ "ЛИЦЕЙ № 77 г. ЧЕЛЯБИНСКА".

Цель: выявление уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников.

Для достижения поставленной цели и обеспечения содержательной валидности исследования нами был подобран комплекс методик, диагностирующих структурные компоненты готовности, выделенные в первой главе:

1. Для оценки когнитивного компонента (уровня знаний о трудовой сфере) применен опросник Е. А. Климова, позволяющий оценить соответствие профессионального плана интересам личности.

2. Для анализа личностного компонента (уверенности и ответственности) использован тест С. В. Ковалева, так как низкая самооценка является серьезным барьером для принятия самостоятельных решений.

3. Для измерения поведенческого компонента (социальной активности) выбрана методика В. В. Синявского и Б. А. Федоришина, оценивающая навыки взаимодействия, необходимые для адаптации в профессиональной среде.

На констатирующем этапе провели опрос старшеклассников, которые обучаются в 10–11 классах. Оказалось, что на вопрос «Выбрали ли вы будущую профессию?» 33% опрошенных определились с будущей профессией, а 67% еще не сделали для себя выбор. 16% школьников имели полное представление о содержании профессии, тогда как 84% отметили, что

информации им не хватило. Интересной оказалась еще одна особенность — 90% старшеклассников хотели бы получить дополнительную помощь при принятии решения о своем профессиональном будущем.

Для изучения уровня профессионального самоопределения старшеклассников в нашем исследовании были выбраны три методики, каждая из которых позволяет рассмотреть различные стороны готовности учащихся к осознанному выбору профессии:

1. Опросник Е. А. Климова «Информированность о мире профессий». Эта методика непосредственно связана с когнитивным компонентом, необходимым условием для осознанного выбора профессионального пути. Недостаток информации о профессиях ограничивает возможности подростка в адекватной оценке своих интересов и способностей, снижает уверенность в выборе и повышает риск ошибочного самоопределения. Поэтому диагностика информированности – базовый элемент исследования уровня профессионального самоопределения.

2. Тест С. В. Ковалева «Определение уровня самооценки». Самооценка – важный личностный компонент, влияющий на способность принимать решения, ставить цели и верить в свои силы. Уровень самооценки отражает, насколько подросток уверен в себе, готов взять ответственность за свой выбор, способен трезво оценивать свои сильные и слабые стороны. При завышенной или заниженной самооценке школьники могут либо переоценивать свои возможности, либо избегать выбора из-за страха неудачи. Таким образом, самооценка прямо влияет на степень внутренней готовности к профессиональному самоопределению.

3. Тест В. В. Синявского и Б. А. Федоришина «Коммуникативные способности». Профессиональное самоопределение невозможно без активного социального взаимодействия: обсуждения будущих планов с родителями, учителями, профессионалами, участия в профориентационных мероприятиях, поиске и переработке информации. Развитые

коммуникативные навыки помогают подростку не только лучше ориентироваться в социальном пространстве, но и увереннее действовать в направлении своего профессионального развития. Коммуникативные способности также важны как универсальная компетенция, необходимая в большинстве современных профессий, и поэтому их уровень отражает общую готовность к вхождению в профессиональную среду.

Комплексный подход позволяет не только выявить уровень сформированности профессионального самоопределения, но и определить, какие именно аспекты нуждаются в поддержке и коррекции.

Опишем методики более подробно.

1. Тест: «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева (приложение 1).

Инструкция респондентам состоит в том, что им предстоит оценить 32 утверждения, выбрав к каждому из них одно из пяти числовых значений в соответствии с интенсивностью выражения согласия. Так, баллы распределены: 4 очка — очень часто, 3 — часто, 2 — иногда, 1 — редко, 0 — никогда.

Обработка результатов подразумевает суммирование баллов, которые были поставлены за ответы на 32 суждения. При интерпретации учитывается приведённая далее шкала.

Если показатель лежит в диапазоне от 0 до 25 баллов, это свидетельствует о высоком уровне самооценки индивида. Такая личность, как правило, конструктивно воспринимает критику, не испытывает склонности к самокопанию, а также адекватно оценивает свои поступки и действия.

Значения же от 26 до 45 баллов описывают средний уровень самооценки, при котором нередко наблюдается неоправданное завышение или занижение самооценки, возможны неуверенность в коммуникации и определённые сложности в поведении.

Оценочные значения в диапазоне 46-128 баллов считаются классическим критерием низкой самооценки. Чаще всего с ними ассоциируются особенности поведения — сильнейшая реакция на критику, замкнутость, страх открыто выражать чувства, неблагоприятие при несогласии с массо-вым мнением [50, с. 44].

2. Тест «Коммуникативные способности» разработали В.В. Синявский и Б.А. Федоришин. (приложение 2).

В состав комплекса материалов входят бланк, опросник и ключ к методике исследования. В бланке фиксируют сведения об испытуемом: его ФИО, пол, дату рождения, наименование учебного заведения и дату обследования. Инструкция для испытуемого приводится там же, а для отметок, оформления оценок и выводов выделено специальное поле. Целью исследования является выявление уровня сформированности коммуникативных навыков.

Инструкция: Перед вами бланк, содержащий ряд вопросов. Если вы согласны с утверждением — поставьте знак «+», если не согласны — «-». Вопросы сформулированы кратко, не требуя глубокого анализа. Отвечайте быстро, опираясь на первое впечатление, не задерживаясь на каждом вопросе. Сомневаясь, отметьте наиболее подходящий вариант, стремясь сохранить логическую связь ответа с содержанием вопроса. Следует избегать формирования искажающего восприятия ответа.

Интерпретация результатов: Максимальное количество баллов — 20. Итоговая сумма баллов характеризует уровень вашей коммуникативности.

Склонности	Ответы
Коммуникативные	«+»: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 «-»: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39

Каждому совпавшему с ключевым ответом соответствует один балл. Коэффициент коммуникативности (К) вычисляется по формуле $K = X/20$, где

X — число верных ответов. Эксперимент выявил три уровня коммуникативности.

Шкала оценок коммуникативности

Коэффициент	Оценка	Уровень проявления коммуникативных способностей
0,10 – 0,55	1	Низкий
0,56 – 0,70	2	Средний
0,71 – 1,00	3	Высокий

Результаты позволили сделать ряд интерпретаций. Как показывает статистика, люди с предпочтением уединения, испытывая дискомфорт в незнакомых коллективах, чаще получают низкую оценку – «1». Они ограничивают взаимодействия с незнакомыми и стараются как можно меньше находиться в коллективе. Для них характерны трудности с ораторским искусством, ориентацией в незнакомой ситуации и умением отстаивать свою позицию.

Оценка «2» обозначает, что у испытуемых сформировались коммуникативные способности среднего уровня. Эти люди стремятся устанавливать новые контакты, расширяя границы привычного круга общения. Они демонстрируют лидерство и умение отстаивать свою точку зрения, а также способны организовывать собственную деятельность.

Испытуемые, получившие «3», адаптируются к изменениям и активно расширяют социальные связи, проявляя инициативность в общественной жизни и коммуникативную активность [28, с. 86].

3. Опросник Е. А. Климова «Информированность о мире профессий» (приложение 3).

В данном исследовании использовался диагностический инструмент, именуемый «Информированность о мире профессий», который включает опросник из двадцати заданий, специальную форму для записи ответов и ключ, с помощью которого возможно расшифровать полученные результаты.

Основной целью методики является установление уровня осведомленности испытуемых.

Порядок проведения опроса следующий: вам будет представлен перечень утверждений, раскрывающих ваши представления о разных профессиях. Поставьте знак «+» рядом с теми утверждениями, с которыми вы согласны, и знак «-» возле тех, которые не отражают ваше отношение. Ответы должны быть даны оперативно, без глубоких раздумий — правильные и неправильные решения отсутствуют.

Обработка результатов происходит по следующей схеме: если итоговая сумма набранных баллов варьируется от 19 до 20, это свидетельствует о высоком уровне информированности в области профессиональной деятельности.

При результате от 11 до 18 баллов диагностируется недостаточный уровень информированности индивида о различных профессиях, а также испытываемые трудности при согласовании полученной информации с личностными способностями.

При итоговой сумме 10 и менее баллов выявляется дефицит знаний о сферах деятельности и неспособность учитывать особенности собственных возможностей при планировании профессионального будущего.

Ключ к определению уровня информированности

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
+	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-

Таблица 1

Качественная и количественная характеристики показателей уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников

Уров	Показатели			балл
	Самооценка	Коммуникативность	Информированность	

Высокий уровень	Не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания, трезво оценивает свои действия.	Предпочитает самостоятельность в выборе и принятии решений, отстаивает свое мнение, добивается, чтобы оно было принято. Проявляет инициативу в общении, постоянно расширяет круг своих знакомых. Умеет слушать собеседника.	Широкий кругозор о мире профессий, умеет соотносить информацию со своими интересами, сформирован профессиональный план, который соответствует познавательным интересам, профессиональной направленности..	3 балла
Средний уровень	Ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.	Стремится к новым контактам с людьми, не ограничивая круг своих привычных знакомств. Однако испытывает затруднения в общении с незнакомыми людьми.	Хорошая информированность о мире профессий, однако недостаточно полно соотносит информацию со своими интересами. Имеется профессиональный план, но он не обоснован	2 балла
Низкий уровень	Болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.	Отсутствует стремление к общению. Чувствует скованность в новом коллективе. Предпочитает проводить время наедине с собой, ограничивает знакомства. Не отстаивает свое мнение, тяжело переживает обиды, избегает принятия самостоятельных решений.	Низкая информированность о мире профессий, не принимает реального решения при выборе профессии, нет профессионального плана, профессиональные интересы не выражены.	1 балл

Для оценки уровня самооценки среди подростков применялся тест, разработанный Ковалевым С.В. Участникам исследования, предлагалось сосредоточиться на 32 утверждениях и отобрать из каждого одно наиболее подходящее с их точки зрения, проставляя отметку в специально отведённом поле.

Итогом проведённого исследования стало установление того, что 40 % респондентов характеризуются средним уровнем самооценки. В их числе —

Регина А., Илюза К., Эльвина Р., Руслан С., Ляйсан Г., Артур К., Русалина Г., Максим Ф. Зачастую для них коммуникация и возможность открыто выразить свои взгляды вызывают трудности, к ним свойственна самокритичность в оценке своих качеств и внешних данных. Вместе с тем отмечается тенденция к необоснованному занижению значимости собственной личности.

У 60 % учащихся, включая Тимура Г., Эльнара Г., Артура К., Элизу М., Ильмира С., Эмиля Х., Ильнару С., Теодора Г., Лену М., Даниса Г., Лиану Ш., Эльмиру Х., уровень самооценки установлен как низкий. Эти школьники склонны болезненно реагировать на замечания, угождать, стеснительны и тревожны. Среди отличительных особенностей этой группы — отрицание своих возможностей, самоуничижение и повторяющиеся выражения «не знаю», «не могу» с повышенным уровнем тревожности.

В исследовании не выявлено участников с высоким уровнем профессиональной самоуверенности и самопонимания.

Результаты подтвердили значительное влияние уровня самооценки на разные сферы жизнедеятельности, в том числе на решение по выбору профессионального пути. Поэтому развитие у старшеклассников объективности в суждении о своих сильных и слабых качествах становится основополагающей задачей, направленной на принятие оптимальных решений относительно своего будущего.

На констатирующем этапе исследования была применена методика «Коммуникативные способности», разработанная В. В. Синявским и Б. А. Федоришиным, направленная на выявление степени развития коммуникативных качеств личности. В данном контексте коммуникация как личностное качество трактуется через способность легко устанавливать деловые контакты, участвовать в социальных взаимодействиях, расширять круг общения. Эффективное взаимодействие становится возможным только в случае наличия терпения к выслушиванию, умения сопереживать и достигать

взаимопонимания. Следовательно, уровень коммуникативных способностей определяется агрегатом исследованных особенностей.

Коммуникативные навыки играют важную роль в профессиональном самоопределении старшеклассников. Для исследования был использован тест из 20 вопросов, на которые учащиеся 10-11 классов должны были выразить свое мнение (приложение 3).

Анализ коммуникативных способностей выявил у большинства участников (55 %) характеризующий их низкий уровень данных навыков, оцененный от 0,1 до 0,55 баллов. К данной категории относятся: Эмиль Х., Лиана Ш., Максим Ф., Тимур Г., Эльмира Х., Теодор Г., Ильмир С., Эльза М., Денис Г., Илюза К., Эльнар Г. Эти ученики обычно проявляют замкнутость в межличностном общении, склонны к уединению, а также испытывают значительные трудности в процессе знакомства с новыми людьми. При публичных выступлениях или в ситуациях, требующих отстаивания собственной позиции, они часто демонстрируют нерешительность. Обида воспринимается ими болезненно, а принятие решений зачастую оказывается затруднительным.

Набор навыков коммуникативной компетентности среднего уровня (оценка от 0,56 до 0,70 баллов) обнаружен у 30 % исследуемых — Артура А., Ляйсан Г., Руслана С., Артура К., Ильнары С., Лены М. Эти респонденты ориентированы на расширение круга общения, обладают ярко выраженными лидерскими качествами. В то же время их коммуникативная компетентность еще не совершенна, что ограничивает возможности эффективного социального взаимодействия и требует дальнейшего профессионального развития.

Высокий уровень развития коммуникативных навыков (от 0,71 до 1,0 баллов) присущ 15 % обследуемых: Регине А., Эльвине Р., Русалине Г. Эти старшеклассники проявляют активную инициативу в контактах с

окружающими, умеют принимать и аргументированно отстаивать собственные решения.

В итоге, по результатам исследования: 55 % опрошенных обладают уровнем, свидетельствующим о низкой коммуникативной компетентности; 30 % продемонстрировали средний уровень данной способности; высокий уровень характерен для 15 % участников.

В исследовательской работе третий параметр, который характеризует готовность к профессиональному самоопределению, представляет собой уровень информированности о мире профессий. Исследуемый параметр был изучен с использованием методики «Информированность о мире профессий» Е. А. Климова. Результаты анализа полученных данных показали:

В сфере профессионального планирования высокий уровень выявлен у 15% опрошенных, в числе которых Артур А., Русалина Г., Ляйсан Г. Они информированно охватили широкий спектр специальностей и продуманно построили план своих профессиональных действий. Их выбор учебного заведения действительно грамотен и обусловлен исключительно профессиональными интересами. На фоне этих респондентов 25% участников, а именно Регина А., Артур К., Эльвина Р., Илюза К., Максим Ф., характеризуются уровнем средним. Их официально оформленные профессиональные планы нередко не подкреплены надлежащими аргументами и влекут противоречия с личностными интересами. Знакомы они с различными профессиями, однако лишь отчасти удалось им увязать полученные сведения с собственными склонностями.

К числу учащихся, демонстрирующих низкий уровень профессиональной готовности (60%), относится Тимур Г., Эльнар Г., Элиза М., Руслан С., Ильмир С., Эмиль Х., Теодор Г., Лена М., Данис Г., Лиана Ш. и Эльмира Х. Для этой группы характерны отсутствие четко сформулированного профессионального плана, неустойчивые или недостаточно осознанные профессиональные интересы, а также низкая

информированность о разнообразии профессий. На основе проведенной диагностики установлены три уровня готовности к профессиональному самоопределению у учащихся 10 и 11 классов.

Люди, набравшие от восьми до девяти баллов и относящиеся к группе с высоким уровнем, обладают выраженной уверенностью в себе и высоким интеллектом. План профессионального развития эти люди умеют составлять и при необходимости корректировать в ходе их реализации, а также владеют приемами самосовершенствования в профессиональной деятельности и учебе.

Среднестатистический уровень в профессиональной сфере подростков характеризуется неуверенностью и недостаточной обоснованностью выбора жизненного пути, что связано с неполным знанием себя и профессий, а также низкой адекватностью самооценки. Коммуникация со случайными людьми вызывает стресс и трудности.

Низкая готовность к профессиональному самоопределению наиболее часто встречается у подростков с пониженной самооценкой и отсутствием знаний о профессиях. Отрицательное отношение к своим недостаткам и отсутствие работоспособного профессионального плана приводят в данном возрасте к болезненной реакции на критику, стремлению к замкнутости, затруднений в поиске профессии.

В таблице 2 отражены результаты исследования подростков по уровню готовности к профессиональному самоопределению: высокий уровень продемонстрировали около 10% опрошенных, в частности учащиеся Артур А. и Русалина Г. У этой группы подростков отмечены адекватная положительная самооценка, развитый интеллект, сформированные навыки общения. Они способны строить профессиональный и жизненный план с учетом своих интересов, обладают гибкостью, умением адаптироваться к меняющимся профессиональным требованиям, используют методы самосовершенствования и стремятся к самостоятельности в принятии решений.

В группе с обычным уровнем освоения данного предмета находится 35% учащихся, среди которых Регина А., Артур А., Илюза К., Эльвина Р., Руслан С., Ляйсан Г., Максим Ф. Они отмечают сложности во взаимодействии с окружающими, а объективность оценки личных возможностей им свойственна не всегда. Перечисленные учащиеся нуждаются в организации дополнительных занятий, направленных на развитие коммуникативных способностей и повышение самооценки, чтобы успешно справляться с внутренней неуверенностью.

Таблица 2

Показатели и уровни готовности к профессиональному самоопределению
старшеклассников на констатирующем этапе
опытно-экспериментальной работы

	Имя Ф.	Самооценка	Коммуника- тивность	Информиро- ванность	Общее кол-во баллов	Уровни готовности
1.	Артур А.	3	2	3	8	высокий
2.	Регина А.	2	3	2	7	средний
3.	Русалина Г.	3	3	3	9	высокий
4.	Тимур Г.	1	1	1	3	низкий
5.	Эльнар Г.	1	1	1	3	низкий
6.	Артур К.	1	2	2	5	средний
7.	Илюза К.	2	1	2	5	средний
8.	Элиза М.	1	1	1	3	низкий
9.	Эльвина Р.	2	3	2	7	средний
10.	Руслан С.	2	3	1	6	средний
11.	Ильмир С.	1	1	1	3	низкий
12.	Эмиль Х.	1	1	1	3	низкий
13.	Ляйсан Г.	2	2	3	7	средний
14.	Ильнара С.	1	2	1	4	низкий
15.	Максим Ф.	2	1	2	5	средний
16.	Теодор Г.	1	1	1	3	низкий
17.	Елена М.	1	2	1	4	низкий
18.	Денис Г.	1	1	1	3	низкий
19.	Лиана Ш.	1	1	1	3	низкий
20.	Эльмира Х.	1	1	1	3	низкий

Результаты представлены наглядно на рисунке 1.



Рисунок 1. Результаты констатирующего этапа

У большинства старшеклассников 55% (в частности, у Тимура Г., Эльнара Г., Элизы М., Ильмира С., Эмиля Х., Ильнары С., Теодора Г., Лены М., Дениса Г., Лианы Ш., Эльмиры Х.) наблюдается низкая самооценка, выраженная склонность к застенчивости и болезненная реакция на замечания. Эти ребята предпочитают уединение, обладают крайне ограниченным кругом общения, не имеют чёткого профессионального ориентира и плохо ориентируются в многообразии профессий. Им свойственно избегание самостоятельных решений, частая неспособность отстаивать собственную позицию и затруднения в публичных выступлениях. В результате они зачастую сталкиваются с серьёзными трудностями при выборе профессии, а

при отсутствии устойчивого познавательного интереса – склонны прислушиваться к мнению окружающих и под него подстраиваться.

Для выявления готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению нами осуществлялся констатирующий эксперимент. На основе анализа и обработки собранных эмпирических сведений был сформирован комплекс рекомендаций, способствующих решению поставленной задачи.

Прежде всего, старшеклассникам с высоким уровнем готовности следует предоставить исчерпывающую информацию о ключевых условиях, лежащих в основе формирования профессиональных качеств. Для этих учащихся необходимо организовать ознакомление с правилами поступления в образовательные учреждения, а также представить альтернативные варианты развития событий в случае возникновения трудностей в выбранной сфере. Одновременно важно выявить и обозначить возможные противопоказания.

Далее, для учащихся с уровнем готовности к профессиональному самоопределению среднего уровня требуется сосредоточиться на углублённом самопознании и развитии навыков осознанного понимания собственных интересов. В данном случае особое значение имеет расширение представлений о мире профессий и содействие в составлении реалистичного и жизнеспособного профессионального плана.

Для же ребят с низким уровнем готовности к профессиональному самоопределению следует создавать условия, предусматривающие участие специалистов — психологов, педагогов, родителей, — что позволит сформировать систему целенаправленной индивидуальной поддержки.

Крайне важно также проектирование и реализация авторской программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения учащихся. Данные мероприятия способствуют повышению общей эффективности работы и достижению существенных конечных результатов.

1.2. Разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков

Согласно результатам констатирующего этапа учебно-исследовательской работы, была сконструирована и внедрена в практику профориентационная программа, адресованная учащимся старших классов.

Цель программы - психологическая и педагогическая поддержка, оказанная старшеклассникам в процессе подготовки к профессиональному самоопределению.

Задачи программы:

1. Формирование у школьников цельного образа множества востребованных профессий, особенности их изучения и успешной реализации в жизни.

2. Развитие у школьников осознанного отношения к собственным интересам, способностям и склонностям.

3. Формирование адекватной самооценки и уверенности в себе..

4. Соотнесение предъявляемых профессиями требований с индивидуальными качествами и особенностями.

Организационной основой для внедрения программы послужил опыт МАОУ «Лицей № 77 города Челябинска», где была развернута тщательная и системная работа по интеграции образовательного пакета в школьную среду.

В этот процесс были активно вовлечены различные специалисты, включая педагогов-психологов, которые проводят диагностику личностных качеств и оказывают необходимую консультационную помощь; классных руководителей, организующих групповые занятия и мероприятия; социальных педагогов, осуществляющих поддержку учащихся из социально уязвимых категорий.

Структурно программа состоит из трёх взаимосвязанных блоков: диагностического, развивающе-просветительского и консультативного.

Диагностический блок предназначен для оценки и выявления личностных характеристик, интересов, склонностей и потенциала школьников - информация, которая служит основой для индивидуализации и повышения эффективности последующей профориентационной работы.

В рамках развивающе-просветительского блока идет расширение кругозора обучающихся о многообразии профессий и формирование умений самоанализа.

В перечень данных мероприятий вошли тематические обсуждения, наставнические беседы, разнообразные образовательные и ролевые игры, среди которых особое место занимала игра «Торг», а также другие аналоги,

Вопросы состояния здоровья и медицинских ограничений рассматривались как один из факторов профессионального выбора, без ориентации на конкретную профессиональную область.

Консультативный блок включал индивидуальные консультации школьного психолога по вопросам профессионального выбора и образовательной траектории.

Формы и методы работы

Занятия проводились преимущественно в групповой форме с элементами тренинговых и игровых технологий.

Использовались следующие методы: беседа, дискуссия, профориентационные игры, анализ профессиональных ситуаций, индивидуальные консультации.

Организационные условия реализации программы

Администрация лицея обеспечила условия для реализации программы, выделив часы в учебном плане. Занятия проводились на основе принципов добровольности участия, активности, партнёрского общения и конфиденциальности.

Трудности реализации программы

В процессе реализации программы были выявлены трудности, связанные с ограниченными образовательными представлениями учащихся из неполных семей. У учащихся из неполных семей сложился стереотип, что дальнейшее получение образования только платное.

С учетом выявленных трудностей, а именно наличия у родителей из неполных семей стереотипа о том, что качественное образование возможно только на платной основе, в программу был включен усиленный компонент работы с семьей. Данный блок направлен на адаптацию родителей к современным социально-экономическим условиям и включает следующие формы работы:

- Информационный лекторий: просвещение родителей о современных формах бесплатного образования, грантах и востребованности «полипрофессионализма» на рынке труда 2025 года.

- Метод совместных домашних заданий: для учащихся со средним и низким уровнями готовности разработана система заданий (например, «Семейная формула профессии»), выполняемых совместно с родителями для углубленного самопознания подростка.

- Консультативная фасилитация: проведение встреч, где психолог помогает родителям преодолеть предвзятое отношение к «непрестижным» профессиям и отождествление школьных предметов с реальной трудовой деятельностью.

Занятия программы осуществлялись с подростками 10-11 классов в МАОУ «ЛИЦЕЙ № 77» г. Челябинска. Всего 15 занятий, продолжительность каждого 2 часа. В ходе занятий в случае необходимости был предусмотрен небольшой перерыв на 10-15 минут. Оптимальная частота встреч 1 раз в неделю.

Ценность программы

Программа профессионального самоопределения для школьников — это научно обоснованный инструмент поддержки подростковой идентичности, учебной мотивации и психологической устойчивости.

Она помогает не просто выбрать профессию, а сформировать внутреннюю опору, ощущение направления и способность осознанно строить своё будущее.

Специфика сегодняшнего полного среднего образования заключается в том, что практически повсеместно в 10-11 классах введено профильное обучение, то есть обучение старшеклассников ориентировано на конкретную профессиональную сферу.

В условиях стремительного появления новых профессий и постоянно меняющихся требований к кадрам школьникам необходимо регулярно получать свежую и расширенную информацию о предстоящей профессиональной деятельности. Ученики зачастую располагают ограниченными или не совсем достоверными сведениями о новейших профессиях, а также не всегда представляют, какие из них менее подходят для выбора в профессиональной сфере.

В приложении 4 находится тематический план, разработанный в рамках авторской программы, направленной на психолого-педагогическую поддержку процесса профессионального самоопределения школьников.

Содержание занятий.

Урок 1. Профессиональное самоопределение: Цель, преследуемая во время данного урока, заключается в том, чтобы почти в игровой форме научить учащихся организовывать коллективную работу, побудить к осознанию необходимости выбора профессии, познакомить с программными возможностями поддержки профессионального самоопределения, а также продемонстрировать, насколько плодотворным может быть результат коллективной работы, если поддерживать активное участие в группе.

Ход занятия включает в себя знакомство между участниками и формирование правил работы в группе, а также организацию принципов, на которых будут базироваться сессии. На данном этапе курса даётся ввод в основные цели и задачи, раскрываются содержание и специфика структуры проводимых встреч. Ведущим способом закрепления изученного материала становится ведение «Дневника выбора профессии». В рамках практической части участники проходят диагностику интересов посредством заполнения «Анкеты выпускника».

Занятие 2. Многообразие профессий в социокультурном пространстве.

Цель данного занятия – значительно расширить представления о многообразии профессий, а также выстроить эффективное информационное пространство.

Содержание занятий.

2.1. Социальное значение труда в жизни индивида и общества; разнообразие профессиональной деятельности человека; развитие интересов и профориентация. Во время практического занятия, где учащиеся докладывают о профессиях, которые их заинтересовали, обсуждаются востребованные на рынке труда специальности.

Урок 2.2 посвящён изучению новых направлений профессиональной деятельности, в том числе применению «Атласа новых профессий» и о роли искусственного интеллекта в профессиональной деятельности. В практической части урока учащимся предлагается выполнить задание, связанное с составлением сообщения. В нем необходимо отразить современные профессии, появляющиеся и востребованные на рынке труда. Затем проводится диагностический тест, в рамках которого обучающиеся заполняют «Информационную карту выбора профессии».

Занятие 3. Ориентировано на проведение ярмарки профессий, основная задача которой - познакомить обучающихся с характеристиками

профессиональной деятельности, а также с системой классификации профессий, разработанной Е. А. Климовым.

Содержание занятий.

3.1 Детальному разбору подлежат главные признаки профессий, предмет труда, а также цели и средства трудовой деятельности. В ходе занятия обсуждаются категории, определяющие сложность трудовой деятельности, условия труда и степень ответственности, возлагаемой на специалиста. Практическая работа, состоящая из игровых заданий «Профессия на букву» и составления формул профессий, предназначена для первичного усвоения классификации профессий.

3.2. Классификация профессий

Профессии классифицируют по-разному, среди разбираемых способов выделяется тип взаимодействия человека с объектами труда. В современном варианте систему выделения профессий определяют группы — «человек — человек», «человек — техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ».

Занятие 4. Проблемы выбора профессии.

Главным предназначением обучения выступает формирование представления о проблеме профессионального самоопределения и создания условий к формированию профессиональной зрелости.

Содержание занятия.

Образ «Я» представляет собой сложный комплекс представлений, формируемых в процессе познания самого себя, умения оценивать собственные качества и способности, а также осуществлять самоконтроль. Значительную роль в исследовании занимает изучение ценностных ориентиров личности, которые, в частности, определяются с помощью методики Рокича.

Занятие 5. Основы выбора профессии: секреты и приемы.

Цель урока — ознакомить старших школьников с методами, технологиями правильного выбора профессии, формируя у них понимание важности осознанного профессионального самоопределения.

Содержание занятия.

Основные вопросы темы рассматривают приоритетные факторы влияния на выбор ремесла, побуждая учащихся сформировать собственную установку на основе полученных знаний. Практическая работа проходит с участием специалистов Центра занятости населения, призванных обсудить кадровое обеспечение региона.

Занятие 6. Профессиональный выбор и интересы.

Цель данного занятия — вызвать у школьников осознанный интерес к себе и стимулировать обдуманый подход к выбору дальнейшей профессиональной деятельности.

Содержание занятия.

Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения.

Занятие 7. Здоровье и выбор профессии

Ключевая тема урока — состояние здоровья и профессия: соотношение профессиональных устремлений и личных интересов учащихся.

7.1. При выборе профессии важным условием становится учет состояния здоровья. Практическое задание. Тест «Каково текущее состояние вашего здоровья?» (см. приложение 8).

7.2 Классификация вузов. Разновидности высших учебных заведений, перечень требований к поступающим и особенности обучения.

Практическое занятие, выполненное в игровой форме, называется «Ловушки-капканчики».

7.3 Собрание с родителями- тема выбора профессии подростками, мифы и реалии современного рынка труда.

Занятие 8. Планирование карьерного развития.

Цель занятия: обеспечить обучение планированию личной профессиональной траектории.

Содержание занятия.

Основной задачей данного занятия является приобретение знаний и умений в области планирования профессионального карьерного пути. Е. А. Климовым предложена система, содействующая планированию профессиональной деятельности личности и созданию профессионального пути. Практическая часть работы ориентирована на формирование индивидуального профессионального плана участника.

В подразделе 8.1 предусматривается проведение совместного мастер-класса, направленного на разработку ЛПП-индивидуального профессионального плана- вместе с родителями и детьми.

Занятие 9. Пожелайте мне доброго пути.

Задача- систематизация и закрепление знаний и умений, необходимых для обоснованного выбора профессии и планирования дальнейшей карьеры. В ходе занятия педагоги и учащиеся интегрируют опыт и умения, важные для адекватного профессионального самоопределения. Практическое занятие под названием «Ярмарка индивидуальных профессиональных планов» проводится с применением анкеты, цель которой-определить профессиональные устремления школьников.

В образовательном процессе общеобразовательных школ реализуются различные способы и приемы:

1. Среди эффективных словесных методов преподавания выделяют беседу и рассказы.
2. Среди практических методов обучения выделяют выполнение учебных заданий, работу с литературой, а также анкетирование.
3. При использовании проблемно-исследовательских методов учащиеся совместно думают над учебной ситуацией, формулируют и анализируют вопросы, решают специальные упражнения.

4. К творческим методам принадлежат организация игровых форм деятельности и проведение дискуссий, что способствует активизации творческого воображения, критического мышления.

5. Визуальные приемы обеспечивают наглядное представление учебного материала через таблицы, схемы и прочие пособия, способствующие системному освоению учебного материала.

Ожидаемый результат

Учащиеся должны знать: значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах профессионального труда.

Учащиеся должны иметь представления: о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о рынке труда.

Учащиеся должны уметь: соотносить свои интересы и возможности с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

2.3. Анализ результатов исследования

В процессе исследования основной задачей являлось оценить, насколько успешно действует авторская программа психолого-педагогической поддержки, созданная с учётом вопросов профессионального

самоопределения учащихся старших классов, а затем систематизировать её результаты. Для повторной диагностики были вновь использованы те же диагностические методы, которые применялись на первом этапе: тест-опросник С. В. Ковалева, позволяющий определить уровень самооценки школьников, методика «Коммуникативные способности» В. В. Синявского и Б. А. Федоришина, а также опросник Е. А. Климовой, направленный на оценку информированности о профессиях. Далее полученные данные прошли тщательную обработку и анализ.

В рамках проведенного исследования установлено, что высокая самооценка характерна лишь для небольшой доли - всего 15% - старшеклассников. При этом удельный вес учащихся с уровнем самооценки выше среднего существенно увеличился - с 30% до 55%, что свидетельствует о положительной динамике данного критерия. Вместе с тем треть респондентов (в их числе Эльнар Г., Элиза М., Ильмир С., Теодор Г., Лена М. и Эльмира Х.) сохраняют низкий уровень самооценки (см. таблицу 4), что говорит о необходимости дальнейшей педагогической работы.

В плане коммуникативных навыков доля старшеклассников с высоким уровнем коммуникативности достигает 20%, к этому числу относятся, например, Регина А., Русалина Г., Эльвина Р., Ляйсан Г. Уровень чуть ниже среднего зафиксирован у 60% респондентов, включая Артура А., Тимура Г., Артура К., Руслана С., Илюзу К., Элизу М., Эмиля Х., Ильнару С., Максима Ф., Лену М., Даниса Г., Эльмиру Х. Остальная часть (20%) пока слабо проявляет развитые коммуникативные качества, включая Эльнара Г., Ильмира С., Теодора Г., Лиану Ш. (см. таблицу 4).

По уровню профильной информированности 25% старшеклассников продемонстрировали высокий уровень знаний о мире профессий — регистрируются имена Артура А., Регины А., Русалины Г., Эльвины Р., Артура К. Половина учащихся (Тимаур Г., Эльнар Г., Илюза К., Руслан С., Ляйсан Г., Ильнара С., Максим Ф., Лена М., Данис Г., Эльмира Х.) занимает позицию со

средним уровнем информационной обеспеченности по вопросам профориентации, тогда как 25% подростков, включая Элизу М., Ильмира С., Эмиля Х., Теодора Г., Лиану Ш., характеризуются низким уровнем профессиональных знаний. Итоговые материалы, полученные на заключительном этапе диагностики, представлены в таблице 4.

В ходе реализации программы «Профессиональное самоопределение старшей школы» на формирующем этапе опытно-экспериментальной работы был отмечен положительный сдвиг в динамике результатов. 20% старшеклассников продемонстрировали высокий уровень готовности к профессиональному самоопределению, 65% находятся на среднем уровне, тогда как 25% учащихся продемонстрировали низкий уровень сформированности данной готовности.

Таблица 3

Показатели уровня готовности к профессиональному самоопределению
старшеклассников на итоговом этапе
опытно-экспериментальной работы

	Имя Ф.	Самооценка	Коммуникативность	Информированность	Общее кол-во баллов	Уровни готовности
1	Артур А.	3	2	3	8	Высокий
2	Регина А.	2	3	3	8	Высокий
3	Русалина Г.	3	3	3	9	Высокий
4	Тимур Г.	2	2	2	6	Средний
5	Эльнар Г.	1	1	2	4	Низкий
6	Артур К.	2	2	3	7	Средний
7	Илюза К.	2	2	2	6	Средний
8	Элиза М.	1	2	1	4	Низкий
9	Эльвина Р.	2	3	3	8	Высокий
10	Руслан С.	3	2	2	8	Средний
11	Ильмир С	1	1	1	3	Низкий
12	Эмиль Х.	2	2	1	5	Средний
13	Ляйсан Г.	2	3	2	7	Средний
14	Ильнара С.	2	2	2	6	Средний
15	Максим Ф.	2	2	2	6	Средний
16	Теодор Г.	1	1	1	3	Низкий
17	Лена М.	1	2	2	5	Средний

18	Данис Г.	2	2	2	6	Средний
19	ЛианаШ.	2	1	1	4	Низкий
20	Эльмира Х.	1	2	2	5	Средний

Таблица 4

Сравнительная таблица показателей уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников на констатирующем и итоговом этапах опытно-экспериментальной работы

Констатирующий этап		Имя	Итоговый этап	
Баллы	Уровень		Баллы	Уровень
8	высокий	Артур А.	8	высокий
7	средний	Регина А.	8	высокий
9	высокий	Русалина Г.	9	высокий
3	низкий	Тимур Г.	6	средний
3	низкий	Эльнар Г.	4	низкий
5	средний	Артур К.	7	средний
5	средний	Илюза К.	6	средний
3	низкий	Элиза М.	4	низкий
7	средний	Эльвина Р.	8	высокий
6	средний	Руслан С.	8	средний
3	низкий	Ильмир С.	3	низкий
3	низкий	Эмиль Х.	5	средний
7	средний	Ляйсан Г.	7	средний
4	низкий	Ильнара С.	6	средний
5	средний	Максим Ф.	6	средний
3	низкий	Теодор Г.	3	низкий
4	низкий	Лена М.	5	средний
3	низкий	Данис Г.	6	средний
3	низкий	Лиана Ш.	4	низкий
3	низкий	Эльмира Х.	5	средний

Таблица 5 демонстрирует уровень готовности к профессиональному самоопределению в группе учащихся 10—11-х классов по результатам констатирующего и итогового этапов. По итогам статистической обработки выявлены устойчивые и существенные перемены в динамике, произошедшие в течение отчетного периода. Особого внимания заслужили Регина А. и Эльвина Р.: обе ученицы продемонстрировали значительный рост с промежуточного среднего до итогового высокого уровня. Среди факторов,

способствовавших этому, выделяется углубление профессиональных знаний и расширение круга профориентационной информации. В процессе занятий регулярно подросткам выдавались справочные материалы, в частности описание направлений и сроков приема на обучение с разъяснениями условий и акцентом на значимости личных качеств, необходимых для успешного овладения профессией. На основе полученных сведений планировались тематические домашние задания как форма закрепления познаний и мотивационного обеспечения развития личности. Такой комплексный подход способствовал самоопределению и формированию осознанной мотивации.

Уровень среднего мастерства достигнут у Тимура Г., Эмиля Х., Ильнары С., Лены М., Даниса Г. и Эльмиры Х. Ребята демонстрируют достаточно хорошее представление о мире профессий, но слабо соотносят эти знания со своими личными интересами. Планы у них есть, однако обоснования им не дают, поскольку не соответствуют профессиональной направленности и познавательным склонностям. На основании этих фактов разработана система домашних заданий с привлечением родителей и педагогов. В ходе общения ребята стараются проявлять инициативу.

Положительная динамика снижения количества подростков с низким уровнем готовности достигла отметки в тридцать процентов. Основным фактором успеха стала активная родительская вовлечённость в организацию учебного процесса. Хорошим примером служат учащиеся Тимур Г. и Данис Г., которые, благодаря системе домашних заданий с участием семьи, смогли сформировать профессиональные планы более всесторонне и снизить уровень тревожности. Между тем, такие ученики, как Элиза М., Эльнар Г., Ильмир С., Теодор Г. и Лиана Ш., сохранившие низкий уровень готовности, проявляли активность в групповых обсуждениях профессий, готовили сообщения и выступали перед классом, проявляя интерес к общению с психологом и изучению различных профессий. Старшеклассники в решении данной проблемы проявили значительную ответственность. Для расширения их

профессионального кругозора предлагается работа с методической литературой и картотеками профессий. Определён план посещения учебных заведений с целью практического знакомства учащихся с профессиями.

Чтобы определить динамику готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению, был выполнен сравнительный анализ показателей уровня их готовности на констатирующем и итоговом этапах (таблица 3, 4). Результаты анализа позволяют судить о динамике готовности к профессиональному самоопределению учащихся старших классов.

Таблица 5

Динамика уровня готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников

Уровни	Этапы		Итог
	Констатирующий	Итоговый	
Низкий	55%	25%	- 30%
Средний	35%	55%	+ 20%
Высокий	10%	20%	+ 10%

Наглядно результаты представлены на рисунке 2.

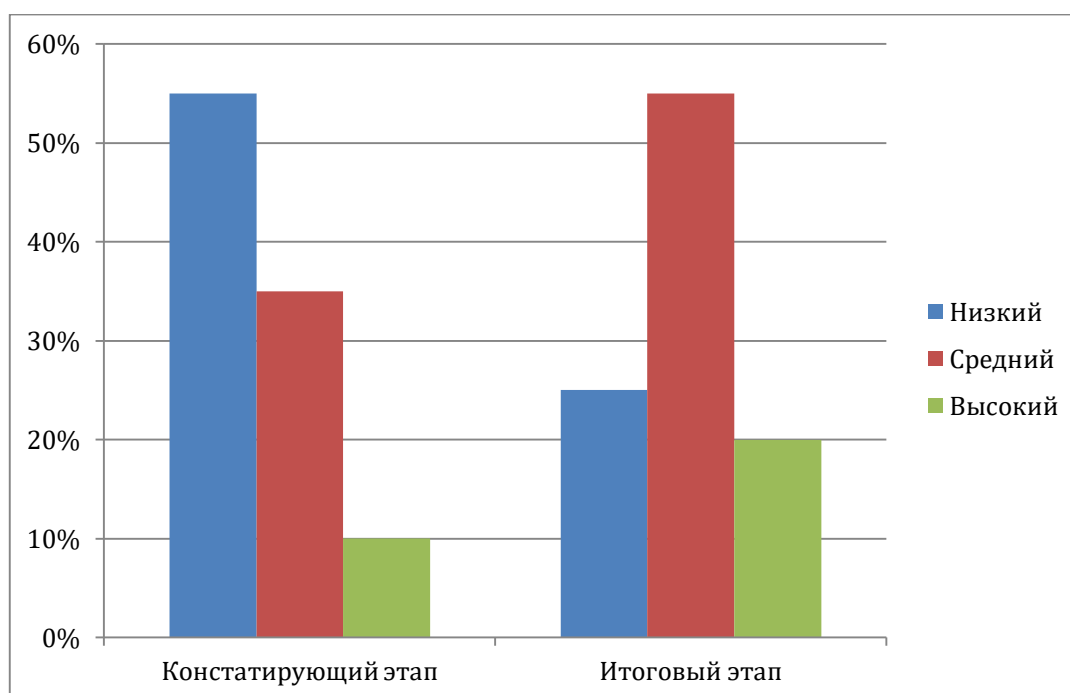


Рисунок 2. Результаты контрольного этапа

В ходе завершения опытно-экспериментальной работы было зафиксировано уменьшение доли выпускников с низким уровнем профессионального самоопределения на 30%. Одновременно доля выпускников, продемонстрировавших высокий уровень, повысилась на 10%, а средний уровень вырос на 20%. Такое распределение выступило свидетельством положительной реализации авторской программы профессионального самоопределения. Таким образом, проведённое социопедагогическое исследование подтвердило эффективность развёрнутой программы по укреплению готовности старшеклассников к осознанному выбору профессии.

Выводы по 2 главе

При констатирующем этапе эксперимента старшеклассники были проанализированы по параметрам, характеризующим степень их профессиональной готовности к самоопределению. По итогам выявлено, что 55 % испытуемых имеют низкий уровень развития этого качества, 35 % — средний и только 10 % продемонстрировали высокий уровень. На следующем этапе — формирующем — была проведена авторская программа, основной целью которой являлось повышение показателей готовности к профессиональному самоопределению школьников.

Анализ итогов исследования позволил выявить, что у старшеклассников возросла готовность к профессиональному самоопределению. У 25% уровень готовности характеризуется как низкий, у 55% он находится на среднем уровне, а 20% обладают высоким уровнем готовности. Такие данные подтверждают эффективность новой программы, созданной автором, и свидетельствуют об успешности ее реализации среди подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Профессиональное самоопределение индивида - процесс довольно длительный и многогранный, который охватывает значительный период жизни и требует глубокого внутреннего осмысления. Успех этого этапа определяется не только соответствием психологических возможностей личности требованиям и динамике выбранной профессии, но и возможностью адаптироваться к быстро меняющейся социально-экономической ситуации в период построения карьеры. В эпоху социальных и экономических преобразований, переходящих к новым отношениям, меняется и положение индивида в экономической структуре общества. Это влечёт за собой необходимость переосмысления профессиональных норм и требований. Сегодняшнему специалисту необходимо проявлять инициативность, интеллектуальную активность, ответственность, а также мобильность в социальных и профессиональных сферах. Он должен быть готов к коммерческим рискам и обладать способностью самостоятельно принимать решения.

При изучении как теоретических оснований, так и практических направлений психолого-педагогической поддержки подростков, ориентированной на их профессиональное самоопределение, были определены следующие фундаментальные позиции.

1. Прежде всего, процесс профессионального самоопределения подростков рассматривается как многоступенчатый и многогранный феномен, допускающий множественные подходы к толкованию. В частности, его можно понять, как совокупность задач, которые общество возлагает на подростка в определенных временных рамках, или как процесс принятия подростком множества решений, балансирующих между субъективным запросом и объективными социальными требованиями. Кроме того, выделяют

рассмотрение профессионального самоопределения как формирования образа жизни, в котором содержится значимая роль профессии.

2. Вторым положением выступают психолого-педагогические особенности старшеклассников, на фоне которых происходит активное формирование профессиональных намерений. Главным образом доминируют потребности, проявление которых ведёт к дифференциации интересов и реализации первых профессиональных проб. Процесс профессионального самоопределения создаёт условия для углублённого изучения профильных дисциплин, являющихся важными как для последующего обучения, так и для успешного трудоустройства с учётом региональных особенностей рынка труда.

3. Третий тезис подчёркивает основную особенность психолого-педагогической поддержки формирования профессиональной готовности у младших взрослых: стимулирование творческого подхода к выбору профессии и развитие умения принимать обоснованные решения. Это достигается через осознание собственных индивидуальных особенностей, интересов, а также накопленных знаний о конкретной профессии, требованиях рынка труда и социокультурном контексте.

4. Четвёртое положение фокусируется на итоговом результате работы по формированию профессиональной готовности старшеклассников, отражаемом в достоверности выбора профессии. Она возможна благодаря созданию условий для приобретения необходимых знаний и формированию планов дальнейшего образовательного пути.

5. Пятое положение основано на опытно-экспериментальной деятельности, включавшей диагностический, формирующий и итоговый этапы, которая выявила динамику изменений: на исходном диагностическом этапе 55 % учащихся имели низкий уровень готовности к профессиональному самоопределению, 35 % – средний уровень, и лишь 10 % – высокий. После реализации формирующего этапа с использованием авторской программы и

методических рекомендаций доля учащихся с низким уровнем снизилась до 25 %, доля со средним уровнем повысилась до 55 %, а с высоким – возросла до 20 %.

6. Наконец, шестое положение отражает итоги анализа и авторских разработок, вследствие чего была создана комплексная программа формирования готовности к профессиональному самоопределению. Она содержит чётко сформулированные цели, задачи, принципы и содержание занятий, использует специализированные методы диагностики, что позволило повысить качество оценки уровня готовности подростков. В результате этой работы разработан оптимизированный количественно-качественный инструментарий с выделением трёх уровней готовности, способствующий систематизации и совершенствованию работы с подростками в области профессионального самоопределения.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аблогина, С.М. Сценарий игры-телепередачи «Человек и профессия» / С.М. Аблогина // Классный руководитель.- 2008.- №7.- С. 24-55.
2. Агеева, И.Д. Парад профессий: веселые познавательные игры для учащихся 5-10 классов / И.Д. Агеева // Последний звонок.- 2007.- № 7.-С. 3-8.
3. Амоша, Л.И. Праздник профессий / Л.И. Амоша // Досуг в школе.- 2006.- №11.- С. 10-14.
4. Ахметова, Н.В. Праздник труда / Н.В. Ахметова // Досуг в школе.- 2006.- 11.- С. 4-5.
5. Баранова, Н.А. Классный час-практикум «Мы выбираем» / Н.А. Баранова // Классный руководитель.- 2008.- №7.- С. 26-36.
6. Береснева, Н.В. Классный час «В поисках своего призвания»: по теме «Мир профессий и твое место в нем» / Н.В. Береснева // Последний звонок.-2008.-№ 8.-С. 11-12.
7. Бирюкова, В.В. Праздник «Кем быть?» / В.В. Бирюкова // Дополнительное образование и воспитание.- 2010.- №7.- С. 57-60.
8. Блинов, В. И. Профориентация в цифровой экономике [Текст] / В. И. Блинов, И. С. Сергеев. — М.: Перо, 2022.
9. Боровиков, С. А. Профессиональное самоопределение. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности : учеб.-метод. пособие / С. А. Боровиков. – Издательство СПб университета 1991. - 72 с.
10. Бякова, Н.В. Групповая профориентационная игра «Путь в профессию» / Н.В. Бякова // Воспитание школьников.-2011.-№ 1.-С. 49-56.
11. Ванюкова, Л.Н. Праздник труда в городе мастеров / Л.Н. Ванюкова // Досуг в школе.- 2009.- №9.- С. 4-6.
12. Атлас новых профессий 3.0. / под ред. Д. Варламовой, П. Лукши. — М.: Интеллектуальная Литература, 2021.

13. Василькова, Ю. В. Социальная педагогика : Учебное пособие / Ю. В. Василькова. – 2-е изд.. – М. 2000 – 18 с.
14. Венгер, А. Л. Групповая работа со старшеклассниками, направленная на их адаптацию к новым условиям / А. Л. Венгер // Вопросы психологии. – 1995. – №1. – С. 25-33.
15. Верникова, Л. Бюро по трудоустройству / Л. Бюро по трудоустройству // Сценарий и репертуар.- 2010.- №3.- С. 25-31.
16. Веснина, Н.И. Классный час «Если хочешь стать боссом» / Н.И. Веснина // Классный руководитель.- 2008.- №7.- С. 11-15.
17. Вишнева, О.Г. Мастер-класс «Профориентация: как помочь подростку выбрать свое дело?» / О. Г. Вишнева // Классный руководитель. - 2015. - № 2. - С. 101-110.
18. Гайворонская, Т.А. Поиграем в экономику : конкурсная программа для учеников 9 класса / Т.А. Гайворонская // Последний звонок.- 2006.- № 12.-С. 13-14.
19. Галагузова, М. А. Социальная педагогика – Курс лекций : учеб. пособие для студентов вузов / М. А. Галагузова. – М.: Гуманит. Изд. центр Бладос, 2001. – 416 с.
20. Гапоненко, А. В. Как организовать педагогическую поддержку самоопределения школьников / А. В. Гапоненко // Школа и производство. – 2006. – № 2. – С. 7-13.
21. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е. И. Головаха. – Киев: Наунова думка, 1988. – 162 с.
22. Голомшток, А. Е. Школа и выбор профессии / А. Е. Голомшток. – Москва, 1970. – 238 с.
23. Гольинга, И.Е. Служба доброго настроения, служба каждого дня / И.Е. Гольинга // Досуг в школе.- 2009.- №9.- С. 6-7.

24. Горбатов, С. В. Концепция собственного будущего как фактор регуляции социального поведения / С. В. Горбатов // Вестн. СПбГУ. Сер. 6. – 1992. – Вып.1. – С. 70-77.
25. Громова, Н. Человеку труда посвящается...: знакомство с профессиями / Н. Громова, Г. Кузьмина // Библиотека.- 2017.- № 1.- С. 50-53.
26. Дейстер, И. В. Все работы хороши - все профессии важны: семейная сценка / И. В. Дейстер // Последний звонок.-2008.-№ 12.-С. 2-3.
27. Дьячкова, О.Ф. Классный час «Роль самовоспитания при планировании карьеры» / О.Ф. Дьячкова // Классный руководитель.- 2008.- №7.- С. 15-20.
28. Дьячкова, О.Ф. Классный час «Что может помочь в планировании карьеры» / О.Ф. Дьячкова // Классный руководитель.- 2008.- №7.- С. 21-26.
29. Елькина, О.Ю. Путешествие в мир профессий : пособие для родителей учащихся 1 – 4 классов / О.Ю. Елькина. - М.: Издательский центр «Академия», 2012.
30. Елькина, О.Ю. Путешествие в мир профессий : учебное пособие для учащихся 3 – 4 классов / О.Ю. Елькина. - М.: Издательский центр «Академия», 2012.
31. Захаров, Н. Н. Профессиональная ориентация школьников / Н. Н. Захаров. – М.: 1989. – 79 с.
32. Зеер, З. В. Психология профессий / З. В. Зеер. – Екатеринбург: 2003. – 189 с.
33. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития в информационном обществе [Текст] / Э. Ф. Зеер. — Екатеринбург, 2023.
34. Каменский, Р. Самоопределение как ключевой процесс проектирования инновационных образовательных систем / Р. Каменский // Новые ценности образования. – 1997. – №7. – С. 76-89.

35. Климов, Е. А. Как выбрать профессию : Книга для учащихся старших классов средней школы / Е. А. Климов. – 2-е изд.. – М.: Просвещение, 1990. – 159 с.
36. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. – М.: 2003. – 217 с.
37. Коверко, Т.В. Город мастеров (Защита профессии) / Т.В. Коверко // Досуг в школе.- 2009.- №9.- С. 9-10.
38. Кон, И. С. Отношение к труду и выбор профессии / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 193 с.
39. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 207 с.
40. Концепция организационно-педагогического со-провождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования / В.И. Блинов, И.С. Сергеев [и др.] – М. : Федеральный институт развития образования. – М.: Издательство «Перо», 2014. – 38 с.
41. Концепция организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования / В. И. Блинов, И. С. Сергеев. – Москва : ФИРО : Перо, 2014. – 38 с.
42. Концепция профильного обучения на старшей ступени общего образования [Электронный ресурс] : приказ Министерства образования РФ от 18.07.2002 № 2783.
43. Короткая-Баханова, В. О будущей профессии / В. КороткаяБаханова // Праздник в школе. В лабиринте профессий.- 2010.- №10.- С. 60-70.
44. Кравчук, Л.А. Профорентация в вузе: проблемы, практика, проекты / Л.А. Кравчук // Педагогика.- 2014.- № 3.- С. 92-96.

45. Крюкова, Н.С. «Три девицы под окном пряли поздно вечерком...» / Н.М. Крюкова // Досуг в школе.- 2008.- №3.- С. 5-7.
46. Кузнецов, Г. А. Профориентация в школе: новые направления работы / Г. А. Кузнецов // Педагогическое обозрение. – 2014. – № 1–2. – С. 11.
47. Кузнецов, Г. А. Профориентация в школе: новые направления работы / Г. А. Кузнецов // Педагогическое обозрение. – 2014. – № 1–2. – С. 11.
48. Курганский С. М. Профориентационная работа в общеобразовательной школе / С. М. Курганский // Практика административной работы в школе. – 2015. – № 8. – С. 12–55.
49. Кутепова, Е.И. Все профессии нужны / Е.И. Кутепова // Досуг в школе.- 2006.- №11.- С. 3-4.
50. Лернер, П. С. Твоя профессиональная карьера / П.С. Лернер. – М., 2012. – 159 с.
51. Лобасенко, В. Поколение NEXТ - будущее страны : информационный час, посвященный выбору профессии: из опыта работы детской библиотеки № 3 Могилева / В. Лобасенко // Библиотека предлагает.- 2017.- № 3.- С. 79-88.
52. Лубянкина, О.В. Профориентация и профессиональное самоопределение / О.В. Лубянкина // Дополнительное образование и воспитание. - 2016. - № 11. - С. 5-7.
53. Лявина, З.М. Профессия строитель / З.М. Лявина // Досуг в школе.- 2009.- №9.- С. 12-14.
54. Ляшко, Н. Выбор профессии - второе рождение : видеоконференция / Н. Ляшко // Библиотека.- 2015.- № 9.- С. 38-40.
55. Максимов, В. Г. Профессиональная ориентация школьников / В. Г. Максимов, О. Г. Максимова. – Чебоксары : ЧГУ, 1988. – 301 с.
56. Малиновская, Н.В. Специальность - учитель биологии / Н.В. Малиновская // Биология для школьников. - 2007. - № 2. - С. 51-56.

57. Маренина, Т.А. Мир профессий. Конкурсная программа для старшеклассников / Т.А. Маренина // Последний звонок.- 2010.- №1.- С. 10-11.
58. Маслакова, М.Н. На пороге взрослой жизни / М.Н. Маслакова // Читаем. Учимся. Играем.- 2005.- №1.- С. 89-95.
59. Машкевич, В. Б. Психолого-педагогические проблемы воспитания старшеклассников / В. Б. Машкевич. – М.: 1989. – 47 с.
60. Митина, Л. М. Учитель как личность и профессионал / Л. М. Митина. – М.: Дело, 1994. – 105 с.
61. Мустаева, Ф. А. Основы социальной педагогики : учеб. для студентов вузов / Ф. А. Мустаева. – 2-е изд. – М.: Екатеринбург, 2002. – 416 с.
62. Немов, Р. С. Психология / Р. С. Немов. – 2-я книга. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 608 с.
63. Овчарова, Р. В. Справочная книга социального педагога / Р. В. Овчарова. – М.: Сфера, 2005. – 480 с.
64. Остяшкин, Э. Г. Индивидуальная работа в школе с трудными подростками / Э. Г. Остяшкин. – М.: 1971. – 72 с.
65. Павлова, Т. Л. Профориентация старшеклассника: диагностика и развитие профессиональной зрелости / Т. Л. Павлова.– М.: Сфера, 2005. – 128 с.
66. Подгорная, Е. Я. Профильное обучение и социализация личности / Е. Я. Подгорная. – М.: ИОСОРАО, 2003. – 267 с.
67. Пробст, Е. Ж. Проблемы профессионального самоопределения молодежи в рыночных условиях: аспекты социализации и воспитания / Е. Ж. Пробст. – Челябинск, 2001. – 210 с.
68. Прошицкая, Е. Н. Выбирайте профессию / Е. Н. Прошицкая. – М.: Просвещение, 1991. – 144 с.

69. Пряжников, Н. С. Активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения / Н. С. Пряжников. – М.: Воронеж, 1997. – 91 с.
70. Пряжников, Н. С. Оценка эффективности профессионального самоопределения / Н. С. Пряжников // Школа и производство. – 1997. – №12. – С.92-95.
71. Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н. С. Пряжников. – М.: Воронеж, 1996. – 288 с.
72. Пряжников, Н. С. Профорентация в школе: игры, упражнения, опросники / Н. С. Пряжников. – М.: ВАКО, 2005. – 108 с.
73. Пряжников, Н. С. Теория и практика профессионального самоопределения / Н. С. Пряжников. – М.: МГППИ, 1999. – 208 с.
74. Психологический словарь / авт.-сост. В. Н. Копорулина, М. Н. Смирнова, Н. О. Гордеева. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 640 с.
75. Резапкина, Г. В. Я и моя профессия: программа профессионального самоопределения для старшеклассников / Г. В. Резапкина. – М.: Генезис, 2005. – 80 с.
76. Рыбников, Н. С. Психология и выбор профессии / Н. С. Рыбников. – М.: Орел, 1992. – 71 с.
77. Савченко, М. Ю. Профорентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс) : Практик. руководство для кл. рук. и школьн. психологов. / М. Ю. Савченко; под ред. Л. А. Обуховой. – М.: Вако, 2005. – 204 с.
78. Сафин, В. Ф. Психология самоопределения личности / В. Ф. Сафин. – Свердловск, 1986. – 196 с.
79. Смирнов, И. В. Человек – источник заинтересованного труда / И. В. Смирнов. – М.: Просвещение, 1992. – 195 с.

80. Снегирев, Т. В. Личностное самоопределение в старшем школьном возрасте / Т. В. Снегирев // Вопросы психологии. – 1989. – №2. – С. 27-35.
81. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 104 с.
82. Черникова, Т. В. ПрофорIENTATIONная поддержка старшеклассников : учеб.-метод. пособие/ Т. В. Черникова. – М.: Глобус, 2006. – 256 с.
83. Черникова, Т. В. ПрофорIENTATION старшекласcников : сборник учеб.-метод. материалов / Т. В. Черникова. – Волгоград: Учитель, 2006. – 120 с.
84. Черникова, Т. В. Корабль под названием «Жизнь» : игры по содействию социальному самоопределению старшеклассников / Т. В. Черникова. – Волгоград: Учитель, 1998. – 234 с.
85. Чистякова, С. Н. Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников : кн. для учителя и соц. педагога / С. Н. Чистякова. – М.: Новая школа, 2004. – 112 с.
86. Чистякова, С. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников / С. Н. Чистякова. – М.: Академия, 2005. – 128 с.
87. Твоя профессиональная карьера : учеб. для 8-9 кл. ОУ / С. Н. Чистякова. – 30-е изд.. – М.: Просвещение, 2006. – 159 с.
88. Шавир, П. А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / П. А. Шавир. – М.: Педагогика, 1981. – 270 с.
89. Шакурова, В. Н. Методика и технология работы социального педагога / В. Н. Шакурова. – М.: Академия, 2002. – 206 с.
90. Шишковец, Т. А. Справочник социального педагога / Т. А. Шишковец. – М.: ВАКО, 2005. – 208 с.
91. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 296 с.

92. Якиманская, И. С. Технология личностно-ориентированного обучения в современной школе / И. С. Якиманская. – М.: Просвещение, 2000. – 198 с.

93. Яницкий, М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая систем / М. С. Яницкий. – Кемерово, 2000. – 224 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Тест-опросник для определения уровня самооценки

Автор С. В. Ковалев

Вам предлагается 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждением, вы проставляете баллы: 4 – очень часто, 3 – часто, 2 – иногда, 1 – редко, 0 – никогда.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.

19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя не ловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов

Сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия.

Сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

Сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в

свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Тест «Коммуникативные способности»

Авторы: В. В. Синявский, Б. А. Федоришин

Вам необходимо ответить на все вопросы. Которые будут предложены. Свободно выражайте свое мнение и отвечайте на них так: если ваш ответ на вопрос положителен, то поставьте против соответствующей ему цифры в бланке ответов знак «+». Если отрицателен – то «-».

Может случиться так, что на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать ответ, который будет наиболее вероятен.

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причинное вам кем-то из ваших товарищей?
3. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
4. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
5. Легко ли вы устанавливаете контакт с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
6. Трудно ли для вас включиться в новые компании?
7. Легко ли вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
8. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
9. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с незнакомым человеком?
10. Раздражают ли вас окружающие люди, и хочется ли вам побыть одному?
11. Нравиться ли вам постоянно находиться среди людей?

12. Испытываете ли вы затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?

13. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?

14. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых вам людей?

15. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для вас компанию?

16. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?

17. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую для вас компанию?

18. Правда ли, что вы чувствуете себя достаточно уверенными и спокойными, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

19. Верно ли, что у вас много друзей?

20. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?

Обработка результатов: после ответов на вопросы испытуемым предлагается сверить их с ключом и подсчитать количество совпадающих ответов по всем вопросам методики.

Оценочный коэффициент (К) коммуникативных способностей выражается отношением количества совпадающих с ключом ответов к максимально возможному числу совпадений, то есть к 20: $K=X/20$, где К – величина оценочного коэффициента; X – количество совпадающих с числом ответов.

Ключ к определению коммуникативных способностей:

1	+	6	-	11	+	16	-
2	-	7	+	12	-	17	+
3	+	8	-	13	+	18	-
4	-	9	+	14	-	19	+
5	-	10	-	15	+	20	-

Показатели по этой методике, могут варьироваться от 0 до 1. Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком уровне коммуникативных способностей, близкие к 0 свидетельствуют об их низком уровне.

Для более достоверной оценки коммуникативных способностей используется шкала оценок, по которой сверяются полученные оценочные результаты.

Шкала оценок коммуникативности

Коэффициент	Оценка	Уровень проявления коммуникативных способностей
0,10 – 0,55	1	Низкий
0,56 – 0,70	2	Средний
0,71 – 1,00	3	Высокий

Интерпретация результатов

Оценка «1». Для испытуемых, получивших такую оценку, характерно отсутствие стремление к общению. Они чувствуют себя скованно в незнакомой компании и новом коллективе. Они предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства с новыми людьми. Им трудно выступать перед аудиторией, они плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды. Во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Оценка «2». Получившие такую оценку испытуемые, обладая средними данными, стремятся к новым контактам с людьми, не ограничивая круг своих привычных знакомств. Они охотно проявляют лидерское поведение, отстаивают свое мнение, самостоятельно планируя работу. Эти испытуемые, если не хотят быть успешными в общении с людьми и руководстве ими, нуждаются в серьезной и планомерной работе по развитию коммуникативных способностей.

Оценка «3». Испытуемые этой группы не теряются в новой для них обстановке, быстро находят друзей, постоянно расширяют круг своих

знакомых. Они охотно занимаются общественной работой, проявляют инициативу в общении. Предпочитают самостоятельность в выборе и принятии решений, отстаивают свое мнение.

Опросник «Информированность о мире профессий»

Автор Е. А. Климов

Вам предлагается ряд утверждений об особенностях ваших представлений о мире профессий. Если вы согласны с тем, что написано в утверждении, то против него поставьте знак «+», если не согласны – знак «-». Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет. Ответить необходимо на все вопросы. Надеемся на вашу искренность.

1. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.
2. Я знаю, в каких условиях буду работать.
3. Я знаю обязанности, которые буду выполнять на работе.
4. По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не гарантирует от разочарований.
5. Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно.
6. Чем больше профессий я знаю, тем легче мне будет выбрать.
7. Мне трудно узнать о перспективах, которые открывает та или иная профессия.
8. Чтение справочников о профессиях ничего мне не дает.
9. Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы.
10. Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.

11. Я никогда не задумывался, по каким законам устроен мир профессий.

12. Практическая работа в (кружках, в УПК, на практике) очень помогли мне в понимании мира профессий.

13. Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях.

14. Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с тем, кто по ней работает.

15. Заранее известных способов изучения мира профессий не существует.

16. Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные.

17. Я не доверяю рекламе профессий.

18. Я не знаю как осуществить свой профессиональный выбор.

19. Я не знаю, почему я выбрал именно эту профессию.

20. Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учебы), у меня портится настроение.

Ключ к определению уровня информированности

										0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	

Интерпретация результатов

Сумма баллов 19 - 20 говорит о высоком уровне информированности о мире профессий, умеет соотносить информацию со своими способностями, сформирован профессиональный план, который соответствует познавательным интересам, профессиональной направленности, индивидуальным психическим особенностям.

11 – 18 баллов - слабая информированность о мире профессий, недостаточно полно соотносит информацию со своими способностями.

Имеется профессиональный план, но он не обоснован: не совпадает с областью профессиональной направленности и познавательных интересов.

10 баллов и ниже слабая информированность о мире профессий, недостаточно полно соотносит информацию со своими способностями.

Имеется профессиональный план, но он не обоснован: не совпадает с областью профессиональной направленности и познавательных интересов.

Тематический план
к авторской программе профориентационной работы со
старшеклассниками

№	Тема	Кол-во часов	Сотрудничество
1.	Профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека	2	Социальный педагог, учитель, учащиеся
2.	Многообразии мира профессий	4	Социальный педагог, учитель, учащиеся
3.	Ярмарка профессий	4	Социальный педагог, учитель, специалисты из Челябинского СПО
4.	Проблемы выбора профессии	2	Социальный педагог, учитель, психолог
5.	Секреты выбора профессии	2	Социальный педагог, учитель, учащиеся
6.	Интересы в профессиональном выборе	2	Социальный педагог, учитель, учащиеся
7.	Здоровье и выбор профессии	4	Социальный педагог, учитель, специалисты по охране труда, медицинский работник.
8.	Пути получения профессии	6	Социальный педагог, учитель, учащиеся, специалисты из Челябинского СПО
9.	Планирование профессионального пути	2	Социальный педагог, классный руководитель
10.	Итоговое занятие «Пожелайте мне доброго пути»	2	Социальный педагог, учитель, учащиеся
	Всего	30	